



**Из опыта работы учителя-логопеда Словохотовой Л.Г.:  
« Сигматизм, его причины, виды, способы коррекции»**

## Сигматизм

Сигматизм – это недостатки произношения шипящих ([Ж], [Ш], [Ч], [Щ]) и свистящих ([С-С'], [З-З'], [Ц]) фонем. Обе группы относятся к звукам позднего онтогенеза, при этом шипящие считаются артикуляторно более сложными, чем свистящие. Среди дефектов звукового оформления речи различные варианты сигматизма встречаются чаще других искажений.

### Причины сигматизма

Сигматизм как кратковременное явление может возникать у детей в период физиологической смены зубов. При выпадении молочных зубов кончик языка иногда занимает межзубное положение, что придает речи шепелявый оттенок. Обычно дети быстро находят компенсаторную артикуляцию, способствующую нормативному произношению, и проблема вскоре исчезает. Стойкий патологический сигматизм имеет причины. Причин возникновения этого дефекта может быть несколько. При этом не всегда удается точно определить тот патологический фактор, который стал причиной сигматизма.

Выделяют несколько основных причин сигматизма:

- **Перцептивные расстройства.**
- **Сенсомоторные нарушения.**
- **Зубо-челюстные аномалии.** К губно-зубному сигматизму может приводить [прогнатия](#). Причиной интердентального произношения звуков обычно становится передний [открытый прикус](#), узкое и высокое твердое небо, [укороченная уздечка языка](#). Носовое произношение типично для [небных расщелин](#).
- **Нарушение иннервации органов артикуляции.** Приводит к изменению тонуса языка, вялости мягкого неба, паретичности или повышенной спастике губ. При иннервационной неполноценности чаще всего возникает межзубный или боковой сигматизм.
- **Заболевания ЛОР-органов.** Затруднение носового дыхания, вызванное [аденоидами](#), [вазомоторным](#) или [аллергическим ринитом](#), способствует тому, что рот ребенка постоянно остается приоткрытым. Кончик языка при этом оказывается в интердентальном положении – формируется межзубный сигматизм.
- **Неправильные артикуляционные уклады.** Органическая патология со стороны артикуляционных органов отсутствует. На первый план выходит несформированность артикуляторного праксиса. Такая ситуация может встречаться у соматически ослабленных детей, при подражании неправильным речевым образцам.
- **Тугоухость.** Снижение физического слуха обычно приводит к звуковым заменам – парасигматизму, реже при тугоухости наблюдается искаженное произнесение звуков. Оно обусловлено нечеткой слуховой дифференциацией правильно и дефектно произносимых фонем.

В [практической логопедии](#) сигматизм встречается при целом ряде речевых нарушений: различных формах дислалии и [дизартрии](#), алалии, [ринолалии](#), ОНР, [ФФН](#). Шепелявое произношение может отмечаться у детей с [интеллектуальной недостаточностью](#).

В ряде случаев сигматизм может иметь органическую природу возникновения, например, бульбарный паралич, парезы мышц рта, неврит, а также нарушения актов глотания, жевания и кусания.

### Фонетическая характеристика свистящих и шипящих

Свистящие [С], [З] и шипящие [Ш], [Ж], [Щ] – согласные, ротовые, переднеязычные, щелевые. Из них [З] и [Ж] – звонкие (при фонации голосовые складки вибрируют, издавая голос), остальные глухие. Свистящий [Ц] и шипящий [Ч] отличаются только способом образования – они смычно-щелевые. [Ч] и [Щ] – всегда мягкие, [Ц], [Ш], [Ж] – всегда твердые, [С], [З] – имеют мягкие пары [С'] и [З'].

Важным отличием группы свистящих от шипящих является базовый артикуляционный уклад, включающий:

- положение губ: при произношении свистящих губы растянуты в улыбке, при произношении шипящих – округлены и слегка вытянуты вперед;
- положение и форму языка: при артикуляции свистящих язык располагается «горкой» за нижними резцами, при артикуляции шипящих – у альвеол в форме «чашечки»;
- характеристику воздушной струи: у свистящих она узкая, холодная; у шипящих – широкая и теплая.

### Виды сигматизма

Все формы сигматизма делятся на две большие группы: сигматизм шипящих и сигматизм свистящих. От характера искажения звуков зависят приемы исправления дефектного звукопроизношения.

