

UOT 376

Turan Əlbəndə qızı Şahvələdlı Qədimova
Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universitetinin
Xüsusi təhsil kafedrasının müəllimi
fəlsəfə doktoru proqramı üzrə dissertant
ORCID 0000-0001-5680-441X

KƏKƏLƏMƏNİN KORREKSİYASINDA LOQORİTMİK MƏŞĞƏLƏLƏRİN, PSIXOTERAPİYANIN VƏ TƏNƏFFÜS GİMNASTİKASININ ROLU

Туран Албанда гызы Шахваладлы Гадимова
преподаватель кафедры Специальное образование,
Азербайджанского Государственного Педагогического Университета
диссертант по программе доктора философии

РОЛЬ ЛОГОРИТМИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ, ПСИХОТЕРАПИИ И ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ В КОРРЕКЦИИ ЗАИКАНИЯ

Turan Shahvaladli Gadimova Albanda
teacher of Special education department at
Azerbaijan State Pedagogical University
doctorial student in the program of doctor of philosophy

THE ROLE OF LOGORITHMIC EXERCISES, PSYCHOTHERAPY AND RESPIRATORY GYMNASTICS IN THE CORRECTION OF STUTTERING

Xülasə. Kəkələyən uşaqlarda loqoritmik məşğələlər onun emosional vəziyyətinə və davranışına müsbət təsir edərək uşaq şəxsiyyətinin yenidən tərbiyəsi, ümumi və nitq motorikasının məşqi və korreksiyası üçün böyük məna kəsb edir. Bu problemin korreksiyasında əsas yerlərdən birini psixoterapiya tutur. Kəkələyən şəxsə bilavasitə və dolayısı psixoterapiya ilə təsir göstərilir. Dolayısı psixoterapiya dedikdə mühit, ətraf təbiət, kollektiv, xidmət göstərən personal, rejim, oyunlar və bir çox digər məsələlər başa düşülür. Bilavasitə psixoterapiya isə izah, inandırma, təlqin və təlim formasında sözlə müalicəvi təsir deməkdir. Kəkələmənin korreksiyasının metodlarından biri A.N. Strelnikovanın paradoksal tənəffüs gimnastikasıdır. Hal-hazırda Strelnikovanın tənəffüs gimnastikasıdan nəinki müalicə, həm də təhsil müəssisələrində istifadə olunur.

Açar sözlər: *kəkələmə, korreksiya, loqoritmika, medikamentoz, psixoterapiya, tənəffüs gimnastikası, kompleks yanaşma*

Резюме. Логоритмические занятия у заикающихся детей имеют большое значение для перевоспитания личности ребенка, тренировки и коррекции общей и речевой моторики, положительно влияя на его эмоциональное состояние и поведение. Одно из главных мест в коррекции этой проблемы занимает психотерапия. На заикающегося человека оказывают прямое и косвенное воздействие психотерапией. Под косвенной психотерапией понимается окружающая среда, окружающая природа, коллектив, обслуживающий персонал, режим, игры и многие другие вопросы. А непосредственная психотерапия означает буквально лечебное воздействие в форме объяснения, убеждения, ободрения и обучения. Один из методов коррекции заикания по А.Н. Стрельниковой является парадоксальная дыхательная гимнастика. В настоящее время дыхательная гимнастика Стрельниковой используется не только в лечебных, но и в учебных заведениях.

Ключевые слова: *заикание, коррекция, логорitmika, медикаментозное лечение, психотерапия, дыхательная гимнастика, комплексный подход*

Summary. Logarithmic exercises in stuttering children, having a positive effect on his emotional state and behavior, are of great importance for the re-education of the child's personality, training and correction of general and speech motor skills. One of the main places in the correction of this problem is occupied by psychotherapy. The stuttering person is directly and indirectly affected by psychotherapy. Indirectly, psychotherapy is understood to mean the environment, the surrounding nature, the collective, the personnel providing services, the regime, games and many other issues. Direct psychotherapy means a healing effect in words in the form of explanation, persuasion, indoctrination and training. One of the methods of Correction of stuttering is A.N.It is paradoxical respiratory Gymnastics of Strelnikova. Currently, respiratory Gymnastics of Strelnikova is used not only in treatment, but also in educational institutions.

