

PHƯƠNG PHÁP LUYỆN THỞ, LUYỆN GIỌNG CHO TRẺ KHIẾM THÍNH

VƯƠNG HỒNG TÂM

**Viện Khoa học Giáo dục Việt Nam
Email: vuonghongtam@gmail.com**

Tóm tắt: Trẻ khiếm thính bị suy giảm sức nghe nên ảnh hưởng rất lớn đến sự phát triển ngôn ngữ nói. Dạy trẻ khiếm thính học nói là một nhiệm vụ khó khăn và lâu dài. Ngoài việc, kết hợp dạy cho trẻ những kĩ năng đặc thù như luyện nghe, luyện thở, luyện giọng và dạy nói cho trẻ khiếm thính còn có sự hỗ trợ của các phương tiện trợ thính giúp cho việc học nói ở trẻ khiếm thính trở nên dễ dàng và hiệu quả hơn, các em có khả năng học tập và hòa nhập với các bạn cùng trang lứa. Bài viết phân tích vai trò của việc luyện thở, luyện giọng và đề xuất các phương pháp luyện thở, luyện giọng cho trẻ khiếm thính.

Từ khóa: Trẻ khiếm thính; luyện thở; luyện giọng; phát triển ngôn ngữ nói.

(Nhận bài ngày 11/8/2016; Nhận kết quả phản biện và chỉnh sửa ngày 10/12/2016; Duyệt đăng ngày 27/12/2016).

1. Đặt vấn đề

Cấu tạo bộ máy hô hấp ở trẻ khiếm thính (TKT) phát triển bình thường nhưng dung lượng phổi nhỏ hơn trẻ nghe, nhất là đối với những trẻ mất hoàn toàn ngôn ngữ nói. Do TKT không nói hoặc nói ít nên hô hấp chỉ phục vụ cho sinh lí cơ thể, trong khi đó con người dùng hơi thở để nói chiếm một khối lượng không khí rất lớn. Bởi vậy, bộ máy hô hấp của TKT có các đặc điểm sau: 1/ TKT hít vào không sâu, lượng khí vào phổi ít, khi thở ra, trẻ thường thở nhanh, không thở được từ từ (không tiết kiệm hơi thở ra); 2/ TKT không có khả năng vừa thở vừa nói, mỗi khi nói trẻ thường phải nhịn thở nên hay nói nhát gừng.

Để chuẩn bị những nền tảng cơ bản nhất cho việc phát triển ngôn ngữ nói ở TKT thì việc luyện thở, luyện giọng chiếm vai trò rất quan trọng. Trong khuôn khổ bài viết này, chúng tôi đề xuất một số phương pháp luyện thở, luyện giọng cho TKT.

2. Vai trò của luyện thở, luyện giọng

2.1. Luyện thở

Đối với những trẻ nghe, trong quá trình hình thành tiếng nói và nhất là trong khi nói thường xuyên được luyện tập thở qua tập nói. Ngược lại, TKT rất ít nói và có thể chưa bao giờ nói nên trẻ không có cơ hội để hình thành những kĩ năng thở khi nói đúng cách. Hơn nữa, TKT thường có dung lượng hô hấp thấp hơn trẻ nghe. Do vậy, tiếng nói ở TKT thường bị nhát gừng, do khi nói trẻ nhịn thở nhất là đối với trẻ mới bắt đầu học nói. Vì vậy, cần phải luyện thở giúp trẻ có kĩ năng vừa thở, vừa nói để có khả năng nói được câu dài.

2.2. Luyện giọng

Hầu hết, giọng nói của TKT không bình thường, giọng yếu, giọng khàn, giọng cao, giọng mũi, giọng kim hoặc không có giọng. Mặc dù TKT có thể phát âm đúng nhưng giọng khó nghe sẽ làm giảm tính dễ hiểu của lời

nói. Nội dung của luyện giọng là hình thành ở trẻ khả năng điều chỉnh giọng nói của mình khi phát âm: độ cao, cường độ, trường độ, ngữ điệu, âm sắc,... của lời nói.

