

N.N.Ataşova
Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universiteti
narmin.ava.2017@mail.ru

DİNLƏMƏ PROSESİNƏ FİZİOLOJİ, PSIXOLOJİ VƏ METODOLOJİ YANAŞMA

Xülasə

Həyat fəaliyyətinin müxtəlif sahələrində dinləmə prosesinin əhəmiyyəti böyükdür. Bu məqalədə dinləmə prosesinə daha dərindən nəzər salmaq üçün, onun fizioloji, psixoloji və metodoloji perspektivdən növləri və formaları araşdırılmışdır. Şəxsiyyətlərarası kommunikasiya prosesində dinləmə bacarığından səmərəli istifadə formalarından bəhs edilmişdir. Məqalədə, həmçinin, xarici dilin tədrisi prosesində dinləmə bacarığının rolu və təkmilləşdirmə metodları barədə informasiya verilmişdir.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ, ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПРОЦЕССУ ПРОСЛУШИВАНИЯ

Резюме

Процесс прослушивания является очень важным в различных сферах жизни. С целью более глубокого рассмотрения процесса прослушивания в данной статье рассматриваются виды и формы с физиологической, психологической, и методологической точек зрения. Обсуждаются формы эффективного использования навыков аудирования в процессе межличностного общения. В статье также представлена информация о роли навыков аудирования и методах их совершенствования в процессе обучения иностранных языков.

THE PHYSIOLOGICAL, PSYCHOLOGICAL AND METHODOLOGICAL APPROACHES TO LISTENING PROCESS

Summary

The listening process is very important in various areas of life. In order to take a deeper look at the listening process, this article examines its types and forms from a physiological, psychological and methodological perspective. Forms of effective use of listening skills in the process of interpersonal communication are discussed. The article also provides information on the role of listening skills and improvement methods in the process of teaching foreign languages.

Açar sözlər: *dinləmə prosesi, dinləmə bacarığı, ekstensiv və intensiv dinləmə, mərhələlər, empatik və aktiv dinləmə*

Ключевые слова: процесс прослушивания, навыков аудирования, экстенсивное и интенсивное прослушивание, этапы, эмпатическое и активное слушание

Key words: listening process, listening skill, extensive and intensive listening, stages, empathetic and active listening

Dinləmə kommunikativ prosesin ayrılmaz bir hissəsidir və xarici dilin öyrənilməsi zamanı inkişaf etdirilməsi ən çətin bacarıqlardan biridir. Dinləmə həm fiziki, həm də əqli fəaliyyətləri əhatə edən bir prosesdir. İnsanın ana bətnində inkişafı zamanı ilk olaraq eşitmə duyğusu formalaşır ki, aparılan araşdırmalara, əsasən hamiləliyin son aylarında uşaq kənardan gələn səsləri eşidir və buna uyğun olaraq da reaksiyalar verir. Məhz bu baxımdan hələ dünyaya gəlməzdən əvvəl, bir şeyləri öyrənmənin əsas yolunun dinləmədən asılı olduğu müəyyən olmuş olur. Bu baxımdan ətrafda baş verənləri düzgün şəkildə qavramaq üçün effektiv dinləyici olmaq vacibdir.

Effektiv dinləyici onlara yönəldilmiş olan nitq səslərini eşitməli və müəyyən etməli, onların özündə ehtiva etdiyi mesajı başa düşməli, tənqidi şəkildə qiymətləndirə bilməli, deyilənləri xatırlamalı və qəbul etdiyi məlumatlara verbal və ya qeyri-verbal cavab verə bilməlidir. Bu faktları nəzərə alıqda, dinləmə prosesi zamanı, fizioloji cəhətdən baş verən beş əsas mərhələni qeyd etmək mümkündür.

1. Qəbul etmə mərhələsi.

Dinləmə prosesinin birinci mərhələsi eşitmə və diqqət yetirməni əhatə edən qəbuletmə mərhələsidir. Eşitmə prosesi, qulaq pərdəsinə dəyən səs dalğalarının qeydə alınmasından ibarət olan fizioloji prosesdir. Nə qədər açıq-aydın görünsə də, dinləmə vasitəsilə bizə yönləndirilmiş məlumatı effektiv şəkildə qavramaq üçün ilk olaraq dinlədiyimizi fiziki olaraq eşitməyi də bacarmalıyıq.