Key words: *stuttering, correction, logarithmics, medicamentous, psychotherapy, respiratory Gymnastics, complex approach*

Kəkələyən uşaqlar üçün fiziki tapşırıqlar müalicəvi xarakter daşıyır. Müalicəvi bədən tərbiyəsinin özünəməxsus hissəsi musiqi müşayiəti altında uşağın nitqi ilə uyğunlaşan hərəkətlər sistemini əks etdirən loqopedik ritmikadır. Musiqili-hərəkətli məşğələlər ümumi motorikanın korreksiyasına, uşağın nitqi ilə uyğunlaşan hərəkətli məşğələlər isə müəyyən əzələ qruplarının hərəkətlərinin koordinasiyasına istiqamətlənir. Belə tapşırıqlar uşağın nitqində əhəmiyyətli əksini tapır. Musiqili müşayiət onun emosional vəziyyətinə və davranışına müsbət təsir edərək uşaq şəxsiyyətinin yenidən tərbiyəsi üçün, ümumi və nitq motorikasının məşqi və korreksiyası üçün böyük məna kəsb edir.

Kəkələyən uşaqlarla işləyərkən loqoritmikanın aşağıdakı vasitələrindən istifadə olunur:

- giriş məşğələləri;
- mimikanın və oral praksisin, eşitmə diqqətinin və hafizənin, məkanda bələdləşmənin və ritm hissənin, təlqin etmə bacarıqlarının inkişafı üçün məşğələ və oyunlar;
- yaradıcı, süjetli-rollu, hərəkətli oyunlar, iradi keyfiyyətlərin inkişafı, aktivlik, müstəqillik, inisiativlik üçün yaradıcı etüdlər;
- ümumi motorika, qol, əl, barmaq motorikaları üçün məşğələlər, hərəkətli oyunlar;
- nəğmə, xor, nitqin prosodik tərəfinin inkişafı üçün musiqili müşayiətlə ram-oyunlar;
- təxəyyülün, yaradıcı bacarıqların, musiqi yaddaşının və musiqi yaradıcılığının inkişafı üçün etüdlər, oyunlar;
- tədbirlər, bayram tədbirlərində çıxışlar.

Kəkələyənlərin medikamentoz müalicəsi mərkəzi və vegetativ sinir sisteminin, nitq hərəkət aparatının fəaliyyətinin normallaşdırılması, qıcolmaların, psixogen izlərin aradan qaldırılması, bütünlükdə orqanizmin sağlamlaşdırılması məqsədini daşıyır. Kəkələmənin müalicəsi za-

manı medikamentoz vasitələr sırasında ümumi möhkəmləndirici, sedativ, spazmolitik, sakitləşdirici və stimulyasiyaedici vasitələrdən istifadə edilir. Ümumi möhkəmləndirici müalicə bütün uşaqlara təyin olunur. Kəkələmənin medikamentoz müalicəsi kompleks metodun vacib komponentlərindən olaraq digər müalicəvi tədbirlərlə bərabər əlverişli terapevtik effekt verir, loqopedik iş üçün yaxşı baza olaraq kəkələmənin residivlərinin profilaktikasında müsbət nəticələr verir. Medikamentoz müalicə kəkələmənin formasından asılı olaraq diferensasiya olunur. Yaş artdıqca medikamentoz müalicənin rolu da artır. Bu pubertat dövrün müəyyən kənarçıxmaları ilə əlaqədar bir sıra əlavə funksional problemlərin yaranması nəticəsində klinikanın mürəkkəbləşməsi ilə izah oluna bilər.

Kəkələmənin kompleks müalicəsində əsas yerlərdən birini psixoterapiya tutur. Psixoterapiyanın əsas vəzifəsi

- kəkələyənin psixi vəziyyətinin normallaşdırılması;
- şəxsiyyətin hərtərəfli tərbiyəsi;
- öz qüsurlarına və sosial mühitə qarşı sağlam münasibətin tərbiyəsi;
- mikrososial mühitə təsir.

Kəkələyən şəxsə bilavasitə və dolayısı psixoterapiya ilə təsir göstərilir. Dolayısı psixoterapiya dedikdə mühit, ətraf təbiət, kollektiv, xidmət göstərən personal, rejim, oyunlar və bir çox digər məsələlər başa düşülür. Bilavasitə psixoterapiya isə izah, inandırma, təlqin və təlim formasında sözlə müalicəvi təsir deməkdir. Müasir psixoterapiyada sözlə təsirin əsas iki forması fərqləndirilir:

1) rasionallıq (Dübuaya görə), və ya izahlı (V.M. Bexterevə görə);

2) suqgestiv terapiya, burada oyaq vəziyyətdə inandırma, yuxulu halda hipnoz və özünü inandırma (autogen məşq).

