

**Thoroczkay Miklósné: Beszédtechnikai gyakorlókönyv.** Holnap Kiadó, Budapest, 2013. 394 lap

A helyes, artikulált beszéd magától értetődőnek tűnik legtöbbször számunkra, amely nem igényel külön figyelmet vagy időráfordítást. A gyermekkorban elsajátított tudásunkban azonban hiányosságok rejtőzhetnek, beszédünk helyenként korrekcióra szorul, esetleg eddig fel nem tárt beszédhibával is rendelkezhetünk. A beszédtanítás célja a beszédkultúra ápolása, az egyéni pontatlanságok javítása és a megfelelő technikán alapuló beszédmód kialakítása. Mindezekhez nyújt hathatós segítséget Thoroczkay Miklósné 2013-ban már második kiadásban megjelent *Beszédtechnikai gyakorlókönyve*, amely egyéni és csoportos tanuláshoz, valamint a tárgy oktatásához egyaránt kiválóan alkalmazható. A szerző a Gyógypedagógiai Tanárképző Főiskola oligofrén és logopédia szakán szerzett diplomát. A Budapest Gémtudományi Kutatóközpont Óvoda, Általános Iskola, Készségfejlesztő Speciális Szakiskola és Szakszolgáltató Központ logopédiai tagozatának vezetőjeként és a Színház- és Filmművészeti Egyetem adjunktusi beosztásban működő beszédtechnika-tanáráként Éltes Mátyás-díjban részesült. 1999-ben a Plantin Kiadó gondozásában látott napvilágot *A Kőbányai Logopédiai Hálózat alakulása 1969–1999* című könyve, 2003-ban a Color Paletta Kiadónál a *Hangfejlesztés – Beszédtechnika* című műve, 2010-ben pedig a Logopédia Kiadónál a *Lazán perdülj!* című útmutatója az *r* hangzó kialakításához.

A *Beszédtechnikai gyakorlókönyv* tartalom ismertetése után Fehér Ildikó, a Színház- és Filmművészeti Egyetem művészibeszéd-tanárának ajánlásával indul. Soraiból kiderül, hogy a beszédtanítást Nagy Adorján és Gáti József a színészpédagógia, Fischer Sándor az énektanítás, Montágh Imre és Thoroczkayné pedig a logopédia irányából közelítették meg írásaikban, ám nem született egy, a témát minden oldalról összefoglaló áttekintés. Thoroczkayné több évtizedes logopédusi és színészpédagógusi munkássága lehetővé tette, hogy ebben a könyvében létrejöjjön a különböző szakterületek szintézise, és megjelenjen a beszédtechnika oktatásának átfogó műve. Az Irodalomjegyzéket és az Utószót nem számítva a tizenkét egységből álló gyakorlókönyv minden fejezete, sőt egyes alfejezetei is mottóval indulnak. Ezek szerzői kiemelkedő írók és költők, ismert gondolkodók, és köztük újra meg újra feltűnik Kodály Zoltán neve. A Bevezetőben Thoroczkayné rávilágít, hogy a beszéd képessége nem automatizmus, olyan változó és átalakuló jelenség, mint az írásunk vagy a külsőnk. Az önismeret és testünk fiziológiai folyamatainak megértése vihet közelebb a helyes beszédtechnika elsajátításához, és ezt a törekvést a szerző bizalmas jó barátként igyekszik támogatni. Ennek érdekében tegező formára vált, és személyes hangvétellel biztosítja az olvasót arról, hogy a szakkifejezéseket tudatosan kerülő elméleti rész feltérképezése után a gyakorlatok kitartó elvégzése önállóan is eredményt hoz. Ugyancsak informálisan szólítja meg logopédus kollégáit, akiknek az elméleti alapozás fontosságára, a bemelegítő artikulációs feladatok nélkülözhetetlenségére és a magyar nyelv egészségének ápolására hívja fel a figyelmét.

„A beszéd a személyiség tükré” – állítja Thoroczkayné a *Beszédre hangolódás* című második fejezetben (11). Kiemeli, hogy a beszédmódor a közölt tartalommal együtt sokat elárul a megszólalóról, ám a beszélő megjelenése, alkata, testtartása, járása, mozdulatai, gesztusai, arcjátéka és tekintete is szerves része a megnyilvánulásnak. Ezek tudatosítását a koncentráció növelésével véli megvalósíthatónak, és így az egységes beszédfolyamat részeire is fényt derül. Lényegesnek tartja, hogy megfigyeljük a hangszínt, a hangerőt, a hangterjedelmet, a hangsúlyozást, a hanglejtést, az artikulációt, a légzést, a tempót, a gondolatok lezárását, a megnyilatkozás őszinteségét és a fogalmazásmód világosságát. A bemelegítő gyakorlatokkal a szerző a környezet hanghatásaira, majd az emberi szóra, a rádióban hallható beszédre, ismert színészek beszédhangjára irányítja az olvasó figyelmét. A megszólalást koncentrációs feladatokkal, mozgással kombinálja, és gyakran javasolja, hogy elemzés céljából készítsünk hangfelvételt a gyakorlatokról.