Основные виды сигматизма у обеих групп звуков идентичны:

- **Межзубный.** Кончик языка принимает позицию между верхними и нижними резцами. Фонемы приобретают шепелявое звучание.
- **Призубный.** Язык упирается в края резцов, перекрывая проход воздуха сквозь межзубную щель. Производимый звук акустически близок к [Т].

- **Губно-зубной.** Нижняя губа сближается с верхними зубами, воздух выходит толчкообразно. Вместо правильного звука слышится искаженный [Ф] или [В]. Струя воздуха рассеивается по всей плоскости спинки языка, раздувая щеки, отчего дефект получил дополнительное название: «щёчный сигматизм».
- **Боковой.** Выдыхаемая воздушная струя выходит через одностороннюю щель или по обоим боковым краям языка. Звук получается шумным, хлюпающим. Боковой (латеральный) сигматизм встречается в двух формах:
  - 1) Дыхательная струя проходит через один или оба прохода между боковыми зубами и краями языка, кончик языка поднят кверху.
  - 2) Спинка языка горбом плотно прикасается к нёбу, а выдыхательный ток проходит по одной или обеим сторонам рта у коренных зубов. В обоих случаях слышится неприятный звук типа льхь. Выход воздуха по одной стороне рта иногда зависит от спадания мягкого нёба с другой стороны.

В некоторых случаях бокового сигматизма не исключены параличи и парезы одной стороны языка, что требует тщательного обследования данного дефекта с участием врача-невропатолога.

- **Носовой.** При фонации воздух выходит не через рот, а через носовую полость. Из-за этого звук получает храпящий призывок с назальным оттенком. Носовой сигматизм выражается в том, что при произнесении с и з корень языка поднимается к опущенному мягкому нёбу, которое открывает проход в носовую полость; получается какой-то храпящий, хрюкающий звук с гнусавым оттенком последующих гласных.

Кроме этого, шипящие [Ш], [Ж] могут иметь другие виды искажения, характерные только для них:

**Шипящий** сигматизм:

- **нижнее** – язык опущен за нижние резцы, шипящие произносятся смягченно; слышится отчетливый, мягкий, шипящий звук, подобный звуку шь (шябака — собака).
- **щечное** – воздушная струя уходит в щеки, вызывая их раздувание, вместо звука слышен шум;
- **заднеязычное** – воздух проходит между твердым небом и задней частью спинки языка, слышится «хыканье» или «гыканье», напоминающее южно-русский говор.

Замена звуков С и СЬ любым другим звуком (ш, ч, т, х и др.) называется **парасигматизмом**.

Диагностика

Чтобы выявить сигматизм, определить его форму и причины проводится [логопедическое обследование](#). Также важно понять, проявлением какого речевого нарушения является звукоискажение. В ходе диагностики [логопед](#) изучает медицинский и речевой анамнез, затем переходит к объективному обследованию:

- **Артикуляторных органов.** Производится осмотр органов полости рта, оценка тонуса лицевой и артикуляционной мускулатуры, состояния орального праксиса. При выявлении аномалий ЧЛЮ, нарушений мышечного тонуса устанавливается предварительный речевой диагноз. При необходимости выдается направление на консультацию к ортодонту, неврологу.
- **Речевого слуха.** Дифференциация звуков проверяется при их произнесении изолированно, в слогах, словах, фразах. Для этого используется специальный картинный и речевой материал, соответствующий возрасту, интеллекту логопата. Применяются специальные дидактические приемы, позволяющие разграничить различные виды сигматизма и парасигматизма.
- **Состояния звукопроизношения.** Осуществляется для выявления всех дефектов звукопроизношения (как фонетических, так и фонематических), количества нарушенных звуков. При дефектах шипящих и свистящих устанавливается тип сигматизма. После этого определяется последовательность коррекционной работы. Если у ребенка предполагается системное нарушение речи, обязательным является обследование лексической и грамматической сторон речи. При подозрении на тугоухость целесообразно направить обследуемого к отоларингологу для проверки состояния слуховой функции.

## Коррекция

### Медицинская помощь

Специальное лечение требуется для устранения предрасполагающих к сигматизму факторов. Исправление прикуса может включать различные виды ортодонтической помощи: [ношение брекетов](#), специальных капп, аппаратов различного действия. При необходимости осуществляется ортогнатическое вмешательство. Выбор в пользу [хирургической тактики](#) при укороченной уздечке делается в случае невозможности растянуть связку при помощи логопедических методов.

