

АНАЛИЗ РАЗВИТИЯ НАУЧНОЙ МЫСЛИ И МЕТОДИК ПО ПОСТАНОВКЕ ГОЛОСА

У статті розкрито зміст поняття “постановка голосу”. Проведено аналіз розвитку наукової думки та методик, спрямованих на постановку голосу.

Ключові слова: *постановка голосу, голосова культура, майбутні вчителі, професійна підготовка.*

Професійна діяльність педагогов напряму залежить від робоспособності голосового апарату. Наблюдения показують, що більшість працюючих педагогов не знають і не можуть правильно і ефективно владіти своїм голосовим апаратом, що проявляється в різного роду проблемах, зв'язаних з голосом (починаючи від суб'єктивних відчуттів: втоми голосу, обмеження діапазону звучання, сухості в глотці, першінні – і закінчуючи захворюваннями голосового апарату), які ускладнюють професійну діяльність. Цей факт підтверджують і дані медичних досліджень, фіксуючі патологію голосу у педагогов (за даними різних авторів) від 49 до 53,7% [11; 18].¹

Тревожним фактом є і те, що серед всіх обстежених хворих з порушеннями голосу 80% є професіоналами голосу в робоспособному віковому періоді від 25 до 55 років [11; 18]. Порушення голосу призводять до тривалої втрати робоспособності, навіть до інвалідизації, що, в свою чергу, позбавляє суспільство кваліфікованих кадрів.

Виникає необхідність пошуку ефективних шляхів зниження порушень голосу серед педагогов. Один з них ми бачимо в підготовці майбутніх педагогов до голосових навантажень ще до часу навчання в педагогічному навчальному закладі, оскільки профілактика завжди переважить лікування. О те, що на сьогодні ця робота не проводиться відповідним чином, свідчить той факт, що порушення голосу фіксуються у молодих педагогов (72%) в перші три роки роботи. За даними О. Орлової, у 55% педагогов вже на першому році роботи є різні ступені порушень голосу [11].

С метою покращення професійної підготовки майбутніх учителів до голосових навантажень великий інтерес представляє вивчення досвіду по питанню вдосконалення, розвитку голосу.

Ціль статті – розглянути досягнення наукової думки в питаннях постановки голосу.

Вивченню особливостей роботи голосоутворюючого комплексу в процесі мовної і співочої діяльності людини присвячені роботи багатьох авторів. С позицій різних наук (вокальної педагогіки, мистецтвознавства, театрознавства, педагогіки, філології, лінгвістики) цей питання вивчали В. Всеволодський-Гернгросс, Н. Жинкін, Л. Засорила, Л. Златоустова, Е. Знаменська, А. Князьков, А. Ментюков, В. Морозов, Л. Работнов, В. Сорокін, Ю. Фролов, С. Яковенко і др.

Голос – це звук, утворюючийся в результаті проходження повітря між вібрируючими голосовими складками; акустичний продукт двигальної акти-

вности организма, образующийся в результате скоординированного центральной нервной системой взаимодействия речевых органов, приводящего к периодическим колебаниям голосовых складок гортани; совокупность разнообразных по высоте, силе, тембру звуков, издаваемых человеком при помощи голосового аппарата [8].

Звучание голоса проявляется в разных формах, а именно: *непроизвольной* – в виде крика, стога; *разговорной* как средство озвучивания и обеспечения речевой коммуникации; *певческой*, которая отличается от разговорной формы большим диапазоном по высоте и по силе звучания, обладает особыми эстетическими качествами; промежуточной между разговорным и певческим голосом является *ораторская форма*, которая широко реализуется в профессиональной деятельности политиков, преподавателей, учителей [10, с. 6].

Любая профессиональная деятельность, связанная с активным использованием голосового аппарата, выдвигает свои требования к качеству профессионального голоса, которые сами по себе не формируются.

Поэтому каждому, кто хочет использовать свой голос профессионально, необходимо научиться пользоваться им. С одной стороны, это очень простая задача – поскольку голос даётся от рождения, но вместе с тем и очень трудная, требующая систематической, целенаправленной работы под контролем опытных специалистов (педагогов по сценической речи), которых не так уже и много.