A Beszéd és kommunikáció címet viselő harmadik fejezet a hibátlan beszéd alapfeltételeként az ép idegrendszer és a jól működő beszédszerveket jelöli meg. Elsőként ismerteti a beszéd működési mechanizmusát. Thoroczkayné megjegyzi, hogy a gondolatok megértését a beszédhez társuló jelek, a gesztusok, a mimika, a testtartás is segítik, vagyis a legtöbb üzenetváltásban van tartalmi rész és érzelmi elem, azaz metakommunikáció. A beszélő és a hallgató közt zajló kommunikációs kör elemzése után a szerző áttér a beszéd építőelemeinek a bemutatására. Kiemeli a tökéletes hallószerv szükségességét, bemutatja a fül felépítését, a hallás folyamatát. Hivatkozik Gósy Mária megállapítására, amely szerint a beszédtanulásban nélkülözhetetlen szerepe van a hallási figyelem, azaz a beszédészlelés képességének, valamint a beszédmegértés fejlődésének. Thoroczkayné hangsúlyozza, hogy pillanatnyi beszédállapotunk fejleszhető, és megfogalmazza a beszédtanítás célját. Véleménye szerint a beszédtanítás által elérhető a kitűnő beszédtechnikára épülő beszédmód. „Az ilyen módon kimunkált beszédben a jól ejtett, plasztikus artikuláció mellett az erőteljes hangadáshoz pontos ritmus, tartalomnak megfelelő hangsúlyozás, helyes hanghordozás, valamint a természetes beszélő magatartás társul. Mindezt az észrevétlen beszédtechnika közvetíti” (25). A fejezet további részében képekkel gazdagon illusztrált megfigyelési gyakorlatokat találunk. Ezek a feladatok a helyes hallási funkciók és a metakommunikációs jegyek szerepét húzzák alá például idegen nyelvű rádióadón a beszéd dallamának hallgatásával, idegen nyelvű artikuláció imitálásával, illetve portréképeken látható arcjáték, tekintet elemzésével.

A negyedik fejezet a beszédtechnika oktatására vállalkozó pedagógusoknak nyújt segítséget. Thoroczkayné részletes tanmenetet kínál a kiemelten fontos alapozó munkához, amelyet csoportos keretek között is hatékonyan elvégezhetőnek tart. Tapasztalatai alapján heti kétszeri foglalkozással két hónap alatt megvalósítható az előkészítés, amely az elmélet mellett a bemelegítő, megfigyelési, légző-, hangadó és artikulációs gyakorlatokat foglalja magába. A szerző szerint a kellő alapozás után a beszédhibák javítása csak egyéni foglalkozásokon történhet, ám az esetleges további csoportos gyakorlatok ütemezését is megoszthatja az olvasóval. Az alapozó órák, a további csoportos foglalkozások és az egyéni korrekciók mellett is nélkülözhetetlennek tartja az otthoni gyakorlást.

Az ötödik fejezet egy tesztet foglal magába, amelynek segítségével a tanulni vágyó az első órán beszédállapotát mérheti fel. Az utolsó foglalkozáson ennek megismétlésével kimutatható a beszédtechnika fejlődése. A kérdőív kitér a megszólalás előtti állapot elemzésére, a nyilvános beszéd közbeni légzés-hangadás megfigyelésére és a beszéd érthetőségének meghatározására, végül pedig tartalmazza a kapott információk értékelését.

A Beszéd- és légzőszervek című hatodik fejezet a beszédtevékenység egységeinek – légzés, hangadás, artikuláció, ritmus, hangsúly, hanglejtés – ismertetésével indul, amelyeket a beszédtanítás átfog a jól működő hallási funkciók megléte esetén. A szerző a légzés élettani és hangképzésre szolgáló funkcióit összegzi rajzokkal és fotókkal kiegészítve, kiemeli a beszédtechnika alapjának tekinthető rekeszlégzés fontosságát és a légzési kapacitás növelésének jelentőségét. Ráirányítja a figyelmet a légvételek helyének tudatos megválasztására. A légzés témájával körültekintő részletességgel foglalkozik, hiszen ez az alapja a hang minőségének, modulációs készségének, erejének és színeinek. Az elméleti bevezető után különféle légzőgyakorlatok következnek gazdag irodalmi szemelvénygyűjteményre épülve. A változatos feladatok között szerepel például a különböző testhelyzetekben lélegzés, a páros számok sorolása egy alaplevegővel 20-ig, valamint versek, regényrészletek olvasása alap- és pótlevegővel.