При нарушениях иннервации артикуляционных мышц вся логопедическая работа ведется на фоне медикаментозного лечения, физиотерапии, назначенных неврологом. Отсутствие свободного носового дыхания, как причина сигматизма, требует соответствующего лечения: [удаления аденоидов](#), проведения противоаллергической терапии.

### Логопедическая коррекция

Логопедическая работа по устранению всех форм сигматизма подчинена единому алгоритму. Она включает три периода, во время которых решаются определенные коррекционные задачи:

- **Подготовительный.** На этом этапе формируются необходимые артикуляционные уклады: правильное положение губ, языка. Ведется работа над развитием силы и направления воздушной струи. Отрабатываются опорные звуки ([И], [Ф] – для [С], [Т], [С] – для [Ш]). Методы, с помощью которых достигаются поставленные задачи, включают [артикуляционную](#) и [дыхательную гимнастику](#), по показаниям – [логопедический массаж](#).
- **Звукопостановка.** Осуществляется разными способами: по подражанию («как свистит насос», «как звенит комар», «как шипит змея»), с использованием артикуляционных упражнений или с помощью инструментов (зондозаменителей, зондов). Базовым звуком для постановки всех свистящих служит [С], для получения других шипящих - [Ш].
- **Автоматизация.** Добившись правильного произнесения изолированного звука, переходят к его закреплению, последовательно вводя в слоги (прямые, обратные, с сочетанием согласных), слова, фразы и спонтанную речь. После отработки твердых звуков приступают к усвоению их мягких пар. Этап дифференциации для сигматизма и других звуковых искажений не предусмотрен.

Традиционная последовательность постановки звуков определяется сроками их появления в онтогенезе. При нарушении обеих групп сначала осуществляют звукопостановку свистящих, затем шипящих (исключением может служить дизартрия, когда звуки ставят в обратном порядке).

Если сигматизм является частью сложного речевого дефекта, то параллельно проводится работа над другими сторонами речи: слоговой структурой, лексикой, грамматикой, просодикой и пр. Сроки исправления сигматизма могут различаться у разных детей, период логопедической работы занимает до 45-90 дней и больше.

### Этапы постановки звуков при сигматизме

Коррекция сигматизма включает три основных этапа:

#### Постановка звука

Существует несколько способов постановки звука при сигматизме:

***По подражанию.***

Логопед показывает правильную артикуляцию, ребенок повторяет. Например, для звука [с]: «Улыбнись, язык за нижними зубами, подуй на язычок».

***От опорных звуков.***

Используются звуки, близкие по артикуляции. Для [ш] можно начать с [т]: «Т-т-т-ш».

***Механический способ.***

С помощью специальных приспособлений (зонды, шпатели). Например, для звука [р] можно поднять язык зондом.

### **Автоматизация звука**

Звук отрабатывается в разных позициях:

В слогах:

са-со-су, аш-ош-уш.

В словах:

сок, нос, шапка, мышь.

В предложениях:

«У сосны высокий ствол», «Наша Маша шила шапку».

В связной речи:

стихи, скороговорки, рассказы.

### **Нормальная установка органов артикуляции при произнесении звука «С» и "З".**

Кончик языка упирается в нижние передние зубы;

Губы в положении «улыбки», и не закрывают зубов;

Зубы в положении «заборчика»;

Воздух выдувается с силой посередине языка;

На ладони, поднесённой ко рту, ощущается резкая холодная струя.

Голосовой моторчик не работает. (При произношении звука "З" - работает).

### **Нормальная установка органов артикуляции при произношении звука "Ц":**

Кончик языка упирается в передние нижние зубы, язык приподнят и выгнут.

Передняя часть спинки языка смыкается с небом.

Язык широко распластан, боковые края напряжены. В момент выдоха передняя часть спинки мгновенно размыкается с небом. Кончик языка слегка отдергивается от нижних зубов.

Губы растянуты в улыбке.

Зубы при произнесении звука сомкнуты или сближены. При произнесении гласного звука в прямых слогах зубы размыкаются. В момент размыкания языка с небом воздух выдыхается толчком.

Звук Ц - согласный, твердый, глухой.

### **Подготовительные упражнения для звуков «С», «З»**

#### **Упражнения для развития напора воздуха.**

1) Набрав в лёгкие воздух, с силой дуть (а не просто выдыхать) его через вытянутые вперёд «трубочкой» губы. Контроль ладонью руки, бумажкой или ваткой: ощущается резко бьющая холодная струя, бумажка или ватка отклоняется в сторону. Повторять упражнение.

