

ВЛИЯНИЕ СТРЕССА НА ФОНЕТИЧЕСКУЮ СТРУКТУРУ РЕЧИ ПРИ ЗАИКАНИИ

БЕКИРОВА Мерьем Икрем кызы

преподаватель кафедры специального (дефектологического) образования

АБЛЯМИТОВА Элина Арсеновна

студент

Крымский инженерно-педагогический университет им. Февзи Якубова

г. Симферополь, Россия

Статья посвящена изучению влияния стресса на фонетическую структуру речи у лиц, страдающих заиканием. Рассматриваются физиологические механизмы, через которые стресс воздействует на работу речевого аппарата, включая дыхательную, голосовую и артикуляционную системы. Анализируются изменения в темпе, ритме, интонации и звукопроизношении, возникающие под влиянием стрессовых ситуаций. Особое внимание уделяется роли логофобии (страха говорить) в усугублении речевых нарушений.

Ключевые слова: заикание, стресс, фонетическая структура речи, логофобия, дыхательная система, голосовая система, артикуляционная система.

Заикание – это сложное речевое расстройство, которое характеризуется нарушениями темпо-ритмической организации речи и проявляется в виде судорожных явлений при произношении звуков, слогов или слов. Одним из ключевых факторов, влияющих на проявления заикания, является стресс. Стресс оказывает негативное влияние на речевой аппарат, усиливая физиологические и психологические трудности, которые уже присутствуют у людей с заиканием [1].

Дыхательный аппарат играет ключевую роль в процессе речеобразования. При стрессе наблюдаются следующие изменения: задержка вдоха или выдоха, что затрудняет начало высказывания; нерегулярное дыхание, нарушающее ритмичность речи. Напряжение дыхательных мышц может привести к тому, что человек не сможет сделать полноценный вдох перед произнесением слова, что особенно заметно у людей с заиканием [4].

Голосовой аппарат также подвергается значительным изменениям под воздействием стресса. Напряжение мышц гортани может вызвать смыкательную голосовую судорогу, когда человек не может начать произносить звук. Это часто проявляется в виде длительных пауз перед словами или в попытках «прорваться» через блок, что еще больше усиливает напряжение. Кроме того, стресс может влиять на тембр голоса, делая его дрожащим или монотонным, что снижает

экспрессивность речи. Артикуляционный аппарат, включающий мышцы губ, языка и челюсти, также страдает от стрессового напряжения. Избыточное напряжение этих мышц может исказить звуки или полностью заблокировать их произношение.

Стресс оказывает влияние на координацию между различными уровнями речевого аппарата. Нарушается согласованная работа дыхательного, голосового и артикуляционного отделов, что приводит к деформации фонетической структуры речи. Это проявляется в нарушении темпа речи, появлении частых пауз, повторений звуков или слогов, искажении интонации [2].

Важно отметить, что физиологические изменения при стрессе часто усиливают психологические трудности, связанные с речью. Логофобия (страх говорить) и тревожность могут создавать замкнутый круг: страх допустить ошибку усиливает стресс, который, в свою очередь, усугубляет речевые нарушения. Это особенно заметно в ситуациях публичных выступлений или общения с незнакомыми людьми. Таким образом, стресс оказывает комплексное воздействие на речевой аппарат через активацию симпатической нервной системы, вызывая физиологические изменения в дыхательном, голосовом и артикуляционном отделах [7].

Фонетическая структура речи при заикании под влиянием стресса претерпевает зна-

чительные изменения. Прежде всего, нарушается темп речи: она становится прерывистой, появляются частые паузы и повторения звуков, слогов или слов. Интонация также меняется: голос может становиться монотонным или дрожащим, что затрудняет восприятие речи собеседником. Человек начинает использовать различные речевые и неречевые уловки для преодоления судорог [4].

Особую роль стресс играет в формировании логофобии, которая значительно снижает качество жизни человека с заиканием. Логофобия – страх говорить, который возникает из-за опасения допустить ошибку или испытать неудачу в процессе общения. Этот страх усиливается в стрессовых ситуациях, таких как публичные выступления или разговоры с незнакомыми людьми. В результате человек начинает избегать ситуаций, требующих активного использования речи, что еще больше ограничивает возможности для социальной адаптации [3].

Помимо физиологических и психологических аспектов, стресс также влияет на когнитивные процессы, такие как внимание, па-

мять и мышление, что дополнительно затрудняет речевую деятельность. У людей с заиканием наблюдаются трудности в анализе и синтезе речевых единиц, что затрудняет выполнение операций звукового анализа при речи. Это проявляется в заменах звуков или слов, соответствующих близким по звучанию звукам (например, «п»–«б», «т»–«д»). Кроме того, нарушения зрительно-пространственного восприятия и ориентации также влияют на качество речи, что особенно заметно при попытках описать пространственные отношения или последовательности действий [5].

Стресс оказывает значительное влияние на фонетическую структуру речи при заикании, усиливая речевые судороги и усугубляя психологические проблемы. Для преодоления этих трудностей необходим комплексный подход, включающий психологическую поддержку, логопедическую коррекцию и использование современных технологий. Только совместные усилия специалистов и родителей могут помочь человеку с заиканием успешно адаптироваться в обществе и улучшить качество своей речи [6].

ЛИТЕРАТУРА

1. *Болотова Т.В.* Формирование навыков письма у детей с общим недоразвитием речи: учебно-методическое пособие. – СПб.: Речь, 2019. – 148 с.
2. *Григоренко Н.Ю.* Фонематические процессы у детей с речевыми нарушениями. – М.: Академия, 2017. – 176 с.
3. *Ефименкова, Л.Н.* Коррекция нарушений письма у младших школьников с ОНР. – М.: Просвещение, 2016. – 192 с.
4. *Лалаева Р.И.* Нарушения письма и чтения у младших школьников с ОНР: диагностика и коррекция. – М.: Владос, 2020. – 256 с.
5. *Прищепова И.В.* Система логопедического воздействия по предупреждению и преодолению дизорфографии у обучающихся с общим недоразвитием речи. – М.: Педагогика, 2018. – 224 с.
6. *Тищенко В.В.* Методы диагностики и коррекции фонематических нарушений. – М.: Владос, 2019. – 208 с.
7. *Шкловский В.М.* Психология речи и заикание. – М.: Смысл, 2021. – 240 с.

THE EFFECT OF STRESS ON THE PHONETIC STRUCTURE OF SPEECH DURING STUTTERING

BEKIROVA Meryem Ikrem kyzy

Lecturer at the Department of Special (Defectology)

ABLYAMITOVA Elina Arsenovna

Student

Crimean Engineering and Pedagogical University named after Fevzi Yakubov
Simferopol, Russia

The article is devoted to the study of the effect of stress on the phonetic structure of speech in people suffering from stuttering. The physiological mechanisms through which stress affects the functioning of the speech apparatus, including the respiratory, vocal, and articulatory systems, are considered. The changes in tempo, rhythm, intonation and sound production that occur under the influence of stressful situations are analyzed. Special attention is paid to the role of logophobia (fear of speaking) in the aggravation of speech disorders.

Keywords: stuttering, stress, phonetic structure of speech, logophobia, respiratory system, vocal system, articulatory system.