Rasional psixoterapiya özlüyündə məntiqi əsaslandırılmış izahlar, inandırma və kəkələyən şəxsin təlim sistemini təşkil edən fərdi və kollektiv şəkildə keçirilən xüsusi söhbətlərdən ibarət olur. Onun məqsədi kəkələyən şəxsə müvafiq olan obrazlı və inandırıcı formada kəkələmənin mahiyyətini başa salmaq, onun geri qayıtma ehtimalını, kəkələmənin aradan qaldırılmasında uşağın özünün rolunu, uşağın davranışının tənqidi təhlilini etməkdir. Məntiqi inandırma və nümunə ilə psixoterapevt kəkələyən şəxsə düzgün olmayan davranışın dəyişilməsində kömək etməyə, uşağın öz gücü ilə kəkələməni aradan qaldırma imkanlarını təlqin etməyə çalışır. Bunun üçün əvvəllər kəkələmiş, lakin müalicə kursunu müvəffəqiyyətlə bitirmiş uşaqların müstəqil nitq yazılışının səsləndirilməsindən istifadə oluna bilər. Kiçik yaşlı uşaqlar üçün rasional psixoterapiya müxtəlif oyunlardan, rəngarəng didaktik materialdan, əmək və musiqidən istifadəni nəzərdə tutur. Psixoterapiyanın bu formaları psixoprofilaktika və psixogigiyena ilə sıx bağlıdır.

İnandırma (suqgestiya) – psixoterapiyanın xüsusi metodudur. İnandırma həm kənar şəxs tərəfindən, həm də özünü inandırma formasında ola bilər. İnanma xüsusiyyəti bütün insanlara xas olduğundan bu metodlardan müalicə məqsədilə istifadə onlarla xüsusi tanışlıq tələb edir, əks halda səmərə əvəzinə vəziyyətin ağırlaşması ilə nəticələnə bilər. Məktəbəqədər yaşlı uşaqlarda psixikanın və diqqətin mərkəzləşməsinin yetərinə formalaşmaması səbəbindən bu metodlardan istifadə edilmir.

Kəkələmənin korreksiyasının metodlarından biri A.N. Strelnikovanın paradoksal tənəffüs gimnastikasıdır. A.N. Strelnikovanın gimnastikası dünyada yeganə gimnastikadır ki, burada burunla qısa və kəskin nəfəs vermə döş qəfəsini sıxan hərəkətlərlə uyğunlaşır. Bu zaman bütün orqanizmin ümumi fizioloji reaksiyasını yaradaraq geniş spektrli pozitiv təsiri təmin edir. Strelnikovanın tənəffüs gimnastikasının tətbiqi onun bir çox xəstəliklər zamanı səmərəsini göstərir.

Strelnikovanın tənəffüs gimnastikası bədənin bütün hissələrini işə cəlb edir: əllər, ayaqlar, baş, gövdə, qarın qurşağı, çiyin qurşağı və bütün orqanizmin ümumi fizioloji reaksiyasını cəlb edir. Oksigenə tələbat artır. Bu gimnastikada bütün tapşırıqlar burundan qısa və kəskin nəfəs alma ilə (passiv nəfəs vermə ilə) eyni za-

manda yerinə yetirildiyindən nəticədə daxili toxuma tənəffüsü artır və toxumaların oksigeni mənimsəməsi çoxalır.

Gimnastikada əsas diqqət nəfəs almaya verilir. Nəfəs alma çox qısa, ani, emosional və aktiv olur. A.N. Strelnikovanın fikrincə, əsas nəfəsi saxlamağı bacarmaq və nəfəs vermək haqqında tamamilə düşünməməkdir. Nəfəs vermə kortəbii olur.

Hal-hazırda Strelnikovanın tənəffüs gimnastikasındakı nəinki müalicə, həm də təhsil müəssisələrində istifadə olunur.

A.N. Strelnikovanın sisteminə görə 2-3 ay ərzində gündəlik məşqlərdən sonra uşaqlarda tənəffüsün yeni stereotipi yaranır. Tənəffüs yetərinə dərin olur. Bütün orqanizmi oksigenlə zənginləşdirərək gimnastika əsasən ağciyər toxumalarını, diafraqmanı, qırtlağın, burun-udlağın əzələlərini məşq etdirərək maddələr mübadiləsini aktivləşdirir. Passiv nəfəs vermə zamanı hava axını qırtlaqdan keçərək səs bağlarını titrədir, bununla da onları sanki masaj edərək fonasiya zamanı bütün uzunluqları boyunca bağlanmağa məcbur edir. A.N. Strelnikova kəkələyən şəxslərə nəfəs alma anında müxtəlif səslərin tələffüzü ilə hərəkətləri uyğunlaşdırmağı, yəni səsin qoyuluşu üçün xüsusi səs tapşırıqlarından istifadə etməyi məsləhət edir. Bu tapşırıqların sayəsində ağırlıq dərəcəsindən asılı olmayaraq larinqospazm aradan qaldırılır.

