

Fonetski statusi amaterskih glumaca

Štefanko, Veronika

Master's thesis / Diplomski rad

2023

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:131:345930>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-11**



Sveučilište u Zagrebu
Filozofski fakultet
University of Zagreb
Faculty of Humanities
and Social Sciences

Repository / Repozitorij:

[ODRAZ - open repository of the University of Zagreb
Faculty of Humanities and Social Sciences](#)



Sveučilište u Zagrebu

Filozofski fakultet

Odsjek za fonetiku

Veronika Štefanko

FONETSKI STATUSI AMATERSKIH GLUMACA

Diplomski rad

Zagreb, srpanj, 2023.

Sveučilište u Zagrebu

Filozofski fakultet

Odsjek za fonetiku

Veronika Štefanko

FONETSKI STATUSI AMATERSKIH GLUMACA

Diplomski rad

Mentorica: Doc. dr. sc. Ines Carović

Zagreb, srpanj, 2023.

PODACI O AUTORU

Ime i prezime: Veronika Štefanko

Naziv oba studija: Fonetika, smjer Govorništvo i Komparativna književnost

PODACI O RADU

Naslov rada na hrvatskome jeziku: Fonetski statusi amaterskih glumaca

Naslov rada na engleskome jeziku: The Phonetic Statuses of Amateur Actors

Datum predaje rada: 10. srpnja 2023.

IZJAVA O AUTORSTVU DIPLOMSKOGA RADA

Ovim potvrđujem da sam osobno napisala diplomski rad pod naslovom

Fonetski statusi amaterskih glumaca

i da sam njegova autorica.

Svi dijelovi rada, podaci ili ideje koje su u radu citirane ili se temelje na drugim izvorima (mrežni izvori, udžbenici, knjige, znanstveni, stručni članci i sl.) u radu su jasno označeni kao takvi te su navedeni u popisu literature.

Veronika Štefanko



Zagreb, 13. srpnja 2023.

Zahvala

Teško je u nekoliko redaka napisati zahvalu i spomenuti sve koji su obilježili moje studiranje, no pošto je odlika vještih govornika sažimanje najvažnijega potrudit ću se biti sažeta, a ujedno nikoga ne izostaviti. Zahvaljujem Marini Grudenić, fonetičarki zbog koje sam upisala ovaj studij i koja je znala da je to „faks po mojoj mjeri“, tajnici Marici Živko na uvijek brzim odgovorima i pomoći tijekom studiranja, profesorima na Odsjeku za fonetiku koji su strpljivo odgovarali na moje tisuću i jedno pitanje postavljeno za vrijeme predavanja, i nakon njih, i koji su mi bili velika podrška u radu na studentskim projektima u sklopu Kluba studenata fonetike Eufonija te svim Eufoničarima s kojima sam imala čast surađivati. Posebno želim zahvalit svojoj mentorici Ines Carović na strpljenju i pomoći oko pisanja ovog rada kao i na svakoj upućenoj riječi podrške na početku mojeg profesionalnog života. Nadalje, zahvaljujem Lovri Krsniku, voditelju Umjetničke organizacije *Točka na i*, koji je prepoznao važnost rada fonetičara s amaterskim glumcima i koji mi je pružio priliku da sve naučeno na studiju primjenjujem u praksi. Na kraju bih htjela zahvaliti svojim prijateljima i obitelji koji su bili uvijek tu za mene, strpljivo satima slušali o fonetici i hrabro se nosili s mojim entuzijazmom koji, nadam se, neće nikad prestati.

SADRŽAJ

UVOD	1
1. GLAS I GOVOR KAZALIŠNIH GLUMACA	3
1.2. <i>GLAS KAZALIŠNIH GLUMACA</i>	3
1.2. <i>SCENSKI GOVOR</i>	6
2. PROTOKOL FONETSKOG STATUSA GOVORNE IZVEDBE	8
2.1 <i>GLAS</i>	8
2.2 <i>IZGOVOR</i>	9
2.3 <i>NAGLASNI SUSTAV</i>	10
2.4 <i>EKSPRESIVNOST</i>	10
2.5 <i>FLUENTNOST</i>	11
3. ISTRAŽIVANJE: FONETSKI STATUSI AMATERSKIH GLUMACA	12
3.1 <i>CILJ I HIPOTEZE</i>	12
3.2 <i>METODOLOGIJA</i>	12
3.2.1 <i>UZORAK ISPITANIKA</i>	12
3.2.2 <i>PRIKUPLJANJE PODATAKA I NAČIN PROVOĐENJA ISTRAŽIVANJA</i>	13
3.2.3 <i>UPITNIK FONETSKE SLUŠNE PROCJENE GOVORNE IZVEDBE</i>	14
3.3 <i>REZULTATI I RASPRAVA</i>	15
4. VJEŽBE ZA GLAS I IZGOVOR	27
4.1 <i>FONETSKE VJEŽBE ZA GLAS I IZGOVOR</i>	28
5. ŠTETNE NAVIKE ZA GLAS I ZLOUPORABA GLASA	34
6. METODIKA RADA S AMATERSKIM GLUMCIMA	35
6.1. <i>PRIKAZ RADIONICE</i>	35
ZAKLJUČAK	44
LITERATURA	45
POPIS TABLICA	47
SAŽETAK	48
ABSTRACT	49
PRILOZI	50

UVOD

Govor je jedna od najsloženijih čovjekovih sposobnosti, a temeljna mu je funkcija komunikacija. Škarić (1991: 69) govor definira kao „optimalnu zvučnu čovječju komunikaciju oblikovanu ritmom rečenica, riječi i slogova“. Govor je sinteza glasa i teksta pri čemu je tekst „organiziran slijed jezičnih jedinica – fonema, morfema, jezičnih riječi, sintagma i rečenica, a glas je u govoru označen troritmičnošću – istodobnim ritmom slogova, govornih riječi i intonacijskih jedinica“ (Škarić, 2001: 7). Prema Škariću glas u govoru nije samo „zvučni nosač teksta, koji daje govoru obveznu prozodijsku govornost, nego je i sam poruka“ (ibid.) Berry (1997) je ponudila usporedbu glasa s violinom. Gudalo dodiruje žice i s obzirom na to koliko su žice dugačke i zategnute nastaju različiti tonovi. Vibracije na žicama stvaraju zvučne valove koje ljudi percipiraju kao zvuk. Zvučna kutija violine pojačava i rezonira zvuk koji je nastao na žici, tj. zvučna kutija stvara vibracije koje su harmonične s tonom nastalim na žici i koje mu daju specifičnu kvalitetu. Harmoničan zvuk sastoji se od cjelobrojnih umnožaka frekvencije osnovnog tona (Bakran, 1996). Ovisno o kvaliteti gudala i žica, dimenziji zvučne kutije, kvaliteti drva i izradi nastaju različite rezonantne vibracije i sukladno tome različite harmonije. Nadalje, razlici u zvuku uvelike doprinosi i način glazbenikove izvedbe. Na temelju gore navedenoga dvije se violine mogu raspoznati po kvaliteti zvuka unatoč tome što proizvode isti ton, jednako tako je i s ljudskim glasom. Vibracije nastaju na glasnicama kada „ekspiracijska (izdisajna, op. a.) zračna struja već počinje izlaziti iz pluća pa će sužavanje glotisa (međuglasničkog prolaza, op. a.) djelovati na nju da se ona ubrza, a onda će ta promjena i aerodinamičke sile koje se njome stvaraju povratno djelovati na kretanje glasnica“ (Horga i Liker, 2016: 193). Tako se nastali zvuk pojačava i rezonira. Horga i Liker (2016: 242) navode da se pomicanjem izgovornih organa oblikuju izgovorene šupljine s „ciljem pojačavanja, prigušivanja i stvaranja govornoga zvuka“. Oni razlikuju pet izgovornih šupljina: ždrijelnu, usnu, nosnu, usnenu i obraznu. Škarić (1991) još navodi Morganijeve šupljine, to su šupljine koje se nalaze u grkljanu između pravih i lažnih glasnica, kao zasebnu izgovornu šupljinu. Horga i Liker (2016) Morganijeve šupljine nisu uključili u svoju podjelu jer su izgovorne šupljine promatrali s obzirom na njihovu ulogu kod izgovora glasnika, ali su istaknuli da one utječu na oblikovanje boje glasa. U svojem određenju glasa Škarić navodi nekoliko kriterija prema kojima se mogu odrediti vrsta i osobine glasa. Jedan od njih je kriterij „organičnosti“ nasuprot „učinjenosti“ glasa. Pod organičnost ubrajamo genetičke i stečene osobine glasa dok učinjenost proizlazi iz

svjesnog, hotimičnog i nadziranog odmicanja od organičnosti u glasu, tj. učinjen sloj glasa rezultat je sposobnosti čovjeka da oponaša druge zvukove i da impostira glas. U takve odmaknute glasove ubrajamo i glumačke glasove. Ponavljanjem i uvježbavanjem impostiranog glasa s vremenom se postigne da se tim glasom osoba služi bez svjesnog pojačanog nadzora i napora. Škarić zaključuje da se „na tim sposobnostima voljnoga variranja i uvježbavanja učinjenih glasova temelji optimizam pedagogije glasa“ (Škarić, 2001: 8).

U ovom radu će na početku biti opisan glas i govor kazališnih glumaca te protokol fonetskog statusa govorne izvedbe gdje će biti objašnjene pojedine kategorije prema kojima su se perceptivno analizirale govorne izvedbe amaterskih kazališnih glumaca u istraživanju. Nakon pregleda i interpretacije rezultata istraživanja bit će opisane fonetske vježbe za glas i izgovor te štetne navike za glas. Na kraju će biti iznesen prijedlog fonetske radionice za amaterske glumce.

1. GLAS I GOVOR KAZALIŠNIH GLUMACA

1.2. GLAS KAZALIŠNIH GLUMACA

Već u staroj Grčkoj, što doznajemo iz rimskih izvora (Tertulijan, prema Laver, 1996), postojali su stručnjaci za glas (lat. *edomatores vocis*) koji su se dijelili na one koji su vježbama pojačavali glas (lat. *vociferarii*), one koji su radili na ugodi glasa (lat. *phonascus*) i one koji su radili na govornoj izvedbi (lat. *vocales*). Može se reći da su se od *edomatores vocis* kasnije razvili fonetičari i današnji pedagozi glasa. U antičko vrijeme započeo je razvoj scenske umjetnosti i s obzirom na to da tada nisu postojala elektronička pojačala zvuka, razglas i mikrofoni, glumački glas se njegovao i pojačavao vježbama za glas. Rimljani su od starih Grka naslijedili brigu o glasu i govornoj izvedbi. Vježbanje glasa bilo je sastavni dio obrazovnog sustava u srednjoj gramatičkoj školi (Varošaneć-Škarić, 2010). Ciceron (2002) u svojem djelu *O govorniku*, koje je napisano u obliku dijaloga između dva vodeća govornika toga vremena Lucija Licinija Krasa i Marka Antonija, dvojice mladića Gaja Aurelija Kote i Publija Sulpicija te drugih, donosi razmišljanja o učenju govorničke vještine i idealnom govorniku. Za glumce koji glume u tragedijama kaže da godinama ustrajno vježbaju svoj glas u svim položajima (sjedeći, ležeći), rade na rasponu glasa i ugodi glasa jer se na glas glumaca gleda više kritički, nego na glas drugih govornika pa npr. glumca Ezopa, koji je glumio u tragedijama onog vremena, „izvižde ako progovori samo malo hrapavijim glasom“ jer se od glumaca „ne očekuje ništa osim užitka za uši“ pa „često nailaze na prezir čim se taj užitak samo malo umanji“ (Ciceron, 2002: 109). Ciceron zaključuje da je za govornika najvažnije govoriti uvjerljivo i paziti na dobru izvedbu da bi ga publika pažljivo slušala, a glas je malo manje važan dok za glumca glas treba biti na prvom mjestu. Kvintilijan (1985) je kao i Ciceron govorio o dobrom glasu i o osobinama glasove kvalitete kod govornika, no on je u svojoj knjizi *Obrazovanje govornika* otišao i korak dalje jer je jasnije nastojao odvojiti glasovu kvalitetu od glasove dinamike koja obuhvaća visinu, glasnoću, brzinu, glatkoću i dikciju. Neka zapažanja Kvintilijana su bila toliko precizna da i danas fonetičari i pedagozi glasa u radu s glumcima koriste vježbe disanja, vježbe za glas i izgovor koje se temelje na njegovim opisima.

Ivo Škarić je podučavao glumce fonetici od 70-ih godina 20. stoljeća. Svojim znanstvenim radom Škarić je dao veliki doprinos razvoju fonetike u Hrvatskoj, a u ovom radu naglasak je stavljen na ona područja koja su povezana s radom s glumcima. U svom određenju glasa Škarić (2001) navodi da je glas najčešće hotimičan ili nehotimičan znak.