Digər tərəfdən, sözlər şəklində eşitdiyimiz xüsusi səsləri dəqiq müəyyən etmək və şərh edə bilmək diqqət yetirmə prosesidir. Belə ki, mahiyyət etibarilə dinləmə və eşitmə eyni mənanı kəsb etmir. Eşitmək sadəcə müxtəlif səs çalarlarına malik söz toplusunun, beyində müəyyən əks-səda yaratmasından ibarətdir. Dinləmə isə fikrin, düşüncənin beynin süzgəcindən keçərək, müəyyən mənaya bürünməsi prosesi kimi baş verir. Biz, eşitdiyimiz səslərə aid olduğu kontekstdə düzgün şəkildə məna verə bilmədikdə, eşidilən səslərin beyində heç bir qarşılığı yaranmır.

Diqqət yetirmə prosesi, həm də şifahi dildə sözlər, hecalar və ya fonemlər arasındakı sərhədləri müəyyən edə bilmək prosesi kimi tanınan, insan nitqini ayırd edə bilməkdən ibarətdir. Belə ki, eşitdiyimiz səsləri nitq kimi müəyyən etmək, lakin bu nitq səslərini cümlələrə və sözlərə ayıra bilməmək uğursuz bir dinləmə prosesi olardı.

2. Anlama mərhələsi.

Anlama mərhələsi, dinləyicinin eşitdiyi sözlərin mənalərini və onların aid olduğu kontekstini müəyyən etdiyi mərhələdir. Anlama və ya başa düşmə mərhələsi o zaman baş verir ki, dinləyicinin eşitdiyi səsərdən aldığı mesaj, danışanın çatdırmaq istədiyi mesajı ilə üst-üstə düşür.

3. Qiymətləndirmə mərhələsi.

Dinləyicinin aldığı məlumatı həm keyfiyyət, həm də kəmiyyət baxımından dəyərləndirdiyi mərhələ qiymətləndirmə mərhələsidir. Qiymətləndirmə bacarığı, dinləyiciyə eşitdikləri haqqında fikir formalaşdırmağa və hətta lazım gələrsə, cavab hazırlamağa imkan verir. Dinləyici, danışanın nə demək istədiyini tam başa düşdükdə, qiymətləndirmə mərhələsi ən effektiv şəkildə baş verir. Danışanın çatdırmaq istədiyi mesajı aydın başa düşmək, dinləyiciyə hər hansı şübhəyə qapılmadan həmin mesajı qiymətləndirmə imkanını verir.

4. Xatırlama mərhələsi

Dinləmənin xatırlama mərhələsi dinləyicinin qəbul etdiyi informasiyanı uzun müddət yadında saxlaması və ya təqdim olunan məlumatı unutmasıdır. Bəzən, diqqətlə dinlənilsə belə bəzi mesajları başa düşmək və yadda saxlamaq digərlərinə nisbətən daha çətin olur. Təfərrüatlı şəkildə verilən kompleks mesajlar, diqqətli dinləmə bacarıqlarını tələb edir. Dinləyici ona yönləndirilən mesajı mənalı şəkildə emal etdikdə, mesajın yaddaxlama müddətini uzada bilər.

5. Cavabvermə mərhələsi

Bu mərhələ, dinləyicinin qəbul etdiyi informasiyaya əsasən şifahi və ya yazılı şəkildə cavab verməsidir.

Stiven Koverin “Çox uğurlu insanların 7 vərdişi” adlı kitabında bəhsi keçən bu beşinci vərdişlə bağlı müəllif qeyd edir: “əvvəlcə dinlə, sonra isə danış”. Koveri belə izah edir ki, insanlar söhbət zamanı bir-birlərini dinləmirlər, bunun əvəzinə onlar danışmağa və məsləhət verməyə, ya da ki, fikir bildirməyə tələsirlər. İnsanların dinləmə zamanı bu prosesə yanaşma tərzi, dinləmədən nə üçün və necə istifadə olunması məsələləri və faydalanma səviyyəsinə uyğun olaraq dinləmənin fərqli istifadə tərzləri aşkara çıxır. Bu da dinləməyə psixoloji cəhətdən nəzər yetirməyə imkan yaradır.