3. Phương pháp luyện thở, luyện giọng

3.1. Phương pháp luyện thở

a) Nội dung luyện thở cho TKT

Do đặc điểm trên, việc luyện thở cho TKT trước khi học phát âm là một việc cần thiết và bắt buộc trong mỗi tiết học. Nội dung luyện thở bao gồm:

- Hít vào thật sâu và thở ra từ từ (tiết kiệm hơi khi thở ra)

- Luyện thở khi nói - vừa nói vừa thở.

- Nói liền hơi một từ, một câu ngắn, ngắt nghỉ cụm từ, câu

b) Bài tập luyện thở

Bài 1: Thổi mạnh

Thổi nến tắt và điều chỉnh dần khoảng cách (từ 30 cm đến 1m).

Bài 2: Thổi ra từ từ

Thổi nến nhưng không tắt và điều chỉnh dần khoảng cách (từ 30 cm đến 1m).

Bài 3: Luyện tập với nguyên âm

- Dùng nguyên âm A để luyện: Nói to (A)

Nói nhỏ (a)

Nói kéo dài (a_____)

- Có thể bắt chước tiếng kêu của các con vật (meo - meo, gâu - gâu).

Bài 4: Nói liều hơi các âm tiết.

baba bababa baba baba

Mẹ đi chợ. Bố đi dạy học. Ông tưới cây ngoài vườn.

3.2. Phương pháp luyện giọng

a) Đặc điểm giọng của TKT

Luyện giọng nói cho TKT thực sự là một vấn đề nan giải nhất trong dạy phát âm. Hầu như tất cả TKT cho dù được luyện tập nhiều đến đâu cũng không đạt



được giọng bình thường như những trẻ nghe. Mặc dù, cấu tạo dây thanh và khoang yết hầu của trẻ tương đối bình thường (trừ một số trường hợp bị khuyết tật ở dây thanh).

Những khuyết tật phổ biến ở TKT:

- Cũng có một tỉ lệ đáng kể TKT không hề có phản ứng với âm thanh dẫn tới cảm, những trẻ này cần phải qua giai đoạn "giải cảm" trước khi học phát âm.

- Giọng nói của TKT thường cao hơn bình thường (sai cao độ)

- Trẻ phát âm mạnh (sai cường độ).

- Mũi hóa tất cả các âm (sai về cân bằng cộng hưởng).

- Đôi khi giọng khàn (do hoạt động của dây thanh không đúng).

- Tốc độ và nhịp điệu lời nói: chậm, nhát gừng.

b) Mục đích của luyện giọng nói

- Cân bằng sự cộng hưởng: không thái quá, không lạm dụng, sử dụng đúng mức.

- Giọng có cao độ thích hợp với những độ cao khác nhau

- Tự kiểm tra, tự điều chỉnh giọng của mình.

- Tốc độ và nhịp điệu lời nói bình thường.

c) Những nguyên tắc tạo và sửa lỗi giọng nói

- Tận dụng triệt để phần thính lực còn lại (sử dụng thiết bị trợ thính) để tạo giọng.

- Sửa lỗi giọng nói càng sớm càng tốt.

- Kết hợp luyện giọng với luyện nghe/đọc hình miệng.

- Tạo những cơ hội tự nhiên để trẻ tự tạo giọng nói.

d) Nội dung luyện giọng

1/ Cân bằng sự cộng hưởng khoang miệng - mũi - hầu.

Những nhược điểm về cộng hưởng trong khi phát âm ở TKT thường theo hai hướng chính:

+ Mũi hoá các âm: Phần lớn các âm phát ra đều là âm mũi do lưỡi con không đóng được khoang mũi khi phát âm.

+ Ngược lại với nhược điểm trên, trẻ không biết điều khiển để một phần hơi có thể thoát ra đằng mũi khi phát âm những âm mũi. Gốc lưỡi bị "cuộn tròn" phía sau, bịt đường thoát của không khí qua đường mũi, đồng thời cản trở luôn lối thoát qua miệng - tạo nên âm bị "tắc nghẽn".