2) Высунуть язык, чтобы он лежал на нижней губе. Вдоль языка до его середины положить круглую тонкую палочку (спичку) и надавить для образования канавки. Губы округлить, но не напрягать. Зубы разомкнуты. Вдохнув, с силой выдувать воздух, раздувая щёки. Контроль ладонью руки, бумажкой или ваткой. Повторять упражнение.

3) Прodelать предыдущее упражнение без использования палочки.

#### **Упражнение для губ.**

Растянуть губы в улыбку до предела и удержать их в напряжённом положении некоторое время. Зубы сомкнуты. Повторять упражнение.

Упражнение. Произнесение длительного звука «С».

1) Открыть рот. Распластать язык и напряжённым кончиком упереться в нижние зубы. Вдоль языка на его кончик положить круглую тонкую палочку (или спичку) так, чтобы она прижимала только переднюю часть языка. Губы растянуты в улыбку. Сомкнуть зубы, насколько позволяет палочка. С силой равномерно выдувать воздух, контролируя ладонью руки, бумажкой или ваткой. Слышится длительный звук «С – С – С». Повторять упражнение.



Примечание. Если палочка лежит не посередине языка или напор воздуха недостаточен, звук «С» получается неясным, не свистящим.

- 2) Прodelать это же упражнение с медленным выниманием палочки изо рта к зубам и наружу.
- 3) Прodelать несколько раз упражнение без использования палочки.

### ПРИЕМЫ ПОСТАНОВКИ СВИСТЯЩИХ ПРИ РАЗНЫХ ВИДАХ СИГМАТИЗМА:

**При межзубном и призубном сигматизме** необходимо убрать кончик языка за нижние резцы, для чего можно прибегнуть к механической помощи: специальным зондом или концом шпателя легко нажать на кончик распластанного (а не комобразного!) языка, опустив его за нижние зубы. Механически придерживая язык в таком положении, предложить ребенку произнести изолированно звук С несколько раз (сделать насос): с... с... с..., затем «попробовать» в слогах: са-са-са.

Надо помнить, что межзубные сигматизмы часто требуют длительной логопедической работы, упорно держатся в свободной речи, даже если звуки С, З, Ц закреплены и частично автоматизированы. При отсутствии контроля часто наблюдаются рецидивы.

**При шипящем сигматизме** важно отучить логопата от привычки оттягивать язык при произношении свистящих в глубь рта. С этой целью рекомендуем временно перевести ребенка на межзубное произношение звука С в слогах, словах и даже некоторых фразах. Когда язык укрепится в этом положении, перевести кончик языка за нижние резцы, что происходит обычно автоматически.

**При боковом сигматизме** ставить звук С целесообразно в три приема:

- а) межгубное дутье, язык широкий, края языка достают до уголков губ;
- б) межгубное дутье заменяется на межзубное;
- в) затем кончик языка постепенно переводится за нижние резцы при условии, если ребенок умеет укладывать широкий язык за нижние зубы, что можно достичь с помощью зонда или шпателя.

**При смягченном произношении твердого С** (сябака, сноп, сёк) целесообразно провести предварительную дифференциацию мягких и твердых согласных в правильно произносимых слогах: мы-ми, ва-вя, ну-ню и т.п. Можно временно перевести ребенка на межзубное произношение свистящих с целью ослабления напряженности спинки языка.

**При исправлении носового сигматизма** необходима предварительная работа над организацией правильного выдоха через середину ротовой полости. Упражнения проводятся сначала в межзубном положении с тем, чтобы выдыхаемая струя ощущалась на кончике языка. Затем язык переводится в межзубное положение. Закрепление навыка дутья на кончик языка, просунутого между передними зубами, рекомендуется производить параллельно с общей тренировкой ротового выдоха: задувание свечи, поддувание кусочков ваты, бумажек и т.п. Зажим крыльев носа для предотвращения утечки воздуха через нос — не эффективен.

**Исправление губно-зубного (щечного) сигматизма** включает два момента:

- а) обнажение резцов, для чего необходимо раздвинуть губы («до ушей»!);
- б) удержание (можно с механической помощью) нижней губы, чтобы она не подтягивалась к верхним резцам.

Чтобы струя воздуха не уходила в щеки, рекомендуем сначала отработать ротовой выдох.