Dinləmə prosesinə psixoloji perspektivdən nəzər saldıqda empatik dinləmə və fəal dinləmə formalarını fərqləndirmək mümkündür.

Empatik dinləmə söhbət zamanı diqqətli olmaq və başqalarının ötürdüyü məlumatlar toplusuna cavab verə bilmək prosesidir. Bu dinləmə şəkli danışanın: səs tonuna, bədən dilinə, üz ifadələrinə diqqət etməyi özündə cəmləşdirir. Danışanın sözlərini empatik şəkildə dinləmək, onunla emosional əlaqə yaratmağı və onun təcrübəsi ilə dinləyicinin təcrübəsi arasında oxşarlıq tapmağı tələb edir ki, bununla da kommunikasiya zamanı daha səmimi şəkildə

cavab vermək mümkün olsun. Empatik dinləmənin əsas keyfiyyətlərindən biri danışan şəxsə məsləhət vermək və ya onu tənqid etməkdən daha çox dəstək vermək və həvəsləndirməkdir.

Empatik dinləmə həmsöhbətimizin nitqində fərqiəə vardıqımız duyğulara dair fikirlərimizi kommunikasiya aktında əks etdirməyi də əhatə edir; məsələn, danışanın nitqindən sonra ona “Qəzəbli və kədərli səslənirsən.” deməklə və ya dinlədiyimiz şəxsi mühakimə etmədən təsdiqləməklə onu, bizimlə daha çox emosialarını paylaşmağa təşviq edirik.

Empatik dinləmə ilə yanaşı, insanlar arasında kommunikasiyanın daha məhsuldar olmasını təmin edən aktiv dinləmə forması da mövcuddur. Aktiv dinləmə:

- bütün diqqətini danışana yönəltmək,
- onun verdiyi məlumatı başa düşmək,
- dərk etmək və düşünölmüş şəkildə cavab vermək bacarığıdır.

Bu şəxsiyyətlərarası ünsiyyət bacarığı, məlumatın təkrarlanmasına ehtiyac olmadan xüsusi detalları qavramağa və daha sonra xatırlamağa kömək edir. Belə ki, aktiv dinləyici həmsöhbətin sözlərini diqqətlə nəzərdən keçirir və məlumatı uzun müddətli yaddaşa köçürür.

Aktiv dinləyicilər danışanın sözünü kəsməkdən çəkinirlər, onlar həmçinin eşitdiklərini ümumiləşdirir, təkrarlayır və əldə etdiyi informasiyanı daha dərinədən anlaya bilmək üçün həmsöhbətin bədən dilini müşahidə edirlər. Aktiv dinləmə təkcə danışan şəxsə tam diqqət yetirməkdən ibarət deyil, həm də dinləmənin şifahi və qeyri-şifahi əlamətlərini aktiv şəkildə göstərməyi özündə əks etdirir. Danışanla göz təması qurmaq, onun nitqinin anlaşılıq olduğunu bildirmək üçün başı tərpətmək və gülümsəmək, davam etməyə təşviq etmək üçün “Bəli” və ya sadəcə “Aha” deməklə, yəni, verbal və ya qeyri-verbal mesajlardan istifadə etməklə dinləyici danışan şəxsin sözlərinə olan marağını çatdırmağa nail olur.

Dinləmək bacarığına sadəcə fizioloji və psixoloji yanaşmalar mövcud deyildir. Kommunikasiya prosesinin müvəffəqiyyətli şəkildə həyata keçirilməsi üçün informasiya həm düzgün şəkildə ötürölməli, həm də düzgün şəkildə emal olunmalıdır. Bunun üçün də, danışmaq bacarığından başqa, dinləmək bacarığı da digər bacarıqlar arasında mühüm yer tutur. Xarici dillərin öyrənilməsində inkişaf etdirilməli olan bacarıqlardan biri də elə məhz dinləmədir.