Nadalje, glas se s jedne strane mijenja kako se organizam mijenja, npr. kada tijelo raste i razvija se ili u negativnom smislu kada je osoba bolesna, a s druge strane se glas razvija školovanjem i profesionalnom uporabom. Glumci svoj glas hotimično mijenjaju zbog posebne govorničke uloge koju preuzimaju. „Hotimično i vođeno oblikovanje glasa sve do uvježbanosti tako da se on na nekom dijelu fonacijskog ustroja doživi najjače“ naziva se impostacija ili postavljanje glasa (ibid., 12). Postavlja se pjevački, govornički i scenski glas i to fonacijski dio i dio koji se odnosi na dikciju. Varošaneć-Škarić (2005: 94) daje svoju definiciju koja kaže da je impostacija „postizanje optimuma glasanja nekog glasa u scenskom govoru i opernom pjevanju“. Škarić razlikuje dišna, grkljanska i nadgrkljanska postavljanja glasa, a tu podjelu kasnije preuzima i Varošaneć-Škarić (2005). Kod glumaca disanje treba biti postavljeno tako da se postigne jači plućni tlak, „jer se tako štedi na naporu iznaddišnih struktura“, i da se postigne dobar potisak na pluća odozdo (Škarić, 2001: 12 – 13). Horga i Liker (2016) spominju tri vrste disanja s obzirom na dominantnost pojedinih dijelova respiracijskog sustava: abdominalno ili dijafragmalno gdje se izrazito izbacuje trbušni zid prema naprijed, prsno ili torakalno gdje se više širi grudni koš, a manje se izbacuje trbuh i klavikularno gdje se diže gornji dio grudnog koša što se vidi kao podizanje ramena. Ono „dobro“ postavljeno disanje o kojem Škarić govori je abdominalno disanje koje plućima omogućuje postizanje većeg kapaciteta. Za duboko abdominalno disanje najvažniji su trbušni mišići i mišići dijafragme. Dijafragma je najveći udisani mišić, ona dijeli torakalnu i abdominalnu šupljinu. Prilikom udaha mišići dijafragme se skrate i njezina kupola postane plića te počne gurati organe trbušne šupljine prema dolje. To rezultira povećanjem volumena torakalne šupljine što omogućuje donjem dijelu pluća da se šire. Istovremeno se trbušni mišići opuste i trbušni zid se pomiče prema naprijed. Stezanjem trbušnih mišića povećava se tlak u trbušnoj šupljini koji prisiljava dijafragmu da se vrati u početni položaj i u tom procesu pritišće pluća odozdo (Horga i Liker, 2016; Škarić, 1991; Varošaneć-Škarić, 2005; Varošaneć-Škarić, 2010). Varošaneć-Škarić (2005) kaže da je važno da glumci postignu ravnotežu subglotičkog tlaka i fonacije bez napetosti te nauče kako upravljati tlakovima kada mijenjaju glasnoću i visine tonova. Ističe da je „paradoks scenskog glasa da tako učinjen i izrađen, obrađen odnosno kultiviran, zvuči i treba zvučati kao da je naravan“ te zaključuje da je pravilno disanje „osnovni impostacijski potporanj koji će se ogledati i u ravnoteži timbra“ (ibid., 99), tj. boji glasa. Uz jakost disanja i mjesto potiska Škarić (2001) u dišna postavljanja ubraja i postavljanje osjeta vibracija na prsnoj kosti. „To se postiže snižavanjem tona i pojačavanjem glasa te fiksiranjem grkljana u niski položaj uz izbočenje prsne kosti“, a osjet vibracija na prsnoj kosti potreban je jer se na taj način „pojačava i stabilizira voluminoznost

glasa“ koja je poželjna kod glumaca (ibid.,13). I Gavella (1967: 20) pod pojmom „lijepi organ“ misli na scenski glas postavljen s osjetom vibracija na prsnoj kosti ili kako on to naziva glas s „prsnom rezonancom“.

Kada Škarić (2001) govori o grkljanskom postavljanju misli na način fonacije i na položaj grkljana. Dobro foniranje je ono u kojem glasnice pravilno titraju, tj. u kojem se zavaraju i otvaraju po cijeloj dužini, ritmično u pravilnim vremenskim razmacima (mali *jitter*) i s približno jednakim amplitudama (mali *shimmer*). Nadalje, dobro je i ono foniranje gdje se glasnice naglo razmiču i brzo primiču tako da faza zatvorenosti glotisa bude razmjerno duga i da zatvor bude potpun tako da ne nastane šum koji u glasu glumaca nije poželjan (Škarić, 2001; Varošaneć-Škarić, 2010). Takva fonacija pripada modalnoj fonacijskoj vrsti (Varošaneć-Škarić, 2005).

Škarić (2001) nadgrkljansko postavljanje smatra važnim jer utječe na stvaranje i oblikovanje zvuka. Razlikuje šumni zvuk koji nastaje vrtloženjem zračne struje i harmoničan zvuk. Intenzitet zvuka se apsorbira ili pojačava eksponencijalnim širenjem vokalnog prolaza. O duljini vokalnog prolaza ovise rezonantne frekvencije pa vrijedi da ako je duljina vokalne cijevi veća, gledano od grkljana do izlaska iz usta, rezonantne su frekvencije niže i glas zvuči voluminoznije. Ako je neki dio vokalnog prolaza sužen, npr. ždrijelo to će negativno utjecati na voluminoznost i takav glas se naziva grleni. Primjer nadgrkljanske modifikacije je i nosnost. Varošaneć-Škarić (2010) navodi da se jaka nosnost povezuje s negativnim osobinama poput lijenosti, zatvorenosti i škrtosti te da se doživljava negativnije od promukle šumne kvalitete glasa. Čeljusna impostacija se odnosi na postavljanje donje čeljusti pa postoji tzv. govor zatvorenim ustima što utječe na dobru dikciju i timbar. Postoje i brojna postavljanja jezika koja utječu na izgovor glasova, npr. dignuta leđa jezika prema tvrdom nepcu rezultiraju umekšanim izgovorom (Škarić, 2001). Glumci trebaju težiti glasu koji je lišen nadgrkljanskih modifikacija jer one upućuju na nekultiviran glas koji je suprotan od kultiviranog, fonogeničnog glasa koji je uravnotežen i medijski poželjan (Varošaneć-Škarić, 2010).

Na oblik spektra utječe intenzitet formanata. Formant se definira kao „rezultat rezonantnih frekvencija govornog prolaza“ (Škarić, 1991: 179), vidi se kao pojačanje u spektru i označava: F1 za prvi formant, F2 za drugi, F3 za treći itd. Varošaneć-Škarić (2005: 91) navodi da bi svrha vježbi za glas u scenskom govoru trebala biti postizanje ujednačenog područja formanata F3 i F4 jer za „glasove uravnoteženog spektra i s podjednakim intenzitetom F3 i F4 koji su od najjačeg intenziteta u spektru slabiji između 20 i 27 dB možemo reći da imaju tzv. glumačke formante“ i ti glasovi se procjenjuju kao iznimno ugodni glasovi. Nadalje, ugodnim i voluminoznim glasovima se procjenjuju i oni kod kojih je u

spektru područje prvog formanta (F1) vrlo snažno (ibid.) i gdje je F0 niža od prosječnih i neugodnih glasova.

1.2. SCENSKI GOVOR

Gluma se ubraja u govorne umjetnosti. Neki glumci glume i u kazališnim predstavama i u filmovima i/ili televizijskim serijama te svoj govor trebaju posebno prilagođavati zahtjevima kazališne scene i zahtjevima snimanja. Vlašić Duić (2013: 19-20) u svojoj knjizi *U Abesiniju za fonetičara: Govor u hrvatskome filmu* navodi da je u kazalištu govor „osnovna scenska izražajna vrijednost“ dok u filmu govor nije primarno izražajno sredstvo, stoga se od kazališnog glumca „zahtjeva posebno umijeće govora“ dok se „filmski glumci biraju tako da psihologijom, vlastitim iskustvom i fizički mogu lakše uvjeriti gledatelja u pripadnost prikazanom prizoru, pa se u filmskoj glumi teži stvaranju dojma svakodnevna i tipična čovjekova ponašanja“. U ovome radu će naglasak biti stavljen na govor u kazalištu, tj. na scenski govor.

Scenski govor podrazumijeva govor glumca na sceni pred većim brojem slušatelja gdje je svaka riječ uvjerljiva i kontrolirana tako da iluzija stvarnosti nije narušena (Clifford Turner, 2000). Podbevšek (1994: 75) definira scenski govor kao „kvazirealan govorni čin, koji se od običnog razlikuje većom brigom za estetsko oblikovanje i unaprijed određenim lokucijskim (izricanje, op. a.), ilokucijskim (utjecaj, op. a.) i perlokucijskim (učinkovitost, op. a.) radnjama“. Pod većom brigom za estetsko oblikovanje autorica podrazumijeva dobru razumljivost, odgovarajuću čujnost, standardni izgovor i odgovarajuću uporabu govornih vrednota. Varošaneć (1987/88) navodi da se otklon od norme ponekad koristi za „slikanje“ dramske osobe, tj. glumac odstupanjem od standardnog naglasnog sustava dočarava sve društvene i psihološke indikatore dramske osobe. Podbevšek (1994) za izricanje kaže da je to proces govornog djelovanja dok je izričaj rezultat tog govornog čina. Ilokucijske i perlokucijske radnje mogu biti netekstualne (neverbalni znakovi) i govorne, no one su uvijek dogovorene, tj. izrežirane jer glumci unaprijed znaju kakvom će ilokucijskom silom biti što izrečeno i kako trebaju odgovoriti na tu repliku (verbalno i/ili neverbano) te kakav se utjecaj želi postići na publiku. Jedino u scenskom prostoru i vremenu ilokucija ima moć, stoga je ona kvazirealna, tj. oponaša neposrednu govornu praksu. I perlokucijska radnja scenski izričaj izvodi u konkretnom scenskom govornom položaju koji je kvazirealan jer glumac predstavlja fiktivnog lika iz dramskog teksta, a ne sebe samog. Dramski tekst je ishodište za scenski

govor jer je u njemu ukodirana govorna struktura, no scenski ju govor nadilazi u umjetničkom činu koji se oblikuje nastajanjem predstave.

Dobro postavljanje glasa je iznimno važno za postizanje određenog intenziteta u scenskom govoru. „Intenzitet glumačkih glasova u normalnom scenskom govoru je prosječno 70 dB (u rasponu od 68 do 72 dB), u jačem govoru 74 dB (u rasponu od 70 do 80 dB), a u dramskom liku koji se obraća većoj skupini 75 dB (u rasponu od 70 do 80 dB)“ (Varošaneć-Škarić, 2005: 88). Autorica dalje napominje da ako glumac želi postići perceptivnu glasnoću govora za 40 % veću (što je razlika od 70 do 74 dB) mora uložiti puno napora i zato je važno da je glas dobro impostiran. Govor većeg intenziteta utječe i na povećanje fundamentalne frekvencije koja se može povisiti od 10 do 30 Hz (ibid.). Ako glas nije treniran za govorenje u otežanim uvjetima, pogotovo u pojačanoj buci, može doći do oštećenja sluzokože i krvarenja glasnica što za posljedicu ima nastajanje žuljeva, odnosno polipa na glasnicama (ibid.). Takvi otežani uvjeti se javljaju i u scenskom govoru na otvorenom jer se tada zvuk brže gubi i nema pojačanog samoslušanja kao u kazalištu.

2. PROTOKOL FONETSKOG STATUSA GOVORNE IZVEDBE

Fonetska slušna procjena govornih ostvarenja amaterskih glumaca rađena je prema protokolu fonetskog statusa govorne izvedbe od Varošaneć-Škarić (2010). Govorna izvedba se perceptivno analizirala u kategoriji glasa, izgovora, naglasnog sustava, ekspresivnosti i fluentnosti.

2.1 GLAS

Glas je perceptivno analiziran s obzirom na ugodu glasa, visinu tona, glasnoću, prisustvo ili odsustvo nazalne kvalitete glasa i prisustvo ili odsustvo promuklosti. S obzirom na estetsku procjenu, prema Varošaneć-Škarić (2005: 180) ugodna glasa se shvaća kao „organska sastavnica, a zatim do neke mjere i kao naučljiv kozmetički aspekt glasa“. Autorica dalje napominje da su organske predispozicije koje rezultiraju ugodnim glasom kod neke osobe vrlo rijetke i da se od prosječnog glasa do vrlo ugodnog „dolazi vrlo teško, uz višegodišnje učenje i kultiviranje glasove kvalitete“. Ugodnim glasom se percipira glas niže fundamentalne frekvencije od prosječne, voluminozan, ne preglasan s periodičnim titranjem glasnica, a neugodan glas je uglavnom više fundamentalne frekvencije od prosječne, napet, neuravnoteženog spektra i disfoničan.

„Glas kao složeni harmonični zvuk ima najnižu osnovnu frekvenciju (F0) koja se naziva osnovna ili fundamentalna frekvencija“ (Varošaneć-Škarić, 2005:53). Visina fundamentalne frekvencije se najčešće mjeri u zadržanoj fonaciji vokala /a/ i u čitanju nefrikativnog teksta. Prosječna fundamentalna frekvencija za muškarce iznosi 120 Hz, a za žene 200 Hz (Fant, 1970).

Intenzitet (perceptivno glasnoća) utječe na spektar i sukladno tome na boju glasa (Varošaneć-Škarić, 2005). Glas percipiramo kao tih, prosječne glasnoće i glasan. Iako je veći intenzitet u scenskom govoru nužan kako bi publika dobro čula glumce, u svakodnevnom govoru glasan glas najčešće upućuje na dijalektalni govor. Najvažnije je moći prilagođavati intenzitet s obzirom na govornu situaciju, a da se pritom ne oštećuju glasnice.

Varošaneć-Škarić (2005) za nazalnu kvalitetu glasa kaže da se javlja kao posljedica artikulacijske opuštenosti, tzv. lijenog govora kada zvuk previše prolazi kroz nos što znači da je meko nepce opušteno i nosni prolaz preotvoren. Nazalna kvaliteta glasa je u maloj mjeri

poželjna pa tako Laver (1996) zlatni glas opisuje kao dubok, tih i blago nazaliziran, ali prevelika nazaliziranost glasa se negativno doživljava.

Hrapava kvaliteta glasa nastaje kada glasnice nepravilno titraju i kada se ne zatvaraju cijelom dužinom u fazi zatvora glasnica (Varošaneć-Škarić, 2005). Hrapavost se javlja kao posljedica zlouporabe glasa i zbog štetnih navika za glas kao što su pušenje i pijenje alkohola (Varošaneć-Škarić, 2010). Jaka hrapavost gdje je znatnije prisutna i šumna sastavnica se naziva grubom promuklošću i takav glas se procjenjuje neugodnim.