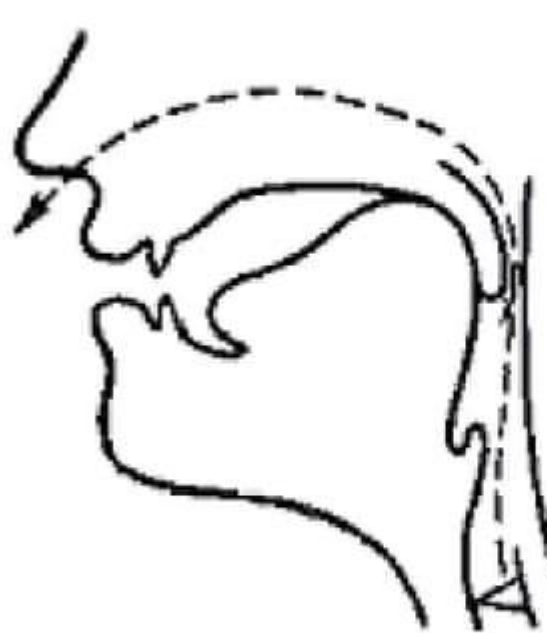
**Для всех видов сигматизма** можно рекомендовать универсальный прием постановки С в два приема и вместо зондов использовать указательный палец ребенка (не забудьте предварительно хорошо вымыть руки и подстричь ногти ребенку).

Ребенка учат укладывать первую фалангу указательного пальчика на широкий язык, лежащий за нижними зубами. Пальчик прикусывается резцами: «кладем свисток в рот». Ротик улыбается до ушей, передние зубы хорошо видны до клыков. Края языка (передней его части) показываются с двух сторон прикушенного языка и достают до углов рта. Как только ребенок научится ловко укладывать «свисток» в рот, ему предлагается подуть в «свисток», не вынимая пальца, не изменяя положения губ, языка и зубов. Полученный звук С закрепляется сначала в обратных слогах таким образом: после произнесения гласного ребенок кладет пальчик-«свисток» и добавляет звук С. С механической помощью звук С закрепляется в слогах а-с, о-с, у-с, э-с, а затем в словах, заканчивающихся на С (лес, нос, пёс и т.п.). Отрабатываются с пальчиком и прямые слоги. Необходимость в механической помощи отпадает, как только рефлекторно вырабатывается правильный артикуляционный уклад и выдох.

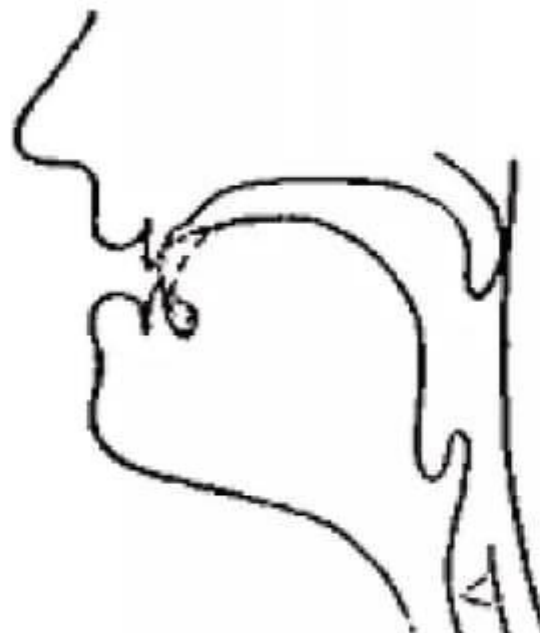
## Литература

1. *Воспитание у детей правильного звукопроизношения: Практикум по логопедии/ Фомичева М.Ф. – 1989.*
2. *Проявления и диагностика фонетических нарушений при стертой дизартрии/Лопатина Л.В.// Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2006.*
3. *Основы логопедии Филичева Т. Б., Чевелева Н. А., Чиркина Г. В. – 1989.*
  4. *Преодоление речевых нарушений у дошкольников (коррекция стертой дизартрии)/ Л.В.Лопатина, Серебрякова Н.В. – 2000.*

# Нарушения СВИСТЯЩИХ ЗВУКОВ



4.



5.