A Hangadás címet viselő hetedik fejezet a beszédtechnika legnehezebben tanítható részét járja körül. A szerző leírja a hangadás működését, és nemcsak ábrákkal, hanem dr. Hacki Tamás Regensburgban praktizáló tanszékvezető egyetemi tanár demonstrációjának ismertetésével is színesebbé teszi. Thoroczkayné az elől szóló, szépen csengő hang elérését tűzi ki célul. A lány hangindítás, az alaphang telítődése gazdag rezonanciával, a zengő felhangok keletkezése magas felhangok nélkül mind ezt a végeredményt erősítik. A szerző említést tesz a gége kóros elváltozásairól, a megfázás, a száraz köhögés, a krákogás, a suttogás és a dohányzás hangképzésre ártalmas hatásairól. Az ezután következő hangadó gyakorlatokhoz szintén sokszínű irodalmi anyag kínálkozik. A feladatok többek között a zöngedás megfigyelését, a mellhang kialakítását és a középhangszáv szélesítését, a bimm-bamm szavak kiejtésével a „test harangjának” megszólaltatását célozzák.

A gyakorlókönyv legerjedemesebb része az artikulációt tárgyaló nyolcadik fejezet. Thoroczkayné egy-egy nyelv artikulációs bázisát csak hosszú tanulási folyamat által tartja elsajátíthatónak.

Hangsúlyozza, hogy az artikulációban részt vevő állízület, ajkak, nyelv és lágy szájpad rendelkezései megnehezítik vagy lehetetlenné teszik a kapott beszédpélda, a minta utánzását a beszéd tanulásakor. Megemlíti a gótikus szájpad problémáját, a különböző állkapocs- és fogrendellenességeket, valamint beszédünk megnövekedett átlagsebességét. Utal Gósy Mária kutatására, amely szerint 40 évvel ezelőtt 10, ma viszont már 15 hangzót ejtünk ki egy másodperc alatt. Thoroczkayné a felgyorsult tempó mellett a zárt szájú beszéd megjelenését okolja az összehibásított artikulációs motyogás kialakulásáért és a köznyelvi ejtés romlásáért. A valódi beszédhibát azonban csak logopédus segítségével véli kiküszöbölhetőnek, és egy időben csupán egy hang módosítására lát lehetőséget. Az automatizmussá vált beszéd folyamat lebontása és a tudatosság bevonásával ennek újraindítása a szerző szerint különösen nehéz feladat. A zárt artikuláció felszámolását, majd a gyorsabb és nagyobb nyelvmozgás kialakítását legalább napi 15 perces, az artikulációban részt vevő szervek mindegyikével végzett, célzott gyakorlással tartja elérhetőnek. A továbbiakban rajzokkal, fotókkal és táblázatokkal színesítve képet kapunk a magyar beszédhangzókról, a magánhangzók és a mássalhangzók képzéséről és felosztásáról. Szó esik az *r* hangzó torzításával járó leggyakoribb és legmakacsabb beszédhibákról, mint amilyen az egy perdületű *r*; az oldalsó nyelvperemmel létrehozott perdületek, illetve a nyelvcsapí, uvuláris pergés. Az *sz-z-c* és az *s-zs-cs* hangzók hibás ejtése Thoroczkayné szerint szintén csak logopédus segítségével javítható. A fejezetet záró artikulációs gyakorlatok végzését a szerző tükör előtt tartja igazán hatékonyknak. Az áll leejtésére, a nyelvmozgatásra, fejbillentésre, nyelvcsettintésre irányuló feladatok után egyes hangzókra, hangzócsoportokra kidolgozott gyakorlatok, nyelvtörök következnek, amelyek nem nélkülözik a humort – „Szájsebészre nincs szükség?” –, és a játékoságot sem.