2.2 IZGOVOR

Izgovor se perceptivno analizirao s obzirom na čvrstoću, odnosno procjenjivalo se ima li govornik jako labavu, labavu, dobru ili prejaku dikciju, zatim se analiziralo ima li govornik neke izgovorne mane i postoje li izgovorne pogreške u njegovom govoru. Za izgovorne mane Škarić (1991: 356) kaže da su to „glasnici koje neka osoba iz različitih psihoorganskih uzroka izgovara drukčije nego što izgovaraju drugi u sredini u kojoj je ta osoba usvojila svoj organski govor“. Varošaneć-Škarić (2010) u kategoriju izgovornih mana ubraja pogrešan izgovor glasova (dislalijske), zatim smetnje u čitanju kao što su disleksija i mucanje, brzopletost i sustavno obezvučavanje glasova u riječi. Ako je do pogreške u izgovoru došlo zbog utjecaja govora okoline (dijalektalni govor, strani jezik) onda se pogreška smješta u kategoriju izgovornih pogrešaka. Izgovorne pogreške kategoriziramo u dvije skupine: izgovor vokala i izgovor konsonanata koji odstupaju od standardnog izgovora za hrvatski jezik (Škarić, 2009). Ako vokalni profesionalci imaju izgovorne mane to su onda one blagog stupnja koje ispravljaju kod logopeda ili fonetičara, a izgovorne pogreške koje umanjuju estetski dojam o govorniku ispravljaju fonetičari fonetskom korekcijom izgovora (ibid.). Berry (1997:24) kaže da kod glumaca koji imaju dijalektalni izgovor podsvjesno postoji strah da će kad standardiziraju svoj izgovor izgubiti „dio svoje vitalnosti i svoje snage“ i da se osjećaju kao su iznevjerili svoje korijene. Berry misli da je takav stav pogrešan i smatra da svjesnim ograničavanjem glas gubi svoju moć priopćavanja, ne zvuči iskreno i sukladno tome gluma nije uvjerljiva te zaključuje da je rezultat toga da „ograničenja upravljaju pozornost publike na glumca, a ne na ulogu koju igra“ (ibid.).

2.3 NAGLASNI SUSTAV

Škarić (2009) razlikuje tri tipa hrvatskog jezika: klasična norma ili klasični tip koji je nastao normativističko-političkim načinom, tj. dogovoren je, zatim općeprihvaćeni ili prihvaćeni koji je nastao spontano i treći je općeprihvatljivi ili samo prihvatljivi koji je zapravo inačica općeprihvaćenog izgovora. U klasičnom i prihvatljivom izgovoru postoje četiri naglasaka (kratkosilazni, kratkouzlazni, dugosilazni i dugouzlazni), nedopušteno je mjesto silaznih naglasaka na nepočetnom slogu u govornoj riječi, ali u prihvatljivom postoje brojne iznimke. U prihvaćenom postoje tri naglasaka (kratkosilazni, dugosilazni i dugouzlazni) i dopušteni su silazni naglasci na nepočetnim slogovima i na završnom slogu u riječi. Klasični tip razlikuje duge i kratke zanaglasne slogove, u prihvatljivom se zanaglasni dugi slogovi krata, a u prihvaćenom nema zanaglasnih dugih slogova.

Varošanec-Škarić (2010: 173) ističe da je u spikerskom govoru važno postići tronaglasni (prihvaćeni) naglasni sustav, a da je četveronaglasni (općeprihvatljivi) poželjan, dok glumci moraju težiti ostvarivanju sva četiri naglasaka u svom govoru jer „to može biti važno u poetskoj jezičnoj funkciji, može prozodijskom razlikovnošću obogatiti recitaciju ili pak dramski govor u stihu“.

2.4 EKSPRESIVNOST

Ekspresivnost se odnosi na neverbalni paralingvistički vokalni sloj govora (Varošanec-Škarić, 2010). Kad se govori o ekspresivnosti u glasovnoj govornoj izvedbi misli se na dobru primjenu auditivnih vrednota govornog jezika (tona i intonacije, intenziteta, tempa i stanki) (Guberina, 1967; Vuletić, 2007) i odgovarajućeg ritma u govoru. Vuletić (2007: 98) kaže da „intonaciju tvore neprestane promjene osnovnog tona u govoru“ i da je intonacija ta koja „od niza riječi stvara rečenicu“. Promjenom visine tona i intenziteta u rečenici se ističu oni dijelovi koji su informativni za sugovornika. „Pojačan intenzitet, ili relativno pojačan u odnosu na druge dijelove iskaza, privlači pažnju sugovornika, upozorava ga na obavijesnu vrijednost dijela iskaza; zato se obično pojačanim intenzitetom određuje naglasak rečenice“ (Vuletić, 2007: 97). Kada govornici nemaju dobro logičko isticanje govor može, s jedne strane, zvučati kao da je sve važno jer je previše riječi istaknuto ili, s druge strane, može zvučati monotono jer ništa nije istaknuto. U ekspresivnom govoru su važne i

stanke isticanja. One koje se nalaze ispred istaknute riječi pojačavaju učinak iščekivanja, a one koje se nalaze iza istaknute riječi omogućavaju sugovorniku da bolje shvati poruku (Škarić, 1991, Vuletić, 2007). „Govorna brzina (govorni tempo) izražava se brojem govornih članaka (glasnika, slogova, riječi i rečenica) u jedinici vremena (minuti, sekundi)“ (Škarić, 1991: 297). Kada se govorna brzina promatra u funkciji ekspresivnosti, onda se podrazumijeva da govorna brzina varira s obzirom na sadržaj poruke. „U logičkom ustroju rečenice usporen tempo ističe bitne elemente iskaza“ (Vuletić, 2007: 98). Govorna brzina sama po sebi postaje znakom u govoru kada označava stanje osobe (npr. nestrpljivost). Nadalje, promjenom brzine utječe se i na dinamiku govorne izvedbe (Varošaneć-Škarić, 2010). U ovom radu brzina govorne izvedbe percipirana je kao primjerena, spora ili brza. Škarić (1991: 301) kaže da „prijelazi između tišine i zvuka te između zvukova mogu biti brzi, oštri ili spori, blagi“. Prvi se naziva *staccato* ritam, a drugi *legato* ritam u govoru. Poželjan ritam u govoru vokalnih profesionalaca je *legato* ritam dok se *staccato* može koristiti u glumi da bi se dočarao dramski lik.

2.5 FLUENTNOST

Horga (1994: 15) je fluentnost (tečnost) definirao kao „stupanj lakoće govornog planiranja i izvođenja“. Fluentan govor je „govor prirodnog tempa bez oklijevanja, zastajkivanja, ponavljanja, ispravljanja, poštapalica te punih i praznih stanki procesiranja primjeren informacijskom i komunikacijskom opterećenju izričaja, što sve pretpostavlja učinkovito i usklađeno funkcioniranje svih razina govorne proizvodnje“ (Horga i Požgaj Hadži, 2012: 626 – 627). Vidović Zorić (2015) u svojoj doktorskoj disertaciji navodi da se prema strukturi govorne pogreške dijele na zamjene (kada neku jedinicu u izričaju zamijenimo drugom), dodavanja (kada neku jedinicu dodamo izričaju) i izostavljanja (kada neku jedinicu izostavimo iz planiranog izričaja). Disfluentnosti slušatelje informiraju o govornikovoju vještini, stupnju intelektualnog obrazovanja ili emocionalnom i fizičkom stanju. Fluentnost, zajedno s dikcijom, pripada izvanjezičnom dinamičkom sloju glasa (Varošaneć-Škarić, 2010). Vrban Zrinski (2013) kaže da dobra govornost ima i određen stupanja nefluentnosti jer govornost podrazumijeva spontanost, prirodnost i govorno planiranje koje se događa u trenutku govorne izvedbe ili bi se trebalo tako činiti ako je govor pripreman ranije.

3. ISTRAŽIVANJE: FONETSKI STATUSI AMATERSKIH GLUMACA

3.1 CILJI I HIPOTEZE

Cilj istraživanja bio je napraviti fonetske statuse amaterskih glumaca kako bi se dobio uvid u statuse govornih izvedbi osoba koje se amaterski bave glumom. Istraživanjem se htjelo dokazati da je amaterskim glumcima potrebna edukacija o glasu i govoru, koju studenti glume imaju na akademiji, ako se žele profesionalno baviti glumom.

U istraživanju su postavljene sljedeće hipoteze:

1. Glas amaterskih glumaca će biti prosječno ocijenjen s obzirom na ugodu glasa.
2. Amaterski glumci ne brinu pravilno o svom glasu.
3. Amaterski glumci će imat dobru dikciju i u govornoj izvedbi se neće čuti izgovorne pogreške.
4. Amaterski glumci učinkovito koriste prozodijska sredstva u govornoj izvedbi za postizanje ekspresivnog govora.

3.2 METODOLOGIJA

3.2.1 UZORAK ISPITANIKA

U istraživanju je sudjelovala 31 osoba, 15 žena i 16 muškaraca. Nakon analize snimaka i obrade upitnika odlučeno je da u obradu završnih rezultata neće biti uvršteni podaci četiriju ispitanica i jednog ispitanika; dvije ispitanice i ispitanik su bili prehladeni za vrijeme snimanja, druge dvije ispitanice su državljanke Bosne i Hercegovine, a s obzirom na to da se u istraživanju ocjenjivao standardni hrvatski izgovor one nisu uvrštene u završne rezultate. Obrada podataka napravljena je na uzorku od 26 ispitanika, 11 žena i 15 muškaraca. Ispitanici su bili polaznici četiriju dramskih amaterskih grupa koje djeluju u sklopu Umjetničke organizacije *Točka na i* u Zagrebu. Prosječna starosna dob ispitanika je 28 godina, najmlađi ispitanik je imao 19, a najstariji 37 godina.

3.2.2 PRIKUPLJANJE PODATAKA I NAČIN PROVOĐENJA ISTRAŽIVANJA

Snimke ispitanika snimljene su u prostoru Umjetničke organizacije *Točka na i* s visoko kvalitetnim prijenosnim snimačem proizvođača Zoom, model H5. Pazilo se na to da u prostoriji bude tišina za vrijeme snimanja. Snimke su snimljene u četiri navrata, tj. u vrijeme redovitih termina četiriju dramskih grupa koje su bile uključene u istraživanje. Istraživanje je dobilo suglasnost za provedbu na sjednici Etičkog povjerenstva Odsjeka za fonetiku 13. ožujka 2023. godine. Prije snimanja ispitanici su popunjavali Upitnik (vidi Prilog 2) u kojem su naveli osobne podatke, podatke o mjestu i godini rođenja, mjestu odrastanja i školovanja, mjestu odrastanja i boravka roditelja/odgajatelja koji su služili za preciznije određenje naglasnog sustava govornika te podatke o tome jesu li se kada bavili pjevanjem ili svirali puhači instrument, ti podaci su služili za interpretaciju rezultata fonacija. Na kraju su ispitanici još napisali jesu li pušači ili ne, ako je odgovor bio potvrđan trebali su navesti koliko dugo puše. Ispitanici su prije snimanja dobili uputu da tekstove čitaju pazeći na standardni izgovor. Prvi tekst je, tzv. nefrikativni tekst (Škarić, 1993) (vidi Prilog 3), tekst u kojem nema glasova /f/, /c/, /s/, /z/, /š/, /ž/, /č/, /ć/, /dž/ i /đ/, on je služio za perceptivnu analizu glasa i akustičko mjerenje fundamentalne frekvencije u čitanju. Akustička analiza je napravljena u programu Praat na odsječku od 60 ms. Program Praat se koristio za sve akustičke analize u ovom istraživanju. Posebno se mjerila fundamentalna frekvencija u čitanju kod muškaraca i posebno kod žena te se na kraju izračunala prosječna vrijednost za muškarce i za žene. Drugi tekst prilagođena je Ezopova basna *Vjetar i sunce* (vidi Prilog 4), on je služio za perceptivnu analizu dikcije, izgovornih mana i pogrešaka te izražajnosti, uputa ispitanicima kod ovog teksta je bila da ga pokušaju izražajno pročitati. Treći tekst koji je snimljen je prilagođen prema Runjić-Stoilova (2006) (vidi Prilog 5) i služio je za perceptivnu analizu provođenja asimilacijskih pravila. Na temelju svih tekstova se pokušao procijeniti naglasni sustav ispitanika. Nakon čitanja tekstova ispitanici su trebali spontano govoriti jednu do dvije minute o tome kako su proveli dan ili o nekom hobiju, zašto su se odlučili uključiti u dramsku grupu i sl., na temelju toga se perceptivno analizirala fluentnost u govoru. Na kraju je svaki ispitanik snimio tri puta fonaciju vokala /a/ na kojima se akustički mjerila fundamentalna frekvencija i računalo prosječno vrijeme fonacije. Akustičko mjerenje osobina glasa na temelju produljenog izgovora vokala /a/ uobičajen je postupak u mjerenju glumačkih glasova (Timmermans i sur., 2002; Varošaneć-Škarić, 2008, 2010). Fundamentalna frekvencija u fonaciji dobivena je uprosječivanjem triju vrijednosti izmjerenih u stabilnom dijelu fonacije

na odsječku od 3-5 ms. Slušna procjena govornih ostvarenja amaterskih glumaca radila se prema protokolu fonetskog statusa govorne izvedbe.