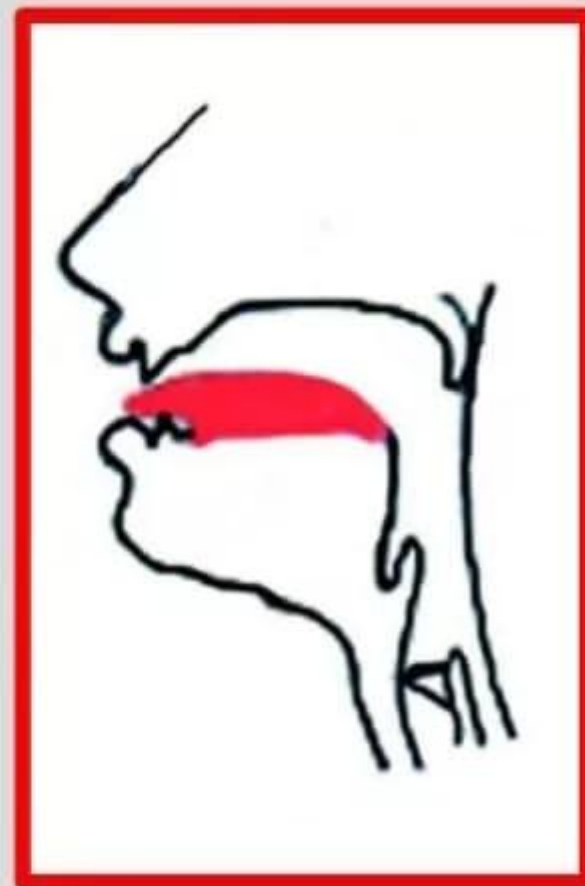


6.

- Виды сигматизма свистящих звуков (4 – носовой сигматизм; 5 – призубный сигматизм; 6 – шипящий сигматизм).

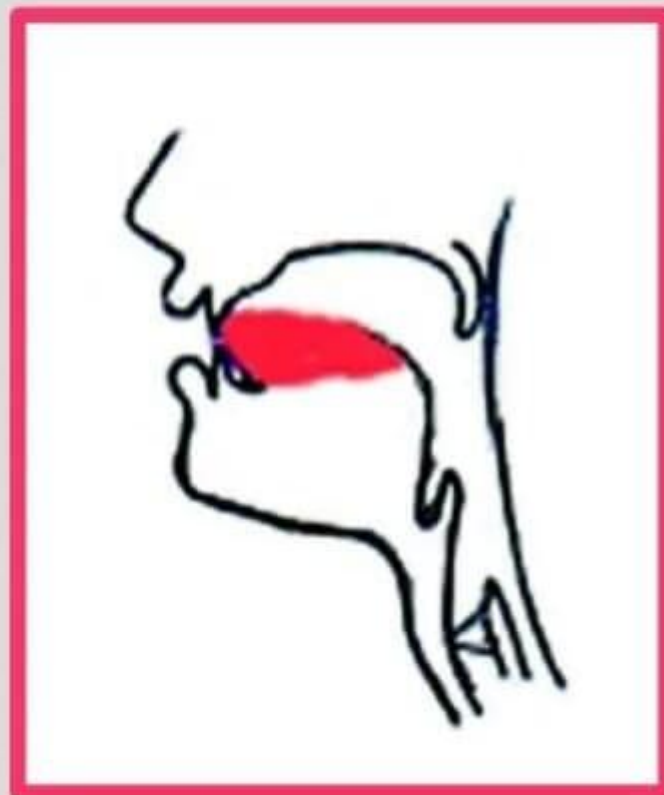
# МЕЖЗУБНЫЙ СИГМАТИЗМ

- а) Выполнить подготовительные упражнения. Выбрать способ постановки.
- б) Предложить ребёнку запомнить упражнение «Забор» – «Окно» – «Мост» – «Забор». А затем «Холодный ветер» т.е. длительно подуть. Следить за положением языка за нижними зубами.