Профессор Вагельман утверждал, что “как только человечество дойдет до понимания того, что красивый голос не есть необыкновенный дар природы, а присущ каждому, является лишь результатом гармоничного развития голосового аппарата и может быть достигнут каждым, наступит новая эра” [13].

С точки зрения механизмов голосообразования, способов и целей использования голос подразделяется на: *разговорный (речевой)* и *певческий (вокальный)*. Специальная подготовка голосового аппарата к профессиональной деятельности обозначается термином “*постановка голоса*”.

Изначально данный термин использовался лишь в вокальном искусстве, под которым понималось овладение специфическими навыками звучания, весьма далёкими от естественного.

Л. Дмитриев *постановку голоса* рассматривает как нахождение наилучших взаимоотношений между голосовой щелью и системой резонаторов гортани, глотки и рта [5].

Однако, со временем, когда заговорили о необходимости подготовки и речевого голоса к профессиональной деятельности, продолжали использовать термин “постановка голоса”, несмотря на то, что процесс совершенствования вокального и речевого голоса отличаются друг от друга.

На сегодня в научной литературе активно используются понятия *постановки, развития, воспитания речевого голоса, техники речи*, все они предполагают специальную подготовку речевого голоса к профессиональной деятельности, однако их содержание и сам характер подготовки отличаются в зависимости от требований, предъявляемые профессиональной деятельностью.

В процессе подготовки будущих актёров большое внимание уделяется *воспитанию речевого голоса*, под которым понимается укрепление голосового аппарата и развитие выразительности голоса (И. Козлянинова, Э. Чарели) [9, с. 3].

С. Большакова, Н. Вербова уверены, что работу над речевым голосом, то есть его профессионализацию, лучше называть не постановкой голоса, как это

принято в вокальной педагогике, а *организацией и воспитанием естественных данных речевого голоса для профессиональной работы*. Это длительный процесс постепенного раскрытия и укрепления наиболее выразительных свойств естественного голоса и устранения тех недостатков, которые мешают звучанию слова [2, с. 123; 4, с. 8].

А. Князьков под понятием *постановка голоса* понимает формирование верной координации наиболее рационального взаимодействия органов и систем речевого аппарата для профессионального использования. Именно благодаря постановке голоса голосовой аппарат получает способность выдерживать значительную голосовую нагрузку и давать максимум звуковой энергии при минимальных затратах сил [7].

А. Савостьянов использует термины *воспитания, постановки речевого голоса*, под которыми понимает выявление всех лучших качеств, свойственных голосу данного человека и формирование соответствующих навыков до тех пор, пока голос не получит необходимые профессиональные качества. Это значит выработать комплекс условных рефлексов – непривычное сделать привычным, то есть сформировать динамический стереотип [14, с. 32].

Л. Попов рассматривает *профессиональный речевой голос* как живой инструмент, способный адекватно и неповторимо выразить многообразные мысли и чувства человека средствами языка/речи в определенном стиле и в конкретной ситуации. *Постановка (воспитание) профессионального голоса* педагога предполагает развитие его выразительности через овладение речевыми и голосовыми (техническими) умениями и навыками для формирования профессиональных свойств голоса.

Л. Попов в процессе речевой подготовки педагога выделяет *постановку голоса* (технологический уровень) и формирование собственно творческого сознания студента педагогического вуза посредством интонирования (творческий уровень) как два полюса единого процесса [12].

В. Гриб под понятием *постановки речевого голоса* понимает развитие профессиональных качеств речевого голоса, таких как громкость, красота, мелодичность, владение регистрами, способность выдерживать профессиональные нагрузки без усталости голосового аппарата.

Практика показывает, что хотя и существуют красивые от природы голоса, но даже они без специальной тренировки изнашиваются, портятся, деградируют. Е. Сарычева уверена, что «важно не только этот естественный дар иметь, но и уметь его сохранить. А главное всего – уметь им пользоваться, владеть им» [9, с. 23].

Поэтому любой голос, независимо от природных качеств, должен иметь профессиональную подготовку. К. Станиславский говорил, что даже красивый от природы голос стоит развивать не только для пения, но и для речи [9, с. 27].