3.2.3 UPITNIK FONETSKE SLUŠNE PROCJENE GOVORNE IZVEDBE

Upitnik fonetske slušne procjene govorne izvedbe (prilagođeno prema Varošaneć-Škarić, 2010) korišten u ovom istraživanju sastoji se od šest kategorija: glasa, izgovora, naglasnog sustava, izražajnosti, govorne fluentnosti i ukupne ocjene (vidi Prilog 5). U kategoriji glasa se perceptivno analizirala uroda glasa na skali od 5 stupnjeva pri čemu je 1 označavao vrlo neugodan glas, 2 neugodan, 3 prosječan, 4 ugodan i 5 vrlo ugodan glas. Zatim ton glasa, također na skali od 5 stupnjeva gdje je 1 označavao vrlo nizak ton, 2 nizak, 3 srednje visine, 4 visok i 5 vrlo visok ton. Glasnoća, nazalnost i hrapavost procjenjivale su se na skali od 3 stupnja. Kod glasnoće je 1 označavao tih glas, 2 glas prosječne glasnoće, a 3 glasan glas, kod nazalnosti 1 je označavao nepostojanje nazalnosti, 2 blagu nazalnost, 3 nazalnost, jednako tako i kod hrapavosti, 1 je označavao nepostojanje hrapavosti, 2 blagu hrapavost i 3 hrapavost. U kategoriji izgovora prvo se perceptivno analizirao izgovor (dikcija) na skali od 4 stupnja gdje je 1 označavao jako labav izgovor, 2 labav, 3 dobar, a 4 prejak izgovor. Nadalje, pod kategorijom izgovor se analiziralo i imaju li govornici izgovorne mane i izgovorne pogreške. Označavalo se odsustvo ili prisustvo sa 1-NE ili 2-DA, ako je odgovor bio pozitivan navodilo se o kojim izgovornim manama ili dijalektalnom izgovoru je riječ. Kod izgovornih pogrešaka navodile su se zasebno izgovorne pogreške koje su se odnosile na izgovor vokala i na izgovor konsonanata. Provođenje asimilacijskih pravila označavalo se sa 1-ostvaruje ili sa 2-ne ostvaruje. U trećoj kategoriji perceptivno se analizirao naglasni sustav govornika. Prvo se na skali od 3 stupnja određivalo kojem naglasnom sustavu govornik pripada; 1-četveronaglasnom (općeprihvatljivom), 2-tronaglasnom (prihvaćenom) ili 3-dvonaglasnom (silaznom, dinamičkom). Drugo se procjenjivalo ostvaruje li govornik naglasak na 1-standardnom mjestu u riječi, 2-nestandardnom mjestu ili je li 3-hiperkorektan u prebacivanju naglasaka na standardno mjesto u riječi. Četvrta kategorija je izražajnost i unutar nje se ocjenjivao ukupni dojam na skali od 3 stupnja; 1-odličan, 2-dobar i 3-loš, zatim logičko isticanje gdje je 1 označavao dobro logičko isticanje u rečenici, a 2 loše logičko isticanje. Prisustvo logičkih stanki u čitanju se označavalo sa 1-DA, a odsustvo s 2-NE. Ritam je perceptivno analiziran kao 1-primjeren ili 2-isprekidan, a tempo govorne izvedbe kao 1-spor, 2-primjeren ili 3-brz. Peta kategorija je fluentnost koja se perceptivno analizirala na spontanom govoru na skali od 3 stupnja gdje je 1 označavao odličnu fluentnost, 2 dobru, a 3

lošu. Šesta kategorija je ukupna ocjena govorne izvedbe koja uključuje sve procjenjivane komponente gore opisane. Ocijene su mogle biti 1, 1.5, 2, 2.5, 3, 3.5, 4, 4.5 i 5.

3.3 REZULTATI I RASPRAVA

Prema rezultatima slušne procjene govornih izvedbi 18 od 26 amaterskih glumaca ima prosječan glas, 4 ugodan glas, 2 vrlo ugodan i kod 2 ispitanice glas je procijenjen kao neugodan. Rezultati su potvrdili pretpostavku da će većina amaterskih glumaca imati prosječan glas u kategoriji ugode glasa.

Slušnom procjenom je za 6 od 11 ispitanica procijenjeno da imaju srednje visok glas, za 3 da imaju nizak, a za 2 da imaju visok, ni za jednu ispitanicu nije procijenjeno da ima vrlo nizak ili vrlo visok glas. Za 9 od 15 ispitanika glas je procijenjen kao srednje visok, za njih 4 nizak, jedan glas je procijenjen kao vrlo nizak i jedan kao visok, niti jedan nije procijenjen jako visokim. Akustičkom analizom izmjerene su fundamentalne frekvencije u sve tri fonacije te je izračunata prosječna vrijednost za muškarce i za žene. U Tablici 1 može se vidjeti da je prosječna fundamentalna frekvencija u produženom izgovoru vokala /a/ kod muškaraca $F_0 = 108,87$ Hz, a kod žena $F_0 = 206,18$ Hz. Prosječna fundamentalna frekvencija u čitanju nefrikativnog teksta kod muškaraca je $F_{0\check{c}} = 113,40$ Hz, a kod žena $F_{0\check{c}} = 195,18$ Hz. Varošaneć-Škarić (2008) je u istraživanju glasova studenata glume i ostalih studenata mjerila prosječne vrijednosti fundamentalne frekvencije te je za studente glume dobila vrijednost $F_0 = 116,33$ Hz, a za studentice $F_0 = 207,94$ Hz. Tower i suradnici (2019) su u svojem istraživanju mjerili F_0 u fonaciji vokala /a/ i u čitanju ($F_{0\check{c}}$) kod studenata prve godine glume na početku i na kraju akademske godine. Na početku godine su za muškarce vrijednosti bile $F_0 = 109,9$ Hz, $F_{0\check{c}} = 123,3$ Hz, a kod žena $F_0 = 183,5$ Hz i $F_{0\check{c}} = 213,2$ Hz. Na kraju godine su vrijednosti za muškarce bile $F_0 = 116,1$ Hz, $F_{0\check{c}} = 119,7$ Hz, a kod žena $F_0 = 190,6$ Hz i $F_{0\check{c}} = 213,9$ Hz. Usporedba dobivenih rezultata u ovom istraživanju i rezultata gore navedenih autora vidljiva je u Tablici 2.

Tablica 1 Prikaz prosječnih vrijednosti fundamentalne frekvencije amaterskih glumaca dobivenih u ovom istraživanju na temelju fonacije vokala /a/ (F0) i fundamentalne frekvencije u čitanju nefrikativnog teksta (F0_č) kod muškaraca i kod žena izraženih u hercima (Hz)

	MUŠKARCI N = 15	ŽENE N = 11
F0	108,87	206,18
F0 _č	113,40	195,18

Vrijednosti prosječne F0 = 206,18 Hz kod žena u ovom istraživanju odgovaraju vrijednostima prosječne F0 = 207,94 Hz za žene koje je Varošaneć-Škarić (2008) dobila u svojem istraživanju kod studenata glume. Vrijednosti prosječne F0 = 108,87 Hz kod muškaraca dobivene u ovom istraživanju odgovaraju vrijednostima prosječne F0 = 109,9 Hz za muškarce koje su Tower i suradnici (2019) dobili u snimanju studenata glume na početku akademske godine.

Zanimljivo je da je u ovom istraživanju kod većine muškaraca fundamentalna frekvencija u fonaciji niža u odnosu na fundamentalnu frekvenciju u čitanju, to je slučaj kod 11 od 15 ispitanika, dok je kod žena situacija obrnuta, kod 9 od 11 ispitanica zabilježena je veća fundamentalna frekvencija u fonaciji u odnosu na fundamentalnu frekvenciju u čitanju. Ako se promatraju rezultati Towera i suradnika (2019) u Tablici 2 i odnos F0 i F0_č u ovome istraživanju, može se vidjeti da muška skupina ispitanika u ovom istraživanju prati tendenciju niže fundamentalne frekvencije u fonaciji u odnosu na fundamentalnu frekvenciju u čitanju što je slučaj kod muških i kod ženskih ispitanika u istraživanju Towera i suradnika. Jedan od mogućih razloga povećanja F0 kod žena u odnosu na F0_č u ovom istraživanju je prisutnost treme zbog snimanja. Foniranje vokala je bio specifičan zadatak s kojim se neke ispitanice vjerojatno nikad prije nisu susrele dok se sa čitanjem jesu pa je moguće da je nelagoda uslijed izvođenja tog zadatka i činjenica da se fonacija snima pridonijela stvaranju grkljanske napetosti i povećanju fundamentalne frekvencije. No, s obzirom na to da kod muških ispitanika to nije bio slučaj, osim kod 4 ispitanika, trebalo bi provesti opsežnije istraživanje kako bi se vidjelo jesu li takvi podaci statistički značajni.

Tablica 2 Prikaz prosječnih vrijednosti fundamentalne frekvencije studenata glume u istraživanjima Varošaneć-Škarić te Towera i suradnika na temelju fonacije vokala /a/ (F0) i fundamentalne frekvencije u čitanju teksta (F0_č) kod muškaraca i kod žena izraženih u hercima (Hz) s navedenim brojem govornika (N).

	Varošaneć-Škarić (2008)		Tower i suradnici (2019) (na početku ak. god.)		Tower i suradnici (2019) (na kraju ak. god.)	
	MUŠKARCI N = 21	ŽENE N = 24	MUŠKARCI N = 7	ŽENE N = 7	MUŠKARCI N = 7	ŽENE N = 6
F0	116,33	207,94	109,9	183,5	116,1	190,6
F0 _č	/	/	123,3	213,2	119,7	213,9

U Tablici 3 se mogu vidjeti odnosi perceptivne procjene visine tona i visine tona određenog na temelju rezultata dobivenih akustičkom analizom. Hollien (2000: 18, prema Varošaneć-Škarić, 2005:183) navodi prijedlog graničnih frekvencija za niske, srednje i visoke tonove za muškarce i za žene. Niski ton imaju muškarci čija je fundamentalna frekvencija u rasponu između 95 i 115 Hz, srednji ton ako je između 120 i 135 Hz, a visoki ako je između 140 i 165 Hz. Za žene vrijedi da imaju niski ton ako im je fundamentalna frekvencija između 165 i 190 Hz, srednji ako je između 190 i 215 te visoki ako je između 220 i 255 Hz. U ovome radu je iznesen prijedlog graničnih frekvencija u pet kategorija za muškarce i za žene koje odgovaraju kategorijama iz upitnika za slušnu procjenu visine tona. Vrlo niskim tonom kod muškaraca se smatraju tonovi fundamentalne frekvencije ispod 90 Hz, niskim između 91 i 110 Hz, srednjim između 111 i 130 Hz, visokim između 131 i 150 Hz te vrlo visokim oni iznad 151 Hz. Kod žena se vrlo niskim tonom smatraju tonovi fundamentalne frekvencije ispod 170 Hz, niskim između 171 i 190 Hz, srednjim između 191 i 210 Hz, visokim između 211 i 230 Hz te vrlo visokim oni iznad 231 Hz. U ovom istraživanju se perceptivna analiza visine tona radila na nefrikativnom tekstu te se uspoređivala s visinom tona dobivenog akustičkom analizom nefrikativnog teksta jer se na temelju dobivenih vrijednosti F0 i F0_č zaključilo da je fundamentalna frekvencija mjerena u čitanju (F0_č) pouzdanija, nego ona mjerena na fonaciji vokala /a/ (F0) jer su se rezultati perceptivne analize podudarali s akustičkom analizom F0_č u 80,77 % slučajeva, a s analizom F0 65,38 %. Ako se malo bolje promotre rezultati pojedinačnih slučajeva prikazanih u Tablici 4, može se vidjeti da su neki ispitanici (AG 1, AG

3 i AG 5) prema visini tona granično svrstani u drugu kategoriju od one u koju ih je procjenjivačica svrstala pa bi uzevši i njih u obzir postotak podudaranja bio još i veći (92,3 %). Procjenjivačica je za jednog ispitanika (AG 2) na temelju slušne analize procijenila da ima nizak ton, a akustičkom analizom je izmjerena $F0_{\varepsilon} = 87$ Hz prema kojoj se njegov ton svrstava u vrlo niske. Na takvu procjenu je utjecalo to što AG 2 ima hrapav nevoluminozan glas koji je ocijenjen kao prosječan u kategoriji ugone glasa dok je drugi govornik, koji također ima hrapav glas i približno sličnu $F0_{\varepsilon} = 83$ Hz, zbog iznimno ugodnog voluminoznog glasa nedvojbeno svrstan u vrlo niske glasove. Za drugu ispitanicu (AG 4), oko koje postoji neslaganje, je perceptivnom analizom procijenjeno da ima visok ton, a akustičkim mjerenjem ($F0_{\varepsilon} = 200$ Hz) da ima ton srednje visine. Kod te ispitanice glas se procjenjuje kao hrapav i postoji velika grkljanska napetost što je utjecalo na percepciju visine tona. Pretpostavlja se da bi ta ispitanica imala nižu fundamentalnu frekvenciju, a sukladno tome bi i perceptivna procjena visine tona išla u tom smjeru, da nema grkljanske napetosti jer je fundamentalna frekvencija izmjerena u fonaciji vokala /a/ iznosila 183 Hz. Na temelju gore dobivenih rezultata zaključuje se da bi fundamentalnu frekvenciju kod amaterskih glumaca koji nisu upoznati s fonacijom kao vrstom vokalne vježbe prije početka rada bilo poželjno mjeriti u čitanju nefrikativnog teksta, a nakon rada na glasu bi se te dvije vrijednosti ($F0$ i $F0_{\varepsilon}$) trebale uskladiti kako se poboljšava kontrola nad glasom i radi na pravilnoj impostaciji glasa.