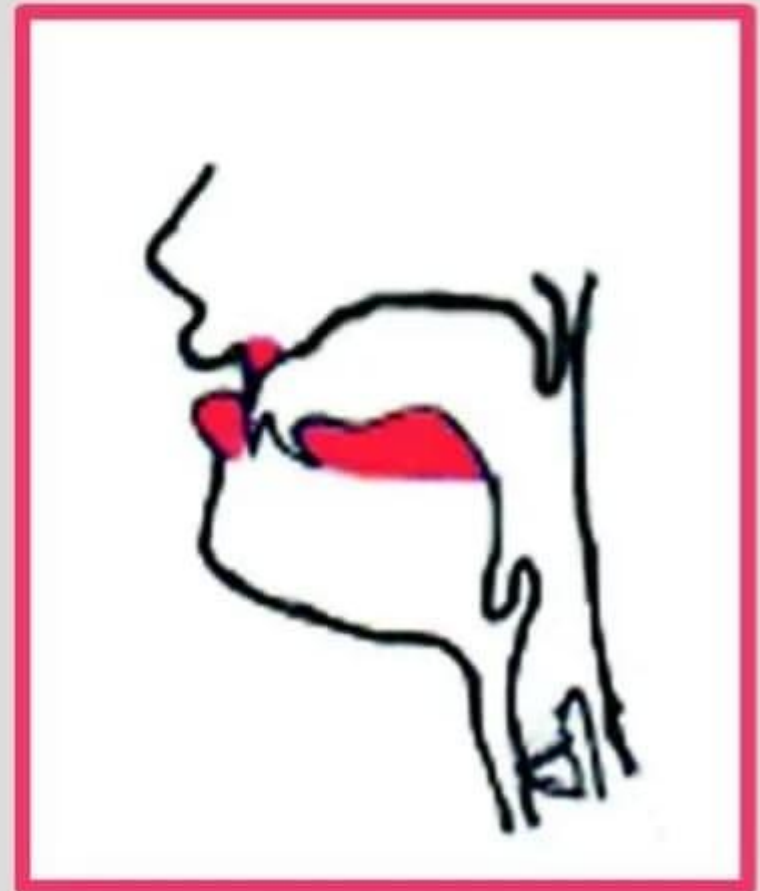
# ПРИЗУБНЫЙ ПАРАСИГМАТИЗМ

- а) Те же упражнения, что и при отсутствии звука.
- б) Сопоставление и различение на слух звуков «С-Т» в словах близких по звуковому составу (санки-танки), в слогах, среди фонем (см. развитие фонематического слуха).
- в) Лёгким нажатием шпателя на кончик языка опустить его за нижние резцы, чтобы образовать выход воздуха через межзубную щель.
- г) Предложить ребёнку держать язык между резцами, широко распластав его. При таком положении языка ребёнок, выдыхая воздух, ощущает его струю на кончике языка, производя звук, похожий на межзубный «С», затем, слегка нажимая шпателем на распластанный язык, на его кончик, следует постепенно отодвигать его за нижние резцы.



# ГУБНО-ЗУБНОЙ СИГМАТИЗМ

- а) Сопоставление и различение на слух звуков «С-Ф». В словах близких по звуковому составу, при дифференциации в слогах, среди фонем.
- б) Упражнения, что и при отсутствии звука. Подготовительные упражнения.
- в) Выполнить упражнения «Забор» – «Окно» – «Мост» – «Забор» – «Холодный ветер». Если не получается, то логопед придерживает нижнюю губу ребёнка, обнажая таким образом резцы, и предлагает выполнить упражнение «Холодный ветер». Затем ребёнок сам придерживает пальцем нижнюю губу, не давая ей подтягиваться к верхним резцам, повторяет упражнение «Холодный ветер». Когда звук будет получаться изолированно, произносить его в сочетании с гласными /сначала с механической помощью, затем без неё/.