Kəkələyənlərin sosial adaptasiyasının vəzifələri kompleks şəkildə pedaqoji və psixoloji təsir yolları ilə həyata keçirilir. Bu zaman əsas məna kəsb edən həlledici rol ailəyə məxsusdur. Uşağın ailəsinə və valideynlərinə emosional bağlılığı ciddi psixoloji amil olduğundan loqoped valideynlərlə konsultativ-metodik iş apararkən bunu mütləq nəzərə almalıdır. Ailə kəkələyən uşağın şəxsiyyətinin formalaşdırılması və düzgün nitqinin möhkəmləndirilməsində ilkin və möhkəm təməldir.

Tədqiqatçıların müalicənin nəticələrinə fərqli baxışları kəkələmənin korreksiyasına müxtəlif qiymətləndirmə meyarlarından yanaşmaları ilə şərtlənir.

Kəkələmənin korreksiyasının effektivliyi bir sıra amillərlə müəyyən olunur:

1) qüsurun xarakteri və simptomatikanın təzahür dərəcəsi ilə (nitq, motor və sinir-psixi xüsusiyyətlər);

2) korreksiya prosesinin başlanma və davam etmə müddəti ilə;

3) təsirin kompleksliliyi ilə;

4) korreksiya təsiri üçün seçilmiş metodikaların müvafiqliyi, məktəbəqədər yaşlı uşaqların yaş və psixoloji xüsusiyyətlərin nəzərə alınması ilə.

Mərkəzi sinir sisteminin yüksək plastikliyi, təsir vasitə və metodlarının düzgün seçilməsi və digər amillər kəkələmənin korreksiya prosesinin əhəmiyyətli perspektivini müəyyən edir.

Beləliklə, kəkələmənin aradan qaldırılması məsələlərində tədqiqatçılar hələ də müxtəlif fikirlər söyləyirlər. Təhlil olunan fikirlər içərisində kəkələyənlərin reabilitasiya probleminə

kompleks, tibbi-pedaqoji və psixoloji yanaşma daha düzgün istiqamət kimi qeyd olunur.

Problemin aktuallığı. Bir problem kimi kəkələmənin müxtəlif istiqamətlərdən öyrənilməsi və buna müvafiq olaraq da korreksiya istiqamətlərinin təhlil olunaraq öyrənilməsi, bu sahədə yeni tədqiqatların aparılması öz aktuallığını hər zaman qoruyur.

Problemin elmi yeniliyi. Keçmiş tədqiqatlara istinad edərək, müasir elmi yeniliklərlə kəkələmənin korreksiya istiqamətlərinə daha dəqiq müəyyənləşdirib, təhlil etmək olar.

Problemin praktik əhəmiyyəti. Müasir dövrdə kəkələmə probleminin korreksiyası və reabilitasiyası istiqamətində aparılmış tədqiqatları bilmək çox əhəmiyyətlidir.

Ədəbiyyat:

1. Гегелия, Н.А. Родителям о заикании детей и подростков // Дефектология. – 2000. – №5. – С.66 - 71.
2. Леонова, С.В. Психолого-педагогическая коррекция заикания у дошкольников: Учебное пособие/ Под ред.В.И. Селиверстова. – М.: ВЛАДОС, – 2004. – 128с.
3. Лохов, М.И., Фесенко, Ю.А., Рубина, Л.П. Основные подходы к лечению заикания и логоневроза в контексте общей терапии моносимптоматических пограничных психических расстройств детского возраста // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. – 2005. – Т.02, №1. – С.56-61.
4. Карпова, Н.Л. и др. Практически ориентированные исследования в логопсихотерапии/ Н.Л. Карпова, А.А. Кисельников, Н.В. Волкова, Л.М. Пастушкова // Дефектология. – 2006. – №4. – С.18-28.
5. Дубровская, С. Знаменитая дыхательная гимнастика Стрельниковой. – М.: РИПОЛ классик, – 2009. – 3-16 с.

E-mail: 91turan@gmail.com

Rəyçilər: dos. N.T. Hüseynova

dos. S.R. Aslanova

Redaksiyaya daxil olub: 11.05.2022