Tablica 3 Odnos perceptivne analize visine tona i akustičke analize fundamentalne frekvencije u fonaciji vokala /a/ (F0) i fundamentalne frekvencije u čitanju nefrikativnog teksta (F0_č) kod muškaraca (M) i kod žena (Ž).

PERCEPTIVNA ANALIZA					
TON (M)	vrlo nizak	nizak	srednje visine	visok	vrlo visok
	1	4	9	1	/
AKUSTIČKA ANALIZA					
F0 _č (M)	vrlo nizak	nizak	srednje visine	visok	vrlo visok
	2	3	9	1	/
F0 (M)	vrlo nizak	nizak	srednje visine	visok	vrlo visok
	2	5	7	1	/
PERCEPTIVNA ANALIZA					
TON (Ž)	vrlo nizak	nizak	srednje visine	visok	vrlo visok
	/	3	6	2	/
AKUSTIČKA ANALIZA					
F0 _č (Ž)	vrlo nizak	nizak	srednje visine	visok	vrlo visok
	1	2	6	2	/
F0 (Ž)	vrlo nizak	nizak	srednje visine	visok	vrlo visok
	/	4	2	5	/

Tablica 4 Prikaz pojedinačnih slučajeva kod kojih se perceptivna procjena visine tona ne podudara s rezultatima akustičkog mjerenja fundamentalne frekvencije u nefrikativnom tekstu ($F0_{\epsilon}$) kod muškaraca i kod žena. Oznake: M – muškarci, Ž – žene, AG – amaterski glumac/ica, VN – vrlo nizak ton, N – nizak ton, S – ton srednje visine, V – visok ton, VV – vrlo visok.

		PERCEPTIVNA ANALIZA	AKUSTIČKA ANALIZA		GRANIČNE FREKVENCIJE KATEGORIJA (Hz)
			$F0_{\epsilon}$ (Hz)	$F0$ (Hz)	
M	AG1	nizak	srednji (112)	vrlo nizak (89)	< 90 (VN) 91 – 110 (N) 111 – 130 (S) 131 – 150 (V) 151 < (VV)
	AG2	nizak	vrlo nizak (87)	nizak (94)	
	AG3	srednji	nizak (110)	srednji (122)	
Ž	AG4	visok	srednji (200)	nizak (183)	< 170 (VN) 171 – 190 (N) 191 – 210 (S) 211 – 230 (V) 231 < (VV)
	AG5	nizak	vrlo nizak (169)	nizak (187)	

U istraživanju izračunato je i prosječno vrijeme fonacije koje iznosi 15,23 s. Ispitanici u istraživanju Towera i suradnika na početku akademske godine imali su prosječno vrijeme fonacije 13,77 s i ono što iznenađuje je to da se na kraju akademske godine nakon vokalnog treninga prosječno fonacijsko vrijeme kod studenata glume nije povećalo, u mjerenju na kraju godine iznosi 13,87 s. Autori napominju da to nije tako kod pojedinaca, no ovdje se promatralo prosječno vrijeme fonacije svih ispitanika.

Perceptivnom analizom glasnoća kod 23 od 26 ispitanika procijenjena je prosječnom, a samo kod tri amaterska glumca ona je procijenjena glasnom dok tihim nije procijenjen niti jedan glas. Glasan glas su imali oni ispitanici koji su imali izrazito nekultiviranu kvalitetu glasa, tj. glasnim glasom procijenjeni su oni glasovi koji su procijenjeni i neugodnim. Pretpostavlja se da tihi glas nije imao nitko jer su amaterski glumci kroz dramske vježbe osvijestili glasnoću.

Kao što se može vidjeti u Tablici 5 nazalnim glasom procijenjena su 3 glasa, blago nazalnim 4, a bez čujne nazalnosti procijenjeno je 19 glasova. Hrapavim glasom procijenjeno

je 9 od 26 ispitanika, blago hrapavim 3, a bez hrapavosti 14 ispitanika. No, takvi rezultati ne čude ako se uzmu u obzir podaci o pušenju prikupljeni upitnikom jer pola ispitanika, 13 od 26, su pušači. Takvi podaci o pušenju potvrđuju i rezultate koje je Varošaneć-Škarić (2008) dobila o štetnim navikama kod studenata glume gdje je dobiveno da studenti glume više puše, nego drugi studenti ispitivani u tom radu. U ovom istraživanju potvrđeno je i to da se hrapavi ženski glasovi prema slušnoj procjeni ne ocjenjuju vrlo ugodnima dok se muški hrapavi glasovi mogu ocijeniti i kao vrlo ugodni ako su druge kvalitete glasa, poput nižeg fundamentalnog tona i voluminoznosti, izražene (Varošaneć-Škarić, 2010). U ovom istraživanju je jedan muški glas i jedan ženski procijenjen kao vrlo ugodan. Ispitanik s vrlo ugodnim glasom dugogodišnji je pušač i ima čujnu hrapavost, no ona nije umanjila dojam jer je njegov glas snažan i voluminozan.

Tablica 5 Prikaz rezultata slušne procjene glasa amaterskih glumaca

GLAS					
UGODA GLASA	1-jako neugodan	2-neugodan	3-prosječan	4-ugodan	5-vrlo ugodan
	/	2	18	4	2
TON (M)	1-vrlo nizak	2-nizak	3-srednje visine	4-visok	5-vrlo visok
	1	4	9	1	/
TON (Ž)	1-vrlo nizak	2-nizak	3-srednje visine	4-visok	5-vrlo visok
	/	2	7	2	/
GLASNOĆA	1-tih	2-prosječan	3-glasan		
	/	23	3		
NAZALNOST	1-nema	2-blago nazalan	3-nazalan		
	19	4	3		
HRAPAVOST	1-nema	2-blago hrapav	3-hrapav		
	14	3	9		

Vrban-Zrinski (2013) je u svojem istraživanju slušno procjenjivala ekspresivnu govornu izvedbu profesionalnih glumaca (N = 10) iz Gradskog dramskog kazališta Gavella na temelju snimki kazališnih predstava. Procijenjeno je da 30 % profesionalnih kazališnih glumaca ima promukli glas dok samo 6,25 % glumica. U ovom istraživanju je hrapavih i blago hrapavih glasova amaterskih glumaca 26,9 % u odnosu na 19,23 % hrapavih i blago hrapavih glasova amaterskih glumica.

Kao što se može iščitati iz Tablice 6 izgovor (dikcija) je slušnom procjenom kod 20 od 26 amaterskih glumaca procijenjen dobrim, kod 6 je izgovor procijenjen labavim, jako labav i prejak izgovor nema ni jedan ispitanik. S obzirom na to da je kod glumaca jasan izgovor izrazito važan, ovi podaci upućuju na to da je s amaterskim glumcima potrebno raditi na izgovoru jer u scenskom govoru nije dozvoljeno da i jedan glumac ima labavu dikciju.

Većina analiziranih amaterskih glumaca nema nikakve izgovorne mane, 20 od 26. Kod troje njih je zabilježen blagi sigmatizam uže skupine koji zahvaća glasove /s/ i /c/, kod jednog ispitanika blagi sigmatizam šire skupine koji obuhvaća glasove /s/, /z/, /c/, /š/ i /ž/ te kod dvoje ispitanika nedovoljno precizan i napet izgovor glasova /l/ i /r/. Varošaneć-Škarić (2010) navodi da je preslab izgovor glasa /r/ češća pogreška kod vokalnih profesionalaca. Ako se ti ispitanici žele profesionalno baviti glumom preporuka je da u individualnom radu s fonetičarom ili logopedom isprave izgovor.

Izgovorne pogreške koje su zabilježene kod pojedinih ispitanika odnose se na izgovorne pogreške koje su posljedica utjecaja dijalekta; dalmatinskog, zagrebačkog, kajkavskog i hercegovačkog. Kod 6 od 26 ispitanika čuje se dijalektalni izgovor u izgovoru vokala i/ili konsonanata. Vokali su stražnjiji i zatvoreniji u odnosu na hrvatski standardni izgovor i kod zagrebačkog dijalektalnog izgovora je prisutna neutralizacija vokala /a/ prema neutralnom vokalu /ə/. Izgovorne pogreške kod konsonanata se vide u izgovoru tzv. mediteranskog /l/ kod Dalmatinaca i kod jedne govornice je prisutan dorsalnoalveolarnopalatani izgovor glasova /š/ i /ž/ što je karakteristično za kajkavsko govorno područje (Varošaneć-Škarić, 2010) uz cjelokupno „svjetliji“ izgovor što je posljedica longitudinalno postavljenog grkljana u viši položaj i priljublivanja usana uza zube (Škarić, 2001). Asimilacijska pravila provodi 20 od 26 ispitanika. Varošaneć-Škarić (2010: 173) navodi da „glumac mora govorom oslikati sve društvene i psihološke indikatore dramske osobe“ pa je poželjno da nauči dijalektalno izgovarati vokale i konsonante određenih govornih sredina.

Tablica 6 Prikaz rezultata slušne procjene izgovora amaterskih glumaca

IZGOVOR					
IZGOVOR (DIKCIJA)	1-jako labav	2-labav	3-dobar	4-prejak	
	/	6	20	/	
IZGOVORNE MANE	1-NE	2-DA	KOJE?		
	20	6	blagi sigmatizam uže skupine (/s/ i /c/) (M2, Ž1) blagi sigmatizam šire skupine(/s/, /z/, /c/, /š/, /ž/) (Ž1) nedovoljno precizan i napet izgovor glasova /l/ i /r/ (M2)		
IZGOVORNE POGREŠKE	1-NE	2-DA	KOJI?		
	20	6	dalmatinski (M2, Ž1), zagrebački (Ž1), kajkavski (Ž1), hercegovački (Ž1)		
	VOKALI	/a/ - neutralizacija prema šva (Ž1), zatvoreni i stražnji vokali (M1, Ž1)			
	KONSONANTI	mediteransko /l/ (M1, Ž1), umekšano /š/ i /ž/ i prisutan „svijetli“ izgovor zbog priljublivanja usana uza zube i podizanja larinksa (Ž1)			
ASIMILACIJE	1-ostvaruje	2-ne ostvaruje			
	20	6			

Perceptivnu analizu naglasnog sustava nije bilo moguće precizno provesti na temelju snimljenih i analiziranih tekstova u ovome istraživanju. Za procjenu naglasnog sustava potrebno je snimiti rečenice sa silaznim intonacijama tako da riječ u kojoj se procjenjuje naglasak stoji na kraju rečenice, npr. *Rekao je kùća.*, *Rekao je sèlo.*, *Rekao je môre.*, *Rekao je zíma.* Na temelju snimljenih i analiziranih tekstova procjenjivalo se samo ostvaruje li ispitanik standardno mjesto naglasaka u riječi što je vidljivo u Tablici 7. S obzirom na standardnost

mjesta naglaska u riječima u hrvatskom jeziku rezultati pokazuju da podjednak broj ispitanika naglaske ostvaruje na dobrom mjestu, njih 13 od 26, dok druga polovica ispitanika naglašava pogrešan slog u riječi. Samo kod jednog ispitanika primijećena je značajnija hiperkorektnost u prebacivanju naglaska na početni slog kada to nije potrebno, npr. u riječi *navučē* naglasak je ostvaren na prvom slogu (**na**vuče) umjesto da je ostvaren na drugom slogu (nav**u**če). Ovi rezultati se moraju tumačiti s obzirom na porijeklo ispitanika. Više od polovice ispitanika su Zagrepčani, a Zagreb pripada kajkavskom govornom području, pa se to odražava i na dobivene rezultate.

Tablica 7 Prikaz rezultata slušne procjene mjesta naglaska u riječi kod amaterskih glumaca.

NAGLASNI SUSTAV		
1-standardno mjesto naglaska	2-nestandardno mjesto naglaska	(3-hiperkorektan izgovor)
13	13	(1)

Kod ekspresivnosti prvo se ocjenjivao ukupan dojam, zatim se slušno procjenjivalo logičko isticanje, logičke stanke, ritam i tempo govora. U Tablici 8 vidljivo je da je dobar ukupan dojam na procjenjivačicu ostavilo 18 amaterskih glumaca, odličan njih 6, a loš 2. Loše su procijenjeni oni ispitanici koji su imali loše logičko isticanje, logičke stanke na neprimjerenim mjestima u rečenici i *staccato* ritam u čitanju i govoru, dok ostali govornici u tim kategorijama nisu imali znatnija odstupanja. Brzu govornu izvedbu (brzina je promatrana s obzirom na čitanje) imalo je 7 ispitanika, primjerenu 19, a sporim nije procijenjena ni jedna izvedba. Moguće je da su zbog treme neki govornici ubrzali govornu izvedbu.

Fluentnost se procjenjivala u spontanom govoru. Odličnu fluentnost u govoru ima tek jedan ispitanik, 22 njih imaju dobru, a kod 3 ispitanika koji su imali puno stanki oklijevanja, zvučnih stanki i poštapalica fluentnost je procijenjena kao loša.

Prosječna ocjena amaterskih glumaca, polaznika dramskih grupa u Umjetničkoj organizaciji *Točka na i*, je 3,9. Najniža ocjena bila je 2 i tom ocjenom ocijenjena je govorna

izvedba jednog ispitanika, a najviša 5 kojom su ocijenjene govorne izvedbe dvaju ispitanika. Ova visoka prosječna ocjena pokazuje da osobe koje se amaterski bave glumom imaju dobre fonetske statuse i da u radu s fonetičarima i drugim pedagogima koji se bave glasom i govorom mogu kultivirati svoju kvalitetu glasa, poboljšati izgovor i ekspresivnost te se govornim statusom približiti profesionalnim glumcima.

Tablica 8 Prikaz rezultata slušne procjene ekspresivnosti, fluentnosti i prosječne ocjene u govornoj izvedbi amaterskih glumaca.

