

ÖĞRETMENLER VE SES BOZUKLUĞU

Mürüde Gingi

Diş ve Konuşma Terapisi Bölümü

İletişim hayatın başlangıcından bu yana var olmuş, insanlığın evrimi ile dinamikleşmiş bir süreçtir. Yaşayan bütün canlılar kendilerine özgü bir iletişim biçimi ile ileti alışverişinde bulunmuştur. Ses, sese dayalı çağrı sistemleri pek çok hayvan türünden var; ama sestten sözlü geçiş ve sözle anlatma evrimseldir. İnsanı diğer canlılardan üstün kılan işte bu biricik davranış, ‘konuşma yoluyla dili kullanabilme’ ya da kısaca ‘konuşma dili’dir. İletişimi, dil ve konuşmayı da içeren ve birbirleriyle kesişen becerilerden oluşan şemsiye bir terim olarak düşünebiliriz. Dil, bu iletişimi sağlayan araç, konuşma ise aracı iletme yoludur.

İletişim amacını gerçekleştirmek amacı ile merkezde oluşan iletinin karşı merkeze iletilmesi sürecinde sözel ve sözel olmayan biçimler kullanılabilir. “Konuşma” ise bir bilgiyi, duyguyu, düşüncüyü bir merkezden başka bir merkeze sözel ve sesli iletim biçimidir. Konuşmanın temel hammaddesi sestir. Sesin oluşturulması üç temel sistemi gerekli kılar. Bu sistemleri şöyle sıralayabiliriz, solunum, fonasyon ve artikülasyon. Solunum, sesin oluşturulması için gerekli hava kaynağını sağlar. Fonasyon, akciğerlerden gelen havanın gırtlak düzeyinde ses telleri aracılığı ile şekillenmesidir. Artikülasyon, gırtlaktan geçen sesin oral kavitede oynak ve oynak olmayan yapılarda konuşma sesine dönüşmesidir. O halde iletinin ses bilgisel olarak planlanmasından sonra sesletim için motor planlamasının yapılması sonucu harekete geçen bu üç sistem konuşmanın oluşturulmasında önemlidir.

Öğretmenlik mesleği düşünüldüğünde, öğretmenin en önemli görevi, sahip olduğu bilgiyi öğrencilerine aktarmaktır. Öğretim sırasında bir çok öğretim yöntem tekniklerinin kullanımı, öğretim için etkili bir araç olmasına karşın öğretmenin ses kullanımının önemini ortadan kaldıramayacaktır. Diğer yandan gündelik hayatta iletişimin etkili ve verimli gerçekleşmesinin yanında, şarkıcılar, avukatlar, politikacılar, öğretmenler gibi mesleklerinde birincil iletişim kanalı olarak sesi kullanan kişiler açısından, ses kullanımının doğru gerçekleştirilmesi önemlidir. Bu kişilerin iletişim süreçlerinde seslerini doğru kullanmalarının daha etkili ve verimli iletişim kurmalarını sağlayacağı söylenebilir.

Eğitim ortamları düşünüldüğünde, sınıftaki öğrenci sayısının çokluğu, öğretmenin ses mekanizmasının korunmasında problem yaratabilecek başlıca etmenlerdir. Sınıftaki öğrenci sayısının fazla olması, öğretmenin kendi sesini tüm öğrencilere duyurmak için kendi sesini zorlaması, karşılaşılabilecek bir davranış biçimidir. Bu davranış biçimini öğretmeni ve öğretmenin sesini yorabilmektedir.

Öğretmenin, sınıfı kontrol etmek için sesini fazlaca yükseltmesi, sesine zarar verebilmektedir. Sınıf öğretmenin haftalık ders saati yükünün 30 saat olması sonucu, günlük ders saati yükü altı saattir. Bu durum öğretmenlerin ses kullanıcısı olarak risk altında olabileceklerine işaret etmektedir.

Ses bozukluğunun varlığını bize belli eden belirli işaretler vardır. Bu işaretlerden bazıları aşağıda gösterilmektedir (Tablo 1).

Tablo 1: Ses bozukluğunun bazı işaretleri

Ses Bozukluğunun İşaretleri	
Ses kısıklığı	Hırıltılı, boğuk ses veya seste çatlama
Nazal olmayan konuşma seslerinin de nazal üretimi	Yaşa ve cinsiyete uygun olmayan bir ses tonu

Ses hijyeni; konuşma miktarını azaltmak, ses şiddetini azaltmak, sesin kötüye kullanımını azaltmak, çevresel düzenlemeler ve bol su tüketimi gibi eylemleri içerir.

Dünyada olduğu gibi Kıbrıs'ta da öğretmenlerin seslerini en iyi şekilde koruyabilmeleri, ses mekanizmasının anatomik yapısı ve fizyolojik çalışma paternleri hakkında bilgilendirilmeleri, ses mekanizmalarını korumada yarar sağlayabilir. Öğretmenlerin ses hijyeni ve sesin kullanımı hakkında bilgi edinmiş olmaları, mesleklerini yaptıkları sürece seslerini korumada daha etkili bir yöntem olabilir.

Seslerini yoğun kullanan değerli öğretmenlerimizin dönem başlarında ses mekanizması, ses kullanımı ve ses hijyeni konularında hizmet içi eğitimlerle bilgilendirilmeleri önemli bir katkı sağlayacaktır. Bu bilgilendirme ses üretimi, ses üretim mekanizmaları ve ses hastalıkları konularında da bilgi aktarımı olması da önemli bir faktör.

Öğretmenlerimiz gerekli şekilde bilgilendirilmesi ve daha sonra eğitim yılı süresince gerekli muayenelerle takip edilmeleri ses bozukluğunun yaygınlığının azalmasına önemli bir katkı sağlayabilir. Mesleki bir hastalık olan ses bozukluğunda öğretmenlerimize dil ve konuşma terapistleri tarafından gerekli terapinin sağlanması sağlıklı sese kavuşması için önemli bir adım olabilir.

Sesimiz iletişimimiz için çok önemli ve değerlidir. Eğer sesimiz sağlıklı olmazsa rahat bir şekilde sözlü iletişime geçemeyiz. Günlük hayatımızda ellerimizi yıkamak gibi hijyen konularına gösterdiğimiz özeni sesimiz için de göstermeliyiz. Sesimiz sağlıklıyken onu koruyalım.