# ШИПЯЩИЙ ПАРАСИГМАТИЗМ

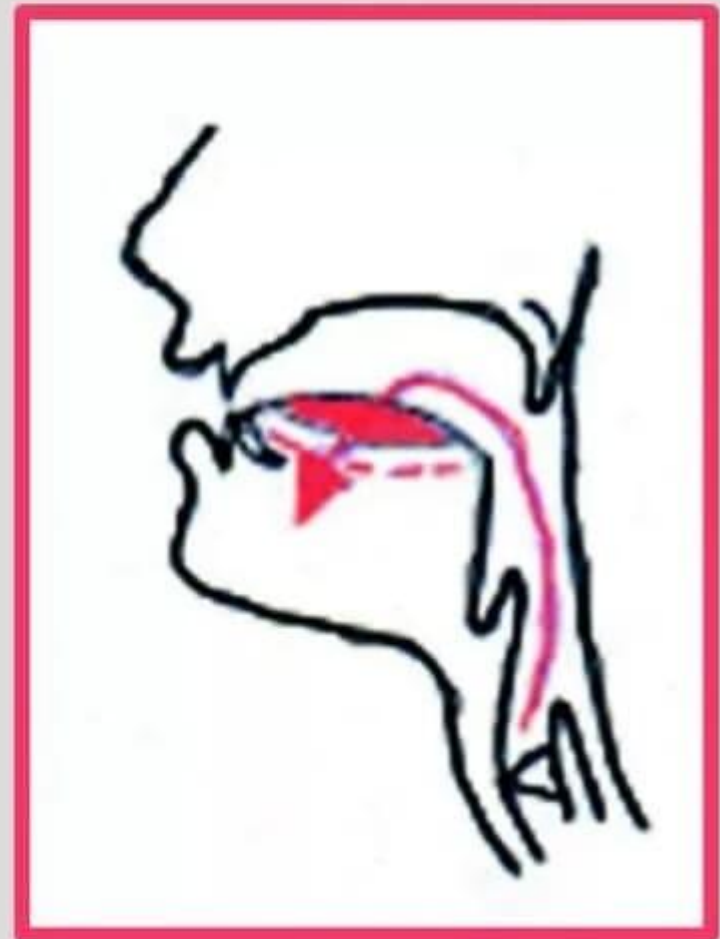
- а) Те же упражнения, что и при отсутствии звука.
- б) Сопоставление и различение на слух звуков «С-Ш» в словах, слогах, среди фонем.
- в) Выполнить упражнения «Забор» – «Окно» – «Мост», удерживать язык за нижними резцами.
- г) Из положения «Мост» выполнить упражнение «Лопата», подуть на язык в межзубном положении.
- д) Автоматизируют межзубный звук «С» в слогах, словах, фразах.
- е) Исправление межзубного звука «С», выполнив упражнение «Забор» – «Окно» – «Мост» – «Забор» – «Холодный ветер».





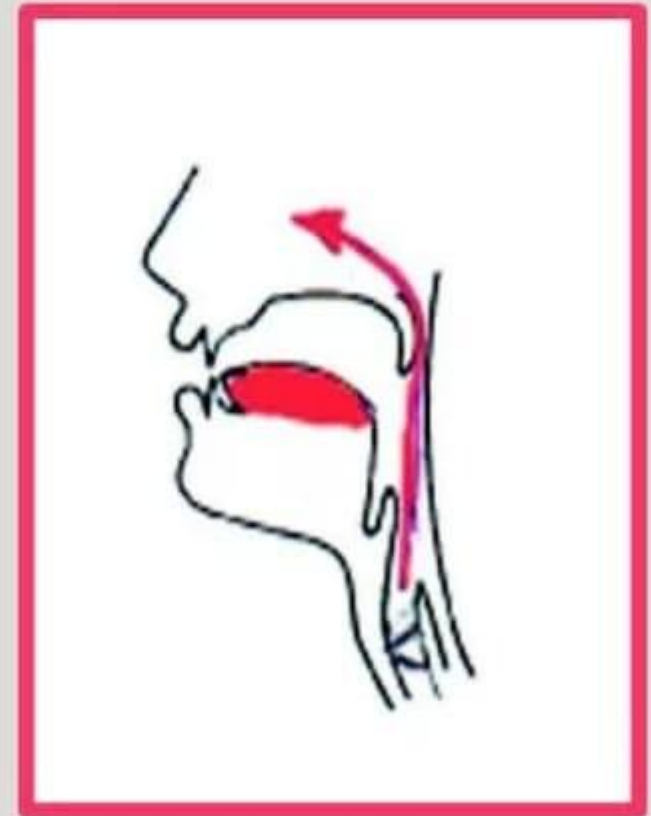
# БОКОВОЙ СИГМАТИЗМ

- а) Упражнения, что и при отсутствии звука.
- б) Выполнить упражнение «Лопата». Подуть на широкий язык, сначала язык находится между губ, а затем между зубами.
- в) Автоматизируют межзубный звук в слогах, словах, а затем уже устраняют межзубный сигматизм.



# НОСОВОЙ СИГМАТИЗМ

- а) Те же упражнения, что и при отсутствии звука.
- б) Дифференциация носового и ротового выдоха.
- в) Выполнить упражнение «Лопата» - положение языка между губ. Подуть на широкий язык. Подуть на язык в межзубном положении.
- г) Автоматизируют межзубный звук в слогах, словах, а затем уже устраняют межзубный сигматизм.



Для сигматизма также характерно, что некоторые его формы могут присутствовать одновременно, что в значительной степени усложняет коррекцию.

При наличии показаний проводится логопедический массаж (точечный, мягкого нёба). Можно проводить точечный массаж артикуляционных мышц по методу Л.А. Щербаковой.

# Точечный массаж артикуляционных мышц по методу Л.А. Щербаковой.

