



Προς ενημέρωση των εκπαιδευτικών Η φωνή του εκπαιδευτικού

Η φωνή, καθώς και η στάση του σώματος και οι χειρονομίες, συνθέτουν τα εξωτερικά στοιχεία της παρουσίας του/της δασκάλου/ας στο διδακτικό γίγνεσθαι.

Η σωστή τοποθέτηση της φωνής είναι, κατά πρώτο λόγο, θέμα σωματικής υγείας: πολύ μεγάλο ποσοστό του κλάδου πάσχει από παθήσεις στις φωνητικές χορδές και στο θυρεοειδή. Σε φυσικό επίπεδο η φωνή μπορεί άμεσα να χαλαρώσει τις μυϊκές εντάσεις και τους πόνους αλλά και να τονώσει την ενέργειά μας. Χαλαρώνει τις εντάσεις, ζεσταίνει το σώμα, ενώνει όλα τα μέρη του σώματος μέσω του συντονισμού, βοηθά στην έκφραση.

Κατά δεύτερο λόγο εδραιώνει την ψυχική υγεία. Έρευνες επιβεβαιώνουν ότι βελτιώνεται η διάθεση του ανθρώπου λόγω σωστής λειτουργίας των φωνητικών χορδών αλλά και λόγω ικανοποίησης από τη σωστή επιτέλεση του έργου του. Σε ψυχικό επίπεδο, οι δονήσεις της φωνής απελευθερώνουν άμεσα τους φόβους, το θυμό και το άγχος.

Η ανθρώπινη φωνή είναι το αρχαιότερο μέσο μουσικοθεραπείας, έχει την ικανότητα, μέσω του συντονισμού, να φθάνει σε όλο το σώμα. Η φωνή ισορροπεί και δημιουργεί αρμονία σε όλο το σώμα, το μυαλό και το πνεύμα. Αρκεί μόνο να μάθουμε να της δίνουμε διέξοδο απ' το στόμα, για να εκφραστεί προς τα έξω!

Όσον αφορά στην επίτευξη του εκπαιδευτικού στόχου, η σωστά τοποθετημένη φωνή του/της εκπαιδευτικού αυξάνει τη μεταδοτικότητα και την αποτελεσματικότητα της διδασκαλίας, καθιστά πιο πειστικό το λόγο, ευνοεί το κλίμα γαλήνης στη σχολική τάξη.

Δεδομένου άλλωστε του ότι τα παιδιά μαθαίνουν μιμητικά τη χρήση της φωνής, ο/η εκπαιδευτικός με σωστά τοποθετημένη φωνή διδάσκει δια του παραδείγματος ορθή εκφορά του λόγου, καλή φωνή και άρθρωση.

Επιστημονικές έρευνες των τελευταίων ετών αποδεικνύουν ότι η σωστή τοποθέτηση της φωνής στους/στις μαθητές/τριες του Δημοτικού Σχολείου μιμητικά, τριπλασιάζει την έκκριση ενδορφινών. Οι ενδορφίνες είναι μία από τις 3 κύριες ομάδες ενδογενών οπιοειδών ορμονών, που παράγονται στον εγκέφαλο. Όταν παράγονται σε μεγάλες ποσότητες, καθιστούν πολλά όργανα του ανθρώπου υγιέστερα και προκαλούν αίσθημα ευτυχίας και ευφορίας.

Θ. Μακαντάση

...επειδή η υγεία δασκάλων και παιδιών είναι θεμελιώδες αγαθό και ζητούμενο...