EKSPRESIVNOST			
UKUPNI DOJAM	1-odličan	2-dobar	3-loš
	6	18	2
LOGIČKO ISTICANJE	1-dobro	1-loše	
	24	2	
LOGIČKE STANKE	1-DA	1-NE	
	24	2	
RITAM	1-primjeren	2-isprekidan	
	24	2	
TEMPO GOVORNE IZVEDBE	1-spor	2-primjeren	3-brz
	/	19	7
FLUENTNOST	1-odlična	2-dobra	3-loša
	1	22	3
UKUPNA Ocjena	3,9		

Za procjenu statusa govorne izvedbe amaterskih glumaca prilagođen je upitnik protokola fonetskog statusa od Varošaneć-Škarić (2010: 104) (vidi Prilog 1). U kategoriji glasa dodana je ljestvica od pet stupnjeva za procjenu ugođe glasa jer je ugođa glasa za kazališne glumce vrlo važna. Posebno se procjenjuje hrapavost na ljestvici od 3 stupnja (nema, blago hrapav i hrapav) jer je kod amaterskih glumaca to indikator zlouporabe glasa i štetnih navika, a u upitniku od Varošaneć-Škarić navedene su kategorije normalan, ugođan i disfoničan glas pri čemu se disfoničan glas procjenjuje na ljestvici od 4 stupnja (nema

disfonije, lagano izražena, srednje izražena i jaka disfonija ili teži poremećaj glasove kvalitete). Ljestvica za glasnoću smanjena je s 5 stupnjeva na 3 jer se smatralo da je za vokalne trenere koji rade s amaterskim glumcima dovoljna informacija je li glas tih, prosječan ili glasan, tj. preglasan. U ovom upitniku izdvojena je jedna nadgrkljanska modifikacija, nazalnost, koja se također procjenjuje na ljestvici od 3 stupnja jer se za provođenje vježbi smatra važnim znati stupanj nazalnosti (nema, blago nazalan ili nazalan). Postojanje drugih nadgrkljanskih modifikacija upisuje se u dio za napomene. U kategoriji naglasni sustav označava se jedan od tri sustava (četveronaglasni (općeprihvatljivi), tronaglasni (prihvaćeni) i dvonaglasni (dinamički, silazni)) za koje se procjenjuje da im amaterski glumci pripadaju te se označava ostvaruju li naglaske na standardnom mjestu, nestandardnom i jesu li hiperkorektni u prebacivanju naglasak na početne slogove jer to daje informaciju voditelju vježbi kako da pripremi radionice i na što da stavi fokus. Na temelju procjene fonetskih statusa amaterskih glumaca prema ovom upitniku osmišljena je radionica za amaterske glumce te se preporuča korištenje ovako prilagođenog upitnika za praćenje napretka istih.

4 VJEŽBE ZA GLAS I IZGOVOR

Nakon provedenog istraživanja, osmišljena je fonetska radionica za amaterske glumce koju bi vodili fonetičari. Redovito treniranje glasa, tj. izvođenje vježbi za glas, utječe na održavanje glasove kvalitete i nakon većih napora (Varošaneć-Škarić, 2003, 2010). Varošaneć-Škarić (2008) provela je istraživanje u kojem je uspoređivala zvučne osobine glasa studenata glume (N = 45) i ostalih studenata (N = 45) uz pretpostavku da će glasovi studenata glume biti bolji bez obzira na loše životne navike (pušenje i alkohol) jer redovito rade vježbe za glas pod nadzorom stručnjaka. Ta pretpostavka je potvrđena. Mjereni su *jitter*, *shimmer* i *HNR*. *Jitter* je mjera načina variranja vibracije glasiljki od jednog do drugog ciklusa, patološke vrijednosti su iznad 1,040 %, *shimmer* je mjera načina variranja amplitude od jednog perioda fundamentalne frekvencije do drugog, patološke vrijednosti su iznad 0,350 dB, a *HNR* pokazuje odnos harmonične i šumne sastavnice u spektru, patološke vrijednosti su ispod 20 dB (Varošaneć-Škarić, 2005, 2010). Kod studenata glume prosječna vrijednost za *jitter* je iznosila 0,278 %, *shimmer* 0,232 dB, a *HNR* 24,969 dB. Kod ostalih studenata *jitter* je bio 0,467 %, *shimmer* 0,280 dB, a *HNR* 22,035 dB.

Tower i suradnici (2019) proveli su istraživanje sa studentima prve godine glume gdje su istraživali utjecaj vježbi za glas na akustičke i aerodinamičke karakteristike glasa. Snimili su N = 14 studenata glume na početku prve godine studija i na kraju godine nakon što su prošli vokalni trening u sklopu studija. Istraživanje je pokazalo da je vidljivo poboljšanje u aerodinamici glasa nakon vokalnog treninga što ukazuje na poboljšanu glotalnu učinkovitost nakon treninga. Nadalje, zabilježen je porast fundamentalne frekvencije u zadržanoj fonaciji vokala /a/ (kod muških ispitanika s početne F0 = 109,9 na F0 = 116,1, a kod ženskih ispitanika s početne F0 = 183,5 na F0 = 190,6) i nisu zabilježene značajne promjene vrijednosti *jittera* i *shimmera* bez obzira na učestalo i pojačano korištenje glasa tijekom studija što pokazuje učinkovitost vježbi za glas.

4.1 FONETSKE VJEŽBE ZA GLAS I IZGOVOR

Fonetske vježbe za glas i izgovor (skraćeno FVGI) prvotno je oblikovao Škarić 70-ih godina za potrebe rada s glumcima zagrebačke Akademije za kazalište, film i televiziju i za rad s osobama koje imaju disfoničan glas. Kasnije su Škarić i Varošaneć-Škarić dopunili vježbe te se one do danas koriste u tom obliku (Varošaneć-Škarić, 2010). U istraživanju koje je provela Varošaneć-Škarić (2003) potvrđeno je da je kod govornika nakon izvođenja Fonetskih vježbi za glas i izgovor zabilježen napredak u području boje glasa, stabilnosti spektra i u čvrstoći izgovora.

Vježbe su podijeljene u tri ciklusa i oblikovane tako da svaki ciklus započinje vježbama protezanja i opuštanja tijela. FVGI obuhvaća vježbe disanja, vježbe jačanja glasa, vježbe za poboljšanje kvalitete glasa, vježbe za precizniji izgovor te vježbe za smanjenje nazalnosti u glasu.

1. Protezanje i opuštanje

Napetost u tijelu odražava se na napetost u glasu. Berry (1997: 30) kaže da ako postoji napetost u mišićima vrata, a glumac želi postići snažan glas, onda će taj glas „forsirati iz grla“ i „prekinuti sva zanimljiva obojenja glasa“. Prije vježbi za glas i izgovor potrebno je opustiti mišiće tijela, a posebno mišiće u području vrata i ramena jer se njihova napetost najviše odražava na govor. Sve vježbe izvode se iz tzv. *stava uzemljenja* jer se u tom položaju postiže potpuna ravnoteža tijela. U stavu uzemljenja noge su raširene prema van tako da su pete u širini ramena. Glava je lagano pognuta, oko 20 stupnjeva u odnosu na kralježnicu, kako bi mišići vrata bili opušteni, i ruke opušteno padaju. Iz tog položaja se kreće u vježbe protezanja, zijevanja, glava se lagano rotira u lijevu i desnu stranu te prema gore i dolje. Ramena se razgibavaju kružnim pokretima. Varošaneć-Škarić (2010) napominje da se vježbe opuštanja i protezanja izvode oko 5 minuta.

2. Duboko disanje – ošitom i pomoću trbušnih mišića

Vježbe disanja izvode se u stajaćem položaju pazeći na pravilan položaj (stav uzemljenja). Diše se duboko abdominalno. Svrha dubokog disanja je opustiti i pripremiti dišni sustav za govorno disanje koje se razlikuje od mirnog disanja (Horga i Liker, 2016) te postići da se ne diše samo gornjim dijelovima pluća (klavikularno i torakalno disanje). Kod abdominalnog disanja se prilikom udaha dijafragma (ošit) spušta, pa se takvo disanje još naziva i dijafragmalno, trbušni mišići se opuste i trbušni zid pomiče prema van. Tijekom izdaha se trbušni mišići stežu i trbušni zid guraju prema nazad, dijafragma se diže i gura pluća odozdo te stvara potreban potisak za kontrolu izdisaja, a kasnije i kontrolu fonacije. Takvo disanje je temelj dobrog glasa i govora. Da bi se trbušni mišići lakše i brže opustili radi se i otežani udah tako da se prstima pritvori nosni otvor i na taj način smanji prolaz zračnoj struji te produlji vrijeme udaha. Za opuštanje i maksimalno podizanje dijafragme dulji se glas /s/ što dulje na jednom izdahu. U takvom otežanom izdisaju se dulji glas /s/ jer se kod proizvodnje tog glasa izgovorni prolaz jako suzi da bi se proizveo visok šum karakterističan za taj glas i povećao tlak iza tjesnaca.

3. Impulsno razmjerno glasno glasanje /ha/ trzajem iz pleksusa

„Hakanje“ trzajem iz pleksusa umjerenom glasnoćom vježba je koja snaži donje disanje i stvara jaki subglotički tlak koji pomaže glasnicama da pravilno titraju. Vježba se može izvoditi tako da zvuči poput mekog smijanja pri čemu su pomaci trbušnog zida ritmični i polagani ili s jakim potiskom koji stvaramo stezanjem trbušnih mišića i izgovaranjem /ha/. Nepravilno izvođenje ove vježbe, a pod time se misli s prisutnom grkljanskom napetošću, može oštetiti sluzokožu glasnica pa se preporuča da se ta vježba izvodi maksimalno desetak puta i pod nadzorom fonetičara ili nekog drugog stručnjaka za glas.

4. Produženo foniranje /a/

U ovoj vježbi se dulji vokal /a/ na lagodnom tonu, optimalne glasnoće i s što većim vremenom fonacije. Kreće se s fonacijom vokala /a/ jer je vokalni aparat tada najbliži neutralnom položaju. Svrha vježbe je postići optimum tona, glasnoće i boje, a da se pritom što više štedi zrak. Vježbom se postiže stabilan ton, stabilna boja glasa i dulje fonacijsko vrijeme. Prosječno fonacijsko vrijeme prema Varošaneć-Škarić (2011) za vokal /a/ iznosi 25 s. Vokal /a/ se dulji tako da se otvore usta (ne prejako, a ni premalo), učvrsti meko nepce i lagano širi ždrijelna šupljina jer se na taj način najbolje postiže optimalna rezonancija glasa.

5. Produženo foniranje uz pojačano samoslušanje

Produženo foniranje s pojačanim samoslušanjem se izvodi tako da se skupljenim šakama poveća ušna školjka koja skuplja zvuk i usmjerava ga u zvukovod. Na taj način se glas pojačava što pozitivno utječe na smanjenje napetosti na grkljanu i na snaženje fonacije. Fonacija svih vokala (/i/, /e/, /a/, /o/, /u/) izvodi se po pet puta. Ovu vježbu je dobro raditi u skupini tako da više osoba stane u krug jer se tada bolje pojačava zvuk. Ako se pak radi individualno onda se preporuča da se osoba okrene prema kutu sobe ili glatkom zidu tako da pojačanje bude snažnije.

6. Početne dvije vježbe

Nakon završetka prvog ciklusa ponovno se ponavljaju početne dvije vježbe koje služe kao odmor i priprema za sljedeće vježbe.

7. Impulsno izgovaranje riječi

Ova je vježba nastavak na „hakanje“ jer se tu izgovaraju riječi s potiskom iz pleksusa. Potisak se ostvaruje na naglašenom slogu u riječi. Mogu se izgovarati brojevi do deset ili stihovi s pravilno naglašenim stopama (daktilski ili trohejski ritam).

8. Produženo foniranje uz masažu grla i spuštanje grkljana

Berry (1997: 18-19) navodi da je glas glumaca koji imaju prejaku rezonancu u glavi „tanak i bez topline koju bi mu mogli dati prsni tonovi – bez punoće – pa su tako njegove mogućnosti smanjene“ te nastavlja da kad se „glas ukorijeni dolje, i otkrije energija na drugom mjestu uz manje svjestan napor, glas će dobiti mnogo veću fleksibilnost i oslobođenost; bit će osim toga uvjerljiviji jer je potpuniji“. Prsna rezonanca se dobije tako da se vokal /a/ dulji na nižem tonu od osnovnog tona s laganim udarima šake ili dlana po dršku prsne kosti. Držak prsne kosti je svojim položajem najbliži grkljanu pa se na njemu najbolje osjeća vibrotaktilitet prsnog registra. Osjet vibracija je važan za nadzor glasa. Udarima šake pojačavamo amplitudu fundamentalne frekvencije i rezonanciju što utječe na boju glasa. Vibracije na prsnoj kosti do 300 Hz registriraju osjetna tjelešca u koži koja se nazivaju Pačinijeva tjelešca pa ako je fundamentalna frekvencija jako visoka vibracije se neće registrirati. Laganim spuštanjem grkljana u niži položaj želi se postići niži ton jer je kod njega prsna rezonanca jača i u zapadnjačkoj kulturi se niži ton percipira ugodnijim. Taj položaj grkljana ne smije izazivati napetost pa se grkljan prije spuštanja u niži položaj lagano masira postrance da bi se dodatno opustio. Grkljan se u tom nižem položaju može zadržati laganim pritiskom kažiprsta i srednjeg prsta prema dolje i prema unutra. Takav niži položaj se onda zadržava tijekom fonacije vokala.