A beszéd folyamatról szóló kilencedik fejezet először a hangzók egymásra hatását – a magánhangzók hangrendi illeszkedését, a mássalhangzók igazodását, hasonulását és összeolvadását – tekinti át. Majd külön-külön tárgyalja a nyelv zenei kifejezőeszközeit, a tempót, ritmust, szünetet, a hangsúlyt és a hangerőt, a hanglejtést és a hangszínt. A szerző rávilágít, hogy a beszédet folyamattá szervező ritmus nyelvenként és szövegenként jellemző. A beszéd sebességét kifejező tempó is más és más műfajonként, ám Thoroczkayné az érthetőséget tartja az elsődleges szempontnak, a még ejthető sebességet másodpercenként 30 hangban határozza meg. Kifejti, hogy jelenleg a legáltalánosabb beszédhiba és egyben a beszéd folyamat súlyos elégtelensége a hadarás. Az elméleti részt követő ritmus- és tempógyakorlatok például a közlekedők járására, majd a szívritmusra irányítják a figyelmet, azután tapssal és lábdobogással, versek és novellák lassú és gyors felolvasásával teszik érzékletesebbé a témát. A szerző a hangerőt, a hangsúlyt, a hangmagasságot és a hangszínt a beszéd folyamatban összekapcsolódó szoros láncolatként ábrázolja. Lényegesnek találja a grafikus jeleink áttekintését is, hiszen a központozás gyökeresen megváltoztathatja egy-egy mondat, szöveg értelmét. A hangerő- és hangsúlygyakorlatok például a rádió lehalkításával és felhangosításával, a páratlan számok magas, a páros számok mélyebb ejtésével, írásjeleket nélkülöző mondatok hangsúlyozásával, illetve versek, különböző témájú szakszövegek felolvasásával igyekeznek kialakítani a helyes beszédtechnikát. Thoroczkayné Mondatfonetikai eszközök alcím alatt tárgyalja a kifejezést gazdagító hangmagasság, hangterjedelem, hanglejtés, hangfekvés és hangmenet fogalmát, majd értelmező és hangsúlygyakorlatokkal, például versek, szólások felolvasatásával, hangfelvétel készítésével, ünnepi beszéd összeállításával mélyíti el a megtanítottakat. Külön alfejezetet kap az egyéni anatómiai felépítéstől függő tulajdonság, a hangszín, valamint a hangszínváltozatok ismertetése. A szerző kiemeli, hogy kitarító munkával a beszéd dallamtalanságát, az éneklő jelleget, sőt a lámpaláz okozta változásokat is meg lehet szüntetni. A hangszíngyakorlatok többek között tudatosítják egy zenemű összhatását, illetve pusztán hangszínváltással módosítják egy-egy kijelentés tartalmát, például: „Veled volt”.

A tizedik fejezet kedvcsinálóként nyelvhelyességi példákat sorakoztat fel Tótfalusi István *Kis magyar nyelvklinika* című művéből. Thoroczkayné hangsúlyozza, hogy a beszédtechnikának nem feladata nyelvhelyességi kérdéseket vitatni, ám a közbeszélők hibátlan nyelvhasználata érdekében erre a területre is felhívja a figyelmet.

A központi rész 10 fejezetét a további olvasáshoz irányt adó Irodalomjegyzék követi, amelyben számos más hivatkozott írás mellett Hernádi Sándor, Montágh Imre és Wacha Imre művei külön hangsúlyt kapnak. Az Utószóban a szerző köszönetet mond tanítványainak és munkatársainak (Nagy Zoltán igazgató, Kántor Gézané logopédus, Fehér Ildikó lektor, Nagy Bandó András költő,

Bonczné Tóth Mária fotográfus) könyve megalkotásához nyújtott segítségükért. A beszédtechnikát tanuló olvasók számára a folyamatos képzés fontosságát húzza alá, a logopédiát tanító kollégáknak pedig jelzi a megsokasodó beszédkurzusok hiányosságait. A szülőkhöz szóló záró soraiban a beszédhibák anatómiai okait írja le, fényképekkel illusztrálja a harapási rendellenességeket, amelyek fogszabályozással korrigálhatók.

Thoroczky Miklósné *Beszédtechnikai gyakorlókönyve* az absztrakt tartalmakat önti konkrét formába. Az elméleti alapozás mellett gazdag, játékos feladatgyűjteményt kínál, amely változatos megközelítéssel, izgalmas szemelvényekkel és sokszor humorral segít logopédusoknak, színészpédagógusoknak, közéleti szereplőknek és kommunikációt tanulóknak a tiszta beszéd elsajátításában. A szerző személyes hangvételen világít rá a megszólalással kapcsolatos, bennünk zajló testi és lelki folyamatokra és egyben arra is, hogy a hibátlan beszédtechnika csak a kitartás és az önismeret újabb ajándéka lehet.

*Laszkács Ágnes*

PhD-hallgató  
ELTE BTK