До сегодняшнего дня существует два основных направления: первое направление представлено учеными, стоящими на *позиции различия в работе голоса при речи и пении* (Э. Чарелли, Л. Дмитриев). Исследователи второго направления склонны считать, что *работа голоса при речи и пении во многом сходна* (Эсхил, Демосфен, Д. Аспелунд, Ю. Фролов, А. Кастекс, В. Емельянов и др.).

Один из представителей первого направления Э.М. Чарели считает, что при одном и том же речеголосовом аппарате голос во время речи и пения функ-

ционируют различно, что связано с тем, что управление речевым и певческим голосом происходит из различных отделов центральной нервной системы. Кроме этого, речь является внешним звуковым выражением мыслей человека, а пение – звуковым выражением музыкального произведения; смысловая сторона в речи всегда на первом плане, в пении же слово и музыка дополняют друг друга, составляют одно целое, при этом нередко главное место в таком “дуэте” занимает мелодия; положение гортани при речи и пении у одного и того же человека могут быть различны (пение на пониженной гортани, речь на повышенной и наоборот); голос певческий не всегда соответствует речевому (бывает высокий речевой голос при низком певческом и наоборот); тембр речевого голоса не всегда соответствует тембру певческого голоса; за некрасивым речевым голосом может скрываться хороший певческий и наоборот; певческий голос условно укладывается в определённый диапазон; речевой голос не фиксируется мелодией, состоит из множества скольжений, не укладываемых в определённую рамку нотных знаков; сложность голосового движения в речи – это быстрые смены направления скользящих движений рядом стоящих слогов, как ударных и предударных и заударных, а также наличие скольжений на каждой гласной в слове; дыхание во время речи не идёт сплошным потоком, а дробится по слогам, диафрагма совершает сложные движения, остановки дыхания происходят после каждого гласного звука; такое членение дыхания важно для формирования звуков речи; артикуляция при пении осуществляется за счёт мягких тканей надгортанного пространства (зёва, мягкого нёба, глотки, носоглотки) при пассивности передней части ротоглоточной полости. Речь же артикулируется в основном передней частью ротоглоточной полости при относительном покое в поведении его части (зёва, мягкого нёба, глотки и т. д.); речевой голос возник и развивается на базе среднего регистра, на котором мы разговариваем, звуки имеют скользящий характер, небольшую силу и короткое звучание; в речевом голосе в потоке речи согласные языки являются как бы каркасом речевого слова, а гласные – его мелодическим рисунком. В потоке согласные звуки оказывают друг на друга определённое влияние. Пение – это зависимый от мелодии звуковой поток гласных, прерываемый определёнными согласными звуками для получения членораздельного слова; в речевом голосе гласный звук скользит по звуковой шкале так быстро, что ни на одном звуке не успевают образоваться вибрация, чего не наблюдается в певческом голосе, а отсутствие вибрации придаёт речевому голосу другой тембр; речевые и певческие функциональные установки, механизмы и приспособления у одного и того же лица различны; вокалист не тратит свой голос в быту, так как он в жизни не поёт (хотя неорганизованной повседневной речью можно нарушить полученные им вокальные навыки). Профессионал голоса неорганизованной бытовой повседневной речью нарушает автоматизацию процесса голосообразования. Неправильное использование его голосового аппарата может привести и приводит к порче и быстрому изнашиванию голоса [5; 16].

Исследователи второго направления склонны считать, что *работа голоса при речи и пении во многом сходна* (Эсхил, Демосфен, Д. Аспелунд, Ю. Фролов, А. Кастекс, В. Емельянов и др.).

Л. Засорина обращает внимание, что пение – это музыка и голосовой аппарат в пении представляет собой музыкальный инструмент; в речи голосовой аппарат работает более отрывисто, с большими паузами и звуковыми интерва-

лами; сценическая речь – вершина речи, она звучна, понятна и музыкальна, но не музыка. Автор рекомендует сначала организовать звучащую речь и лишь, затем переходить к пению [6, с. 72–73].

Известный вокальный педагог К. Злобин выявил общие основополагающие принципы работы голосового аппарата и при пении и при речи. Пение, по К. Злобину, – это омузыкаленная речь, поэтому все рациональные технические приёмы пения применимы и к декламации [6, с. 19].