9. Vratolomno brzo brojanje u šaptu

Vježba se izvodi tako da se brzo i precizno broji do sto u jakom šaptu i da pritom mišići jezika, usana i mekog nepca budu maksimalno aktivirani, tj. da izgovor bude prenaplašen. Za vrijeme brojanja udisaji trebaju biti duboki, ali kratki (1 s) i nečujni. Vježba je dobro izvedena ako se ne udahne više od 5 do 7 puta tijekom brojanja. Svrha vježbe je postići veću preciznost u izgovoru, tj. poboljšati dikciju.

10. Početne dvije vježbe

Ponavljaju se početne dvije vježbe: protezanje i opuštanje te otežani udah i izdah.

11. Prednjonepčana točka vibrotaktilnog osjeta

U ovoj vježbi traži se rezonantna točka na prednjem tvrdom nepcu gdje je najviše fokusiran vibrotaktilitet u usnoj šupljini. Vježba se izvodi tako da se slogovi /ji/ ili /ži/ energično izgovaraju produljivanjem vokala /i/ u tim slogovima. S obzirom na građu usne šupljine i položaj tvrdog nepca svaka osoba će na jednom od ta dva sloga jače osjetiti vibracije. Slogovi se izgovaraju s potiskom iz pleksusa i pojačanim samoslušanjem. Nakon toga se osjet vibracija prenosi u govor pa se prvo ritmično izgovara /ji/ ili /ži/ i onda nekoliko stihova u pravilnom ritmu. Svrha ove vježbe je snaženje fonacije i postizanje preciznijeg izgovora.

12. Produženi jaki izgovor /s/

U ovoj se vježbi bezvučni frikativ /s/ dulji 5 s. Tijekom izgovora glasa /s/ tlak je u ustima najveći što djeluje na aktivaciju mišića zatvarača nosnog prolaza koji je kod nazalnih glasova izraženije neaktivan. Prvo se /s/ dulji u brojevima od 6 do 20, a kasnije i u stihovima. Osim /s/ u stihovima se mogu duljiti i drugi bezvučni frikativi /š/, /h/ i /f/.

13. Govor s prитvorenim nosom

Ovo je, kao i prethodna, vježba za smanjenje nazalne kvalitete u glasu. Izvodi se tako da se rukom lagano prитvori nos i impulsno izgovora /ži/ ili /ji/ tri puta pa brojevi u istom ritmu sve do 20. Zatvaranjem nosnog prolaza se poništava razlika tlakova u usnoj i nosnoj šupljini koja je inače refleksni poticaj zatvaraču nosnog prolaza da se opusti. Na taj način se želi poništiti refleks opuštanja mekog nepca i ukloniti nosna kvaliteta u glasu.

14. Sinteza vježbi

Na kraju se sve vježbe primjenjuju u izgovoru unaprijed pripremljenog i po mogućnosti naučenog teksta napamet. Tekst se izgovara tako da se postupno pozornost usmjerava na donje disanje, vibracije na prsnoj kosti uz spušten grkljan, govor na prednjonepčanoj točki i na pojačano samoslušanje. Varošaneć-Škarić (2010) napominje da je sintezu najbolje radi na primjeru pravilnog stiha zbog naglašenog osjećaja za ritam, ona predlaže stihove iz Vergilijeve *Eneide*.

15. Razgibavanje govora

U razgibavanju govora se nastoji postići izmjena odmjerenog govora kojeg slijedi smirena gesta i odmjerena mimika te ekspresivnog govora kojeg prati ekspresivna gesta i mimika. Govornici u skupini (od 2 do 4 osobe po skupini) glume svađu. Prvo krenu s odmjerenim govorom pa prijeđu u ekspresivni i na kraju ponovno završe s odmjerenim.

5. ŠTETNE NAVIKE ZA GLAS I ZLOUPORABA GLASA

Varošanec-Škarić (2010) kaže da pušenje štetno djeluje na mukozni pokrov glasnica i da može izazvati i teže organičke poremećaje glasa, npr. Reinkeov edem, a u lakšim slučajevima dovodi do neorganičkih funkcionalnih disfonija. Nadalje, dugotrajno pušenje utječe na vitalni kapacitet i na raspon tona, a kod žena je primjetno i snižavanje fundamentalne frekvencije koja je znatno niža od fundamentalne frekvencije estetski ugodnog nižeg ženskog glasa. I dugotrajna konzumacija žestokih alkoholnih pića dovodi do grubog glasa, a pod utjecajem alkohola postoji i veća mogućnost zlouporabe glasa. Glumci i drugi vokalni profesionalci koji nemaju dobre navike njege glasa često imaju oštećen glas. Disfonija do koje dolazi zbog zlouporabe glasa, prema poznatom filmskom glumačkom paru, naziva se *Bogart-Bacall* sindrom (Koufman i Blalock, 1988; prema Varošanec-Škarić, 2005, 2010).

Timmermans i suradnici (2002) proveli su istraživanje na N = 86 budućih vokalnih profesionalaca, osoba koje su pohađale Royal Conservatory of Brussels i Rits. U odnosu na kontrolnu skupinu, ispitanici ciljane skupine pokazali su značajno lošije rezultate na Indeksu vokalnih teškoća (VHI) i Indeksu jakosti disfonije (DSI). Nadalje, prema upitniku o svakodnevnim navikama u kojima su bila postavljena pitanja o navikama pušenja, jedenja i zlouporabi glasa, autori istraživanja navode da budući vokalni profesionalci manje brinu o glasu nego osobe iz kontrolne skupine. I Varošanec-Škarić (2008) je u gore spomenutom istraživanju (usporedba glasa studenata glume i drugih studenata) potvrdila neke od tih rezultata. Prema njezinom istraživanju studenti glume više puše od drugih studenata te podjednako konzumiraju alkohol i gazirana pića.

Za očuvanje zdravog glasa potrebno je izbjegavati pušenje te pretjerano konzumiranje žestokih alkoholnih i gaziranih pića. Nadalje, glas se čuva i redovitim hidratacijom tijela, izbjegavanjem kasnih obroka, pogotovo masne i začinjene hrane te mliječnih proizvoda i voća jer se razgradnjom takve hrane stvaraju želučane pare koje se u ležećem položaju lakše dižu iz želuca i preko jednjaka ulaze u dušnik te tamo nagrízaju sluznicu grkljana i glasnice. Zlouporabom glasa smatra se kada osoba učestalo preglasno govori i više pa treba izbjegavati bučne prostore i takve navike u svakodnevnoj komunikaciji.

6. METODIKA RADA S AMATERSKIM GLUMCIMA

Amaterski glumci ne bave se glumom profesionalno, tj. ne zarađuju za život od glumačke profesije. Za neke će to uvijek biti tako jer im je gluma samo vrsta razonode, no za neke je amatersko bavljenje glumom prvi korak ka profesionalnom glumačkom životu. U kazalištu, na filmu i TV serijama ima brojnih glumaca koji nisu završili studij glume, a profesionalno se bave glumom. Takvi se glumci nisu imali priliku obrazovati o glasu i govoru na način na koji su tu priliku imali studenti glume na akademijama gdje je scenski govor obavezan dio studija, stoga je s jedne strane odgovornost na umjetničkim organizacijama koje organiziraju dramske radionice da svojim polaznicima osiguraju kvalitetne radionice koje će uključivati vježbe za glas i izgovor te da ih osvijeste o važnosti brige o glasu, a s druge strane je odgovornost na amaterskim glumcima da rade na zaštiti svog glasa i da ga nauče pravilno koristiti.

6.1. PRIKAZ RADIONICE

NAZIV: Fonetska radionica za amaterske glumce: vježbe za glas i izgovor

TRAJANJE: 135 min (tri školska sata)

CILJ: Naučiti polaznike dramskih radionica kako pravilno brinuti o glasu.

ISHODI:

1. Polaznici će moći objasniti kako nastaje glas.
2. Polaznici će moći objasniti razliku između plitkog i dubokog govornog disanja.
3. Polaznici će naučiti kako pravilno izvoditi fonetske vježbe za glas i izgovor.

OBLICI RADA: frontalni rad, individualni rad, rad u grupi, rad u paru

METODE RADA: igra, razgovor, slušanje, frontalni rad, vođena meditacija, demonstracija i izvođenje vježbi

SREDSTVA I POMAGALA: tiskani materijali (rečenice i tekst bez nazala, tekst za sintezu vježbi)

ARTIKULACIJA RADIONICE

1. UVODNI DIO

VRIJEME: 10 min

OBLICI RADA: frontalni rad, rad u paru

METODA: igra

POMAGALA: /

SADRŽAJ:

Radionica započinje kratkim predstavljanjem voditelja koji objasni sudionicima plan radionice. Na početku sudionici i voditelj igraju igru *Evolucija* kako bi se opustili. S obzirom da je ova radionica osmišljena za rad u dramskom studiju u nekim etapama će se aktivnosti odvijati na podu.

U igri postoje četiri stupnja evolucije: ameba, kokoš, majmun i čovjek. Cilj igre je da svaka osoba evoluiru do stupnja čovjeka. Sudionici moraju pronaći pripadnika istog stupnja i s njim odigrati „kamen, škare, papir“, tko pobijedi evoluiru u viši stupanj, a tko izgubi nazaduje. Sudionici igre moraju dočarati glasom i pokretom svaki stupanj: kad su amebe moraju ležati i puzati, kad su kokoši i majmuni moraju se kretati i glasati kao oni. Igra započinje kad svi legnu na pod i počnu tražiti prvog partnera za igru. Voditelj radionice sudjeluje u igri jer se tako grupa prije opusti. Kada svi evoluiraju do stupnja čovjeka igra je gotova.

Nakon igre voditelj pozove sudionike da pripreme bocu s vodom za vježbe jer je hidratacija jako važna za glasnice i da sjednu u krug. Time započinje središnji dio radionice.

2. SREDIŠNJI DIO

1. Kako nastaje glas, disanje

VRIJEME: 20 min

OBLICI RADA: frontalni rad

METODA: razgovor, slušanje, demonstracija i izvođenje vježbi disanja

POMAGALA: /

SADRŽAJ:

Kada sudionici sjednu u krug voditelj pokrene razgovor pitanjem *Kako nastaje glas?*. Voditelj zatim objašnjava da glas nastaje kada zračna struja iz pluća dolazi pod određenim tlakom do glasnica i glasnice zahvaljujući djelovanju raznih sila počnu vibrirati. Ton koji nastaje vibriranjem glasnica se naziva osnovni ton ili fundamentalna frekvencija, a ono što mi čujemo kada netko govori je rezultat rezonancija tog tona u našem izgovornom prolazu. Voditelj onda povlači usporedbu s gitarom pa objašnjava kako je zvuk gitare koji mi slušamo zapravo rezultat pojačavanja i rezoniranja tona koji je nastao na žici. Zvučna kutija pojačava i rezonira ton kao što i izgovorni prolaz naš osnovni ton. Ako se isti ton odsvira na dvije gitare različite veličine dobit će se različiti zvuk, tako je i kod ljudi jer nisu sve osobe jednako građene. Ako je izgovorni prolaz dulji ton glasa će biti niži i to će se čuti kao dublji glas. Muškarci imaju dulji izgovorni prolaz pa zato imaju i niže fundamentalne frekvencije od žena. Prosječna F_0 za žene je oko 200 Hz, a za muškarce oko 120 Hz. U našoj kulturi se niži glasovi percipiraju ugodnijima. Kako se mijenja izgovorni prolaz pomakom izgovornih organa tako se mijenja rezonancija i to se čuje kao razlika u glasovima, npr. kod vokala /i/ i vokala /u/ se promijenio položaj jezika i to je utjecalo na razlikovanje tih dvaju vokala. Bez dobrog disanja nema dobrog govora! Voditelj zatim pojašnjava razliku između plitkog i dubokog disanja. Duboko govorno disanje se naziva trbušno disanje (abdominalno ili dijafragmalno). Naziva se tako jer se kod dubokog udaha trbuh pomiče prema naprijed. Kod takvog disanja se mišić dijafragma (ošit), koji dijeli trbušnu šupljinu od prsne šupljine i pluća, spušta prema dolje. Voditelj koristi usporedbu dijafragme s gumenom zdjelom okrenutom naopačke kako bi dočarao pomak dijafragme. Trbušni mišići se istovremeno trebaju opustiti kako bi se trbušni zid mogao pomaknuti prema naprijed. Kod izdisaja se trbušni mišići stegnu i guraju sadržaj trbušne šupljine prema nazad što pak gura dijafragmu prema gore prema plućima. Pritisak

koji tada dijafragma stvara na pluća je jako važan za kontrolu glasa i kontrolu disanja. Kod plitkog disanja se koriste samo gornji dijelovi pluća jer se pluća ne mogu širiti prema gore zbog prsnog koša i kostiju ramenog pojasa i to obično vidimo kao pomicanje ramena prema gore kod udaha. Voditelj demonstrira obje vrste disanja kada o njima govori. Nakon što pojasni disanje kaže da će sada napraviti vježbe istezanja, a onda će svi leći na pod na leđa i opustiti cijelo tijelo kroz meditaciju jer se napetost odražava na govor, a zatim će raditi vježbe disanja i vježbe fonacije.