Để sửa những hạn chế trên, không nên dùng những âm mũi /m/, /n/ mà nên bắt đầu sửa từ những âm trầm, có tần số từ 125 đến 500 Hz. Điều này gây ra một số khó khăn trong sử dụng thiết bị trợ thính, vì phần lớn các thiết bị trợ thính hiện nay không có khả năng khuếch đại âm trầm.

Đối với dạng khuyết tật thứ hai - âm tắc nghẽn, thường trẻ rất ít mắc phải khuyết tật này nếu sớm được sử dụng thiết bị trợ thính và được luyện giọng ngay từ

tuổi mầm non (3-4 tuổi).

Một số bài tập dùng để luyện sự cân bằng cộng hưởng khi phát âm.

Bài 1. Để trẻ ngồi trước gương và tiến hành theo những bước sau:

Bước 1: Yêu cầu trẻ há miệng, hạ thấp mặt lưng lưỡi và tì đầu lưỡi vào răng cửa làm dưới.

Giữ lưỡi ở tư thế như vậy và hít vào thật mạnh rồi thở ra thật mạnh nhiều lần.

Bước 2: Mím môi, hít vào qua mũi, sau đó thở ra bằng mồm. Trong khi đó, lưỡi cần phải nằm ở vị trí thấp và thanh quản trùng.

Bước 3: Miệng há to, yêu cầu trẻ hít vào qua mũi và thở ra bằng mồm.

Bước 4: Yêu cầu trẻ phát âm /ng/, /a/ và quan sát nhìn, nghe, sờ) để nhận biết sự khác nhau giữa chúng.

Bước 5: Phát âm các âm tiết kết thúc với âm /ng/, thí dụ: ang, ông, ung với sự kéo dài âm cuối ang _____

Sau đó, cho trẻ luyện tập với âm /m/ và /n/, thí dụ: ôm/con tôm, um/cái chum, ôm/số bốn, in/chín... .

Bài 2. Tạo sự cộng hưởng cho trẻ.

Bước 1: Hướng dẫn trẻ phát âm nhanh những âm /b/, /d/, /g/.

Nhắc lại những âm trên nhiều lần và tăng dần tốc độ vận động của môi và miệng. Sau đó để trẻ tập phát âm những âm tiết: bò đồ gô /bi đi ghi.

Bước 2: Tiếp theo trẻ sẽ phát âm những nguyên âm /i/, /a/, /u/ theo nhịp (đánh nhịp hoặc gõ xuống bàn). Sau đó bước sang luyện tập cộng hưởng khoang mũi:

- Phát âm kéo dài /m/ và /n/ và quan sát để nhận thấy cảm giác "buồn buồn" ở môi, ở mũi và lưỡi khi phát âm /n/.

- Tiếp theo, trẻ sẽ phát âm /m, n, ng/ liền một hơi. Đồng thời nhận biết cảm giác rung ở mặt và đầu.

Bước 3: Yêu cầu trẻ để trùng lưỡi khi phát âm kéo dài các âm tiết /ham, ham ham/han, han, han/ ha, ha, ha/ như khi kéo dài các đơn âm /m, n, /.

2) Luyện cường độ giọng

TKT thường phát âm to hơn mức cần thiết do trẻ không kiểm soát được âm phát ra như thế nào là vừa đủ cho từng tình huống. Điều này gây nên sự khó chịu đối với người nghe. Làm thế nào để luyện tập kĩ năng nói với độ lớn vừa đủ, kiểm soát được khi phát âm?

Một số bài luyện tập:

Đồ dùng luyện tập: Hoạt động

1. Tranh, ảnh, băng chữ (theo sách giáo khoa)	Trẻ nghe và phân biệt: Giống nhau, To/nhỏ
2. Nhận biết bằng cảm giác da.	Trẻ để một tay lên cổ mình và tay kia để lên cổ cha mẹ/giáo viên. Nhận biết âm to nhỏ qua cảm giác rung nhiều ít ở tay mình.