Xarici dillərin tədrisi metodologiyasında dinləmənin öyrədilməsinin çox böyük əhəmiyyəti var, çünki xarici dilin qulaqla qavranılması öyrənəndən maksimum diqqət tələb edən mürəkkəb bir prosesdir. Buna görə də dinləmək bacarığı vasitəsi ilə tədris prosesinin metodoloji cəhətdən düzgün təşkili zəruridir. Xarici dillərin tədrisi metodologiyasının qarşısında bu prosesi düzgün təşkil etmək və planlaşdırmaq vəzifəsi durur. Bu da öz növbəsində, tələbələrin

eşitmə bacarıqlarının formalaşma səviyyəsinin qarşıya qoyulan tələblərə cavab verməsini təmin edir.

Xarici dilin tədrisi metodologiyasında dinləmə bacarığının inkişaf etdirilməsinin, əsasən iki növü fərqləndirilir, bunlar intensiv və ekstensiv dinləmə növləridir.

İntensiv dinləmə zamanı öyrənənlər, əsasən qısa dinləmə materiallarına qulaq asır. Buna səbəb odur ki, intensiv dinləmə zamanı diqqət daha çox xarici dilin strukturu üzərində cəmlənir. İntensiv dinləmə təcrübəsi zamanı öyrənənlər dinləmə materialının ümumi mənasından daha çox tələffüz, qrammatika və lüğətə diqqət yetirir.

Xarici dilin bu aspektlərinə diqqət yetirməklə intensiv dinləmə təcrübəsi tələbələrə dili öyrənmək üçün zəmin yaratmağa kömək edir. Dinləyicilərə dilin əsas aspektlərini başa düşməyə və öyrənməyə kömək etdiyi üçün intensiv dinləmə daha çox xarici dili yeni öyrənməyə başlayanlar və ya orta səviyyəli tələbələr üçün xüsusilə vacibdir.

İntensiv dinləmədən fərqli olaraq ekstensiv dinləmə zamanı tələbələr daha çox uzun müddətli dinləmə materiallarına qulaq asır. Ekstensiv dinləmə daha çox, asan mətnləri dinləməyi məşq etməklə dinləmə bacarığını təkmilləşdirməyin bir yoludur. Belə ki, tələbələr xarici dil biliyinə uyğun səviyyədə və ya səviyyələrindən biraz daha üstün çoxlu sayda mətnləri dinləyirlər. İntensiv dinləmədən fərqli olaraq, ekstensiv dinləmə zamanı öyrənənlər dinləmə materialında dilin formasından daha çox mənaya diqqət yetirirlər. Öyrənənlər dinləmək istədikləri, onların maraq dairələrinə uyğun və dinlədikləri zaman başa düşə biləcəkləri materialları dinləyirlər. Bu da öz növbəsində, öyrənənlərə xarici dildə çoxlu anlama təcrübəsi qazanmağa kömək edir və həmçinin öz istəklərinə uyğun dinləmə materialı seçə bilmək şansları olduğundan, öyrənənlərin dinləmə motivasiyaları daha yüksək olur. Başqa sözlə öyrənmə fəaliyyəti daha əyləncəli bir hal alır. Bundan əlavə, yeni dil öyrənənlər, ekstensiv dinləmənin köməyi ilə öyrəndikləri xarici dilin real həyat situasiyalarında istifadə edə biləcəkləri formaları ilə tanış olurlar.

Həyatın müxtəlif sahələrinə dair fərqli kontekstləri dinləyərək təhlil etmək insanlara yeni biliklər əldə etməkdə, dünya görüşlərini daha da genişləndirməkdə kömək edir. Bu fəaliyyət növünü yerindən və formasından asılı olmayaraq düzgün şəkildə həyata keçirmək, müsbət nəticələrə zəmin yaradır.

Ədəbiyyat

1. *Carl R. Rogers, Richard Evans Farson, Active Listening, November 10, 2015*
2. *Jeremy Harmer, The Practice of English Language Teaching, October 1983*
3. *Joseph A. DeVito, The Interpersonal Communication Book the 12th Edition, Oct 19, 2008*