2. Meditacija i prvi ciklus fonetskih vježbi za glas i izgovor

VRIJEME: 40 min

OBLICI RADA: frontalni rad, grupni rad

METODA: razgovor, slušanje, vođena meditacija, demonstracija i izvođenje vježbi

POMAGALA: /

SADRŽAJ:

Vježbe istezanja započnu laganom rotacijom glave u lijevu i desnu stranu pa prema gore i dolje. Zatim se kružnim pokretima razgibavaju ramena i zglobovi ruku. Na kraju se radi vježba gdje se sudionici maksimalno moraju istegnuti kao da ih netko koncima vuče prema stropu i onda pustiti gornji dio tijela da padne prema dolje i pustiti ruke i glavu da opušteno vise. To se ponavlja još 2 do 3 puta, a zatim voditelj daje uputu da legnu na pod. Kad legnu voditelj im kaže da zatvore oči i pokušaju se maksimalno opustiti. Šake neka okrenu tako da im otvoreni dlan bude okrenut prema stropu, noge neka rašire i opuste. Voditelj vodi meditaciju na način da vodi sudionike kroz osvještavanje svakog dijela tijela i svjesnog otpuštanja napetosti iz njih, npr. „Osvijestite nožne prste na lijevoj nozi, osvijestite nožne prste na desnoj nozi, osvijestite stopala i pustite da napetost nestane iz njih, osjetite kako su vam stopala teška, opuštena. Osvijestite mišiće na lijevoj nozi, osvijestite gležanj, koljeno i opustite ih. Osvijestite...“ Na kraju kada se osvijeste i opuste noge, ruke, ramena i vrat, pozornost se usmjerava na disanje i na pomak trbuha prema gore. Voditelj daje uputu da jednu ruku stave na trbuh i da se koncentriraju na pomak ruke i trbuha prema gore kod udaha i prema dolje kod izdaha, udišu kroz nos i izdišu kroz usta. Kada naprave 5 do 10 takvih udaha voditelj daje uputu sudionicima da se polako dignu iz ležeće pozicije i sjednu tako da budu naslonjeni uz zid, ramena su opuštena i noge opet raširene. Uputa je i dalje da imaju zatvorene oči, ruku na trbuhu, udišu kroz nos i izdišu

kroz usta, samo što se ovaj put fokusiraju na pomak trbuha prema naprijed kod udaha i prema nazad kod izdaha. Nakon nekoliko dubokih udisaja u tom položaju voditelj im daje uputu da se polagano dignu u stajaći položaj i zauzmu stav uzemljenja što znači noge u širini ramena, prsti blago prema van. Sad u stajaćem položaju nastave duboko disati. Neki sudionici koji su dobro disali u sjedećem položaju će u stajaćem disati plitko. Takvim sudionicima se daje uputa da vježbaju doma u ležećem i sjedećem položaju da bi osvijestili trbušno disanje i da onda postepeno prelaze u stajaći položaj. Kako bi još dodatno opustili trbušne mišiće i dijafragmu daje se uputa sudionicima da 5 puta naprave otežani udah tako da pritvore nos i produlje vrijeme udaha te otežani izdah tako da što dulje na jednom izdahu dulje glas /s/. Voditelj to demonstrira. Nakon te vježbe se prelazi na „hakanje“, prvo se radi „meko hakanje“ i kaže se sudionicima da ta vježba služi za snaženje donjeg disanja i da pojačani tlak koji se stvara pozitivno utječe na pravilno vibriranje glasnica i postizanje jačeg intenziteta koji je potreban u scenskom govoru. Voditelj demonstrira prvo „meko hakanje“ i onda umjereno glasno izgovaranje /ha/ s jakim potiskom. Sudionike se kontrolira i upozorava ih se u slučaju ako im je prisutna grkljanska napetost. Voditelj im napominje da se ta vježba izvodi desetak puta i da tu vježbu ne izvode bez nadzora fonetičara jer nepravilnom izvedbom mogu oštetiti glasnice. Nakon „hakanja“ voditelj sudionicima demonstrira fonaciju vokala /a/ i kaže da se zagrijavanje glasa radi za početak na tom vokalu jer je položaj izgovornog prolaza tada najbliži neutralnom položaju. Svrha ove vježbe je postizanje stabilnog i snažnog glasa te povećanje vremena fonacije. Prosječno fonacijsko vrijeme za /a/ iznosi prema Varošaneć-Škarić (2011) 25 s, no obično osobe koje nisu na poseban način uvježbavale glas (npr. pjevanjem) ili nisu svirale neki puhaći instrument imaju početno fonacijsko vrijeme oko 15 s. Sudionici fonaciju rade 5 puta u stavu uzemljenja i s rukom na trbuhu, a voditelj kontrolira izvedbu. Nakon odrađenih fonacija voditelj pokazuje položaj ruku za fonaciju s pojačanim samoslušanjem te daje uputu da svaki vokal /i/, /e/, /a/, /o/ i /u/ dulje po dva puta, a nakon toga rade povezanu (kliznu) fonaciju svih vokala od /i/ do /u/ tako da nema stanki, nego su prijelazi iz jednog vokala u drugi povezani. Kliznu fonaciju rade 5 puta i svaki vokal zadrže 2 do 5 s, ovisno o njihovom kapacitetu pluća. Fonaciju s pojačanim samoslušanjem rade u krugu okrenuti jedni prema drugima jer tako dodatno jedni druge pojačavaju. Nakon što završe s fonacijom voditelj im kaže da imaju 5 min pauze da malo predahnu.

3. Drugi ciklus vježbi za glas i izgovor

VRIJEME: 20 min

OBLICI RADA: frontalni rad, grupni rad

METODA: razgovor, slušanje, demonstracija i izvođenje vježbi

POMAGALA: /

SADRŽAJ:

Nakon pauze voditelj kaže sudionicima da protresu ruke i ramena te zauzmu stav uzemljenja i naprave dva puta otežani udah i otežani izdah. Nakon toga slijedi vježba koja se nastavlja na „hakanje“, ali se umjesto /ha/ izgovaraju riječi s potiskom iz pleksusa. Prvo se krene s /Hej!/, izgovori se 2-3 puta /Hej!/ sa snažnim potiskom, a nakon toga na isti način i brojevi do 10. Voditelj demonstrira i onda nadzire sudionike. Ako sudionici ne postižu dovoljno jaki potisak stezanjem trbušnih mišića na riječima upućuje ih se da vježbaju potisak tako da stegnu trbušne mišiće i brzo, kratko i snažno izgovaraju /s/, nakon toga ponovno pokušaju s riječima. Sljedeća vježba je fonacija sa spuštenim grkljanom i vibracijama na prsnoj kosti. Sudionicima se daje uputa da prvo lagano prstima napipaju grkljan i postrance ga blagim kružnim pokretima masiraju da bi se dodatno opustio. Nakon toga slijedi fonacija svih vokala na malo nižem tonu od njihovog osnovnog tona s dodavanjem vibracija na prsnoj kosti. Voditelj objasni da se lupanjem šakom po prsnoj kosti želi pojačati prsna rezonancija, tj. pojačati F0 jer onda bolje zvuk rezonira i to pozitivno utječe na ugodu glasa, a niži položaj grkljana znači i nižu F0. Osobe koje imaju snažne vibracije na prsnoj kosti imaju snažan i voluminozan glas što je poželjno kod glumaca. Voditelj prvo demonstrira, a onda sudionici rade 5 puta fonaciju na vokalu /a/ i pet puta klizno sve vokale. Sljedeća vježba je vježba za postizanje preciznijeg izgovora. Broji se do 100 brzo, precizno, tj. da se izgovaraju svi glasovi u riječi, s prenaplašenim pokretima usana, mišića lica i jezika. U originalnim vježbama se broji u snažnom šaptu, ali voditelj sudionicima daje uputu da koriste normalan govor kako se ne bi stvarala dodatna napetost na grkljanu. Nadalje, budući da u grupi uvijek postoje osobe koje su se po prvi put susrele s dubokim trbušnim disanjem uputa je da u počecima sudionici svaki put kada trebaju udahnuti prestanu brojati, uzmu vremena za duboki udah i

onda nastave brojati, rukom na truhu cijelo vrijeme kontroliraju disanje. Ova uputa se daje jer je važno da tijekom brojanja sudionici nemaju kratke plitke udahe. Kasnije kada steknu veću kontrolu disanja onda tijekom brojanja udišu kratko i duboko, to je udah koji traje 1 s gdje se istovremeno udahne i kroz nos i kroz usta. Nakon ove vježbe voditelj kaže sudionicima da malo predahnu ako trebaju pa dalje nastavljaju sa sljedećim ciklusom.

4. Treći ciklus vježbi

VRIJEME: 30 min

OBLICI RADA: frontalni rad, grupni rad

METODA: razgovor, slušanje, demonstracija i izvođenje vježbi

POMAGALA: isprintane rečenice i tekst bez nazala, tekst za sintezu vježbi

SADRŽAJ:

Treći ciklus vježbi ponovno počinje protresanjem ramena i cijelog tijela te dvama otežanim udasima i otežanim izdasima. Nakon toga slijedi energično izgovaranje slogova /ji/ ili /ži/ s pojačanim samoslušanjem, vokal /i/ u slogu se dulji. Voditelj objašnjava da izgovor jednog od ta dva sloga više izaziva osjet „škakljanja“ na prednjem dijelu tvrdog nepca. Taj osjet pozitivno utječe na jačanje fonacije i na precizniji izgovor. Voditelj demonstrira vježbu i tada sudionici pokušaju izvesti oba sloga da vide koji njima više odgovara. Kada ustanove koji ih slog više „škaklja“ njega dalje nastave koristiti u izvedbi vježbe. Sudionici izgovaraju tri puta odabrani slog u ritmu koji odredi voditelj i nakon toga u istom ritmu izgovaraju tri broja nastojeći zadržati osjet vibracija na tvrdom nepcu. Vježbu izvode s pojačanim samoslušanjem i s potiscima iz pleksusa. (Ovo naizmjenično brojanje i izgovaranje slogova u originalnim vježbama od Škarića i Varošaneć-Škarić se izvodi kao zadnja vježba gdje se slogovi i brojevi izgovaraju s pritvorenim nosom. Ovdje se zadnja vježba s pritvorenim nosom radi na rečenicama i tekstu bez nazala.) Zadnje dvije vježbe su vježbe za smanjenje nazalne kvalitete u glasu. U prvoj se dulji glas /s/ u rečenicama bez nazala (vidi Prilog 6). Prvih pet rečenica je zasićeno s tri /s/, a drugih pet s četiri /s/. Na početku se svaki /s/ može duljiti 3 s, a s vremenom svaki po 5 s. Cilj je izgovoriti rečenicu s četiri /s/ na jednom izdah u uz duljenje svakog /s/ po 5 s. Glas /s/ je najnapetiji glas u hrvatskom jeziku i kod izgovora tog glasa se zbog velikog tlaka zraka

zatvara nosni prolaz. Druga vježba je izgovaranje već spomenutih rečenica naizmjenično s pritvorenim i otvorenim nosom tako da se ne čuje nikakva razlika. Dakle, ista rečenica se izgovara prvo s otvorenim nosom, a onda s pritvorenim. Na kraju se s pritvorenim nosom čita tekst bez nazala (vidi Prilog 7). Zatvaranjem nosnog prolaza se poništava razlika tlakova u nosnoj i usnoj šupljini, a ta razlika tlakova inače utječe na refleksno opuštanje mišića zatvarača nosnog prolaza. Ovom vježbom se želi poništiti to refleksno opuštanje koje onda utječe na nazalnu kvalitetu glasa. Na kraju se radi sinteza vježbi na tekstu, ovdje je odabrana *Pjesma mrtvog pjesnika* od Dobriše Cesarića (vidi Prilog 8). Cilj je da se vježbe koje su se radile izolirano primijene na povezani govor. U pjesmi je autorica radionice naznačila mjesta udaha. Pjesma se izvodi tako da se prve dvije strofe izgovaraju s pojačanim samoslušanjem i pojačano nadziranom trbušnim disanjem. Treća i četvrta strofa se izgovaraju sa spuštanjem grkljanom i vibracijama na prsnoj kosti. Peta strofa se izgovara s pojačanim radom mišića usana, mišića lica i jezika. Šesta strofa tako da se na početku 1., 3. i 5. stiha izgovara tri puta /ji/ ili /ži/ i posljednja tako da se 2-3 s dulji glas /s/. Na kraju se radi razgibavanje govora tako što se sudionici podijele u parove. Cilj je izvesti „svađu“ tako da se od optimalnog govora i optimalne geste i mimike prijeđe u ekspresivni govor kojeg prate ekspresivne geste i mimika pa se opet završava s optimalnim govorom i optimalnom neverbalnom komunikacijom. Pri izvođenju vježbe je važno da se ne stvara napetost na grkljanu.

ZAVRŠNI DIO

VRIJEME: 15 min

OBLICI RADA: grupni rad

METODA: razgovor, slušanje

POMAGALA: /

SADRŽAJ:

Na kraju radionice voditelj ponovno pozove sve sudionike da sjednu u krug kako bi evaluirali radionicu i postavili pitanja ako ih imaju. Evaluacija se radi usmeno tako da svatko izdvoji što mu se najviše svidjelo, nešto što smatra najkorisnijim i nešto što bi moglo biti bolje.

ZAKLJUČAK

Istraživanje koje je provedeno na amaterskim glumcima (N = 26), polaznicima dramskih grupa Umjetničke organizacije *Točka na i*, potvrdilo je pretpostavku da će amaterski glumci imati prosječno ocijenjen glas u kategoriji ugone glasa dok su samo dva glasa (jedan muški i jedan ženski) ocijenjeni kao vrlo ugodni i primjer su glasova kakvima glumci trebaju težiti. Utvrđeno je da je za određivanje visine tona glasa bolje koristiti podatke o fundamentalnoj frekvenciji izmjerenoj u čitanju nefrikativnog teksta jer se s perceptivnom analizom podudara u 80,77 %. Pretpostavka da amaterski glumci ne brinu pravilno o svojem glasu je također potvrđena. Rezultati pokazuju da gotovo polovica ispitanika (46,15 %) ima hrapav ili blago hrapav glas, a čak polovica ispitanika su pušaći (50 %). Pretpostavilo se da će amaterski glumci imati dobru dikciju jer je ona iznimno važna u scenskom govoru, no istraživanje je pokazalo da