Большой интерес представляет сравнительный анализ работы голосового аппарата в различных речевых режимах (шёпотная речь, бытовая и сценическая речь) и в пении поставленным голосом, проведённый Г. Стуловой. Для сравнения на биомеханическом и акустическом уровнях были выделены следующие основные признаки: степень активности дыхательной мускулатуры, величина воздушного потока, равномерность выдоха, положение гортани и степень активности артикуляционных органов, положение мягкого нёба, скорость переходных процессов при смене фонем, соотношение продолжительности гласных и согласных, а также основные акустические характеристики гласных по форматному составу [15].

Результаты анализа позволяют утверждать, что сценическая речь по всем параметрам наиболее приближена к певческому режиму работы голосового аппарата.

Профессор Д. Аспелунд считал, что овладение техникой речи облегчает вокальную работу, предохраняет голос от переутомления, заболеваний и т. д. Он писал: “Вокальная педагогика обычно обходила этот вопрос (владения певцами техникой речи). Она занималась пением, забывая речь. Она подмечала, что пение и разговорная речь как бы несовместимы. Отдельные педагоги находили “выход” в совете говорить как можно меньше. Разумеется, это неправильно. Верно, что между пением и речью есть антагонизм, но его нужно разрешить культивированием голоса и для пения, и для речи” [1, с. 16].

Эту точку зрения разделяют такие исследователи, как В. Багадулов, П. Гарно, О. Далецкий, А. Демченко, В. Серёжников, А. Соболев, Г. Стулова и др.

Ю. Фролов отмечал, что голос (пение) и речь человека представляют собой сложный ряд воздушных колебаний, резко отличающихся друг от друга и вместе с тем связанных друг с другом единой физической природой. Он связывает развитие высших способностей певца не столько с овладением звучанием гласных, но и с овладением техникой речи, которую должен освоить каждый учащийся. “Высшая форма речевой активности – чёткая и ясная дикция, необходимая актёру, оратору, певцу... Исправление недостатков речевого общения стоит немалого труда и задерживает темп специальной учёбы” [17, с. 9].

А. Князьков считает, что “поставить голос” – это значит поставить органы речевого аппарата в наиболее удобное положение, облегчающее их работу и позволяющее при малых затратах сил получить красивый, полнозвучный, устойчивый голос, который не теряет своих положительных свойств даже при длительной речевой работе [8, с. 142].

Автор также отмечает необходимость освоить разницу – на акустическом и особенно на кинестезическом уровнях – между артикуляционной базой обычной разговорной речи и артикуляционной базой речи, произносимой поставленным голосом. “Не меняя артикуляционную базу, невозможно перейти от “бытового” к профессиональному звучанию речи... Этот переход осуществляется тем

быстрее, и тем прочнее новая координация движений речевых органов, чем лучше он осознан” [8, с. 121].

Учитывая всё сказанное выше, процесс совершенствования голоса мы рассматриваем в виде постепенного движения вверх, где начальной ступенью является бытовой голос, которым владеют все люди. Следующей, более высокой ступенью является формирование профессионального речевого голоса, необходимого для представителей всех голосо-речевых профессий. И самой высшей ступенью формирования голоса является формирование профессионального вокального голоса (см. рис.).



Рис. Классификация голосов

Таким образом, мы пришли к **выводам**, что рассматривая проблему качественной подготовки будущего учителя, невозможно обойти важного аспекта его профессиональной деятельности – голосовой. Поскольку полноценная деятельность всех педагогов напрямую зависит от работоспособности их голосового аппарата, а умение правильно владеть и эффективно использовать свой голосовой аппарата является не менее важным для педагогов, чем высокий профессиональный уровень.

Считаем необходимым введение в процесс подготовки будущих педагогов всех специальностей (без исключения) предмета “Голосовая культура”. Овладение будущими учителями голосовой культурой даст возможность не только сформировать у будущих педагогов профессиональные качества голоса, а и научит эффективно владеть своим голосом и заботиться о нём. Считаем, что овладение будущими учителями голосовой культурой позитивно скажется на качестве усвоения учебного материала учащимися, а также будет препятствовать возникновению нарушений голоса у педагогов, продлив тем самым профессиональное долголетие.

Список использованной литературы

1. Аспелунд Д.Л. Основные вопросы вокально-речевой культуры / Д.Л. Аспелунд. – М. : Музгиз, 1933. – 126 с.
2. Большакова С.Е. Речевые нарушения у взрослых и способы их преодоления : сборник упражнений / С.Е. Большакова. – М. : Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 160 с.
3. Василенко Ю.С. Профессиональные нарушения голоса в лиц речевых профессий, их лечение, профилактика : дис. на соискание ученой степени д-ра мед. наук : 14.00.04 / Ю.С. Василенко. – М., 1974. – 325 с.
4. Вербовая Н.П. Искусство речи / Н.П. Вербовая, О.М. Головина, В.В. Урнова. – М. : Советская Россия, 1964. – 126 с.

5. Дмитриев Л.Б. Основы вокальной методики / Л.Б. Дмитриев. – М. : Музыка, 1968. – 675 с.
6. Засорина Л.Н. Голос в развивающем обучении / Л.Н. Засорина. – СПб. : Лицей, 1999. – 132 с.
7. Князьков А.А. Техника речи и постановка голоса / А.А. Князьков. – Моск. гос. пед. ин-т им. В.И. Ленина. – М. : Прометей, 1990. – Вып. 2. – 68 с.
8. Князьков А.А. Формирование профессионального голоса в педагогическом вузе (в курсе “Культура речи учителя”) : дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : 13.00.08 / А.А. Князьков. – М., 1991. – 194 с.
9. Козлянинова И.П. Речевой голос и его воспитание : учеб. пособ. по курсу “Сцен. речь” для театр. вузов / И.П. Козлянинова, Э.М. Чарели ; Гос. ин-т театр. искусства им. А.В. Луначарского. – М. : ГИТИС, 1985. – 100 с.
10. Лаврова Е.В. Нарушения голоса : учеб. пособ. для студ. высш. учеб. заведений / Е.В. Лаврова, О.Д. Коптева, Д.В. Уклонская. – М. : Академия, 2006. – 128 с.
11. Орлова О.С. Нарушения голоса / О.С. Орлова. – М. : АСТ : Астрель ; Владимир : ВКТ, 2008. – 220 с.
12. Попов Л.Н. Профессиональное владение голосом как основной аспект технологического уровня воспитательного процесса и необходимое качество личности педагога [Электронный ресурс] / Л.Н. Попов. – Режим доступа: urogoa.rsvpu.ru/filedirectory/143/29.doc.
13. Пустынникова Г.Н. Практическое пособие по воспитанию речевого и певческого голоса / Г.Н. Пустынникова. – М. : Альянс, 2009. – 128 с.
14. Савостьянов А.И. 300 упражнений учителю для работы над дыханием, голосом, дикцией и орфоэпией / А.И. Савостьянов. – М. : Педагогическое общество России, 2005. – 160 с.
15. Стулова Г.П. Современные методы исследования речи и пения / Г.П. Стулова // Вопросы физиологии пения и вокальной методики. – М. : ГМПИ им. Гнесиных, 1975. – С. 39–54.
16. Сценическая речь : учебник / [под ред. И.П. Козляниновой и И.Ю. Промптовой]. – 4-е изд., испр. – М. : ГИТИС, 2006. – 536 с.
17. Фролов Ю.П. Пение и речь в свете учения И.П. Павлова / Ю.П. Фролов. – М. : Музыка, 1966. – 99 с.
18. Шидловська Т.А. Функціональні порушення голосу / Т.А. Шидловська. – К. : Логос, 2011. – 523 с.

Стаття надійшла до редакції 26.02.2013.

Перетьяга Л.Е. Анализ развития научной мысли и методик по постановке голоса

В статье рассматривается сущность понятия “постановка голоса”. Проведен анализ развития научной мысли и методик, направленных на постановку голоса.

Ключевые слова: *постановка голоса, голосовая культура, будущие учителя, профессиональная подготовка.*

Peretyaga L.E. Analysis of scientific reflection development and methods in voice training

The essence of conception “voice training” is considered. The analysis of scientific reflection development and methods made for voice training is done.

Key words: *voice training, voice culture, prospective teachers, professional training.*