3. Khoảng cách	Để trẻ đứng ở những khoảng cách khác nhau và phát âm với những độ lớn khác nhau
4. Đo bằng Ohmmeter	Trẻ được quan sát trên màn hình khi phát âm to/nhỏ khác nhau
5. Trống kèn	Cha mẹ/giáo viên ngồi phía sau trẻ, đánh trống, thổi kèn với độ lớn khác nhau và yêu cầu trẻ nhận biết và phát hiện
6. Ba tờ giấy màu: xanh, đỏ, vàng	Cha mẹ/giáo viên chỉ vào màu tương ứng đã qui định Màu đỏ Phát âm to Màu vàng Phát âm nhỏ Màu xanh Phát âm vừa
7. Hai tranh: con sư tử, con chuột	Trẻ sẽ bắt chước tiếng con sư tử thật to khi giáo viên đưa tranh con sư tử và ngược lại với tranh con chuột nói nhỏ.

4. Luyện độ cao của giọng

Độ cao của giọng phụ thuộc vào độ dài, độ căng và tốc độ rung của dây thanh. Độ cao của giọng là một trong những yếu tố làm cho tiếng nói rõ ràng và dễ hiểu. Trong tiếng Việt có sự liên quan đến thanh điệu của ngôn ngữ. Đây là một nội dung rất quan trọng trong việc dạy TKT phát âm. Đồng thời luyện độ cao của giọng cũng là một vấn đề gặp nhiều khó khăn đối với TKT.

a) Đặc điểm về độ cao của giọng ở TKT

Để luyện giọng cho TKT, giáo viên cần có kế hoạch thường xuyên kiểm tra độ cao của giọng và so sánh với trẻ nghe. Mặc dù độ cao của giọng rất khác nhau ở từng TKT, nhưng nhìn chung khi đo cho kết quả sau đây:

Ở độ tuổi: 7- 8 tuổi:

Tần số cơ bản của giọng:

Ở TKT nam: 292Hz

Ở TKT nữ: 245 Hz

Ở trẻ nghe nam: 289Hz

Ở trẻ nghe nữ: 235Hz

Ở độ tuổi: 17 - 18 tuổi:

Ở TKT nam: 184 Hz.

Ở TKT nữ: 256Hz.

Ở trẻ nghe nam: 130 Hz Ở trẻ nghe nữ: 230Hz

Qua đó ta nhận thấy rằng, nhìn chung tần số giọng của TKT cao hơn trẻ nghe, càng lớn thì độ chênh lệch càng nhiều.

Kiểm khuyết về độ cao của giọng ở TKT có thể chia ra làm hai dạng:

+ Độ cao không phù hợp: Cao hơn bình thường.

+ Ngữ điệu lời nói không đúng, thường gặp hai loại khác nhau: Ngữ điệu đều đều và nhấn mạnh không đúng chỗ, tùy tiện.

b) Những biện pháp luyện độ cao của giọng

Bước 1. Tập phân biệt độ cao của giọng bằng thính giác.

Trước hết, trẻ cần biết cách phân biệt bằng phần thính lực còn lại của mình khi nói giọng cao, thấp hay vừa. Cho nên, nhất thiết trẻ cần đeo các thiết bị trợ thính phù hợp trong quá trình luyện giọng.

Sự phân biệt này cần được tiến hành từ thấp đến cao:

+ Luyện cho trẻ phân biệt những âm thanh thuần túy (đơn âm) ở 2 giải tần số 250Hz và 500Hz.

+ Sau đó, cho trẻ tập phân biệt tiếng nói của nam và nữ. Thông thường giọng của nam ở độ cao 60-70Hz và nữ 100-120Hz. Trẻ cần nhận biết được đâu là giọng nam, đâu là giọng nữ. Để đảm bảo chính xác và không thay đổi về độ cao của giọng chuẩn, nên ghi âm tiếng nói để trẻ nghe nhiều lần trước khi phân biệt.

+ Sau khi trẻ đã có kĩ năng phân biệt giữa giọng nam và giọng nữ trong lời nói, sẽ chuyển sang bài tập cao hơn: Tập phân biệt giọng cao thấp trong một câu nói. Thí dụ:

- Cháu
 chào cô
 ạ!
 - Mẹ ơi
 cho con cái
 kẹo

Ngoài ra, giáo viên có thể tập cho trẻ phân biệt độ cao, thấp của âm nhạc.

Thí dụ: tổ chức cho TKT nghe một bài hát. Trước tiên, cho trẻ phân biệt âm cao, âm vừa, âm trầm của bài hát đó. Sau đó, cho trẻ vừa nghe vừa phân biệt âm sắc của giai điệu bài hát (Nếu nghe được âm cao - để tay lên đầu, nếu nghe được âm vừa - để tay lên vai, nếu nghe được âm trầm - tay thả xuống dưới/để tay lên bàn.

Bước 2. Luyện tập phát âm đúng độ cao của giọng.

Bằng những bài tập luyện nghe phân biệt, yêu cầu trẻ gặp lại (phát âm) những âm, âm tiết, từ câu đúng cao độ của giọng chuẩn. Thí dụ:

* Âm: Cao: /i/ /i/

Trung: /a/ /a/

Thấp: /u/ /u/ /u/

* Âm tiết: Cao: /bi/ /bi/

Trung: /ba/ /ba/ /ba/

Thấp: /bu/ /bu/ /bu/

* Từ: Cao : xe (đạp), (con) dê

Trung : (lá) cờ, (lá) thư

Thấp: (con) bò, ngủ

* Câu: Cao:.....chép.....Chim

Trung:..... cátha

Thấp:..... Con..... môi.

5. Kết luận

Luyện thở, luyện giọng là khâu quan trọng, hỗ trợ quá trình phát triển ngôn ngữ nói ở TKT, luyện thở giúp trẻ biết ngắt hơi khi nói câu dài, biết nghỉ đúng chỗ, ngắt một câu dài thành những cụm từ; Luyện giọng giúp làm



tăng tính dễ hiểu của lời nói. Giáo viên, cha mẹ TKT cần chú trọng việc luyện thở, luyện giọng cho TKT thường xuyên trong mỗi hoạt động giao tiếp hàng ngày.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

[1]. Đoàn Thiện Thuật, (1977), *Ngữ âm tiếng Việt*, NXB Trung học chuyên nghiệp.

[2]. Nguyễn Ánh Tuyết, (1986), *Tâm lý học trẻ em trước tuổi học*, NXB Giáo dục Hà Nội.

[3]. Bộ Giáo dục & Đào tạo, (2000), *Sách giáo khoa Tiếng Việt lớp Một* (Chương trình cải cách, Trung tâm

Thực nghiệm Giáo dục phổ thông, Chương trình tiểu học năm 2000).

[4]. Nguyễn Trí, (2005), *Dạy và học môn Tiếng Việt ở tiểu học*, NXB Giáo dục, Hà Nội.

[5]. Sandra Waling, (1987), *A Speech Guide for teacher of Hearing Impaired Children*.

[6]. Mary Courtman -Davies, (1979), *Your Deaf Childs Speed and Language*, London.

[7]. Dr.A. van Uden, (1983), *Diagnostic Testing of Deaf Children*.

METHODS OF BREATHING, SPEAKING TRAINING FOR DEAF CHILDREN

Vuong Hong Tam

The Vietnam Institute of Educational Sciences

Email: vuonghongtam@gmail.com

Abstract: Deaf children with hearing impaired greatly influenced to development of spoken language. Teaching deaf children to speak is a difficult and long term task. Besides, combining specific skills such as listening, breathing exercises, speaking training and speaking training for deaf children with hearing aids makes their speaking easier and more efficient, they are capable of learning and integration with friends. The paper analyzes the role of breathing exercise, speaking training and recommends methods of breathing, speaking training for deaf children.

Keywords: Deaf children; breathing exercise; speaking training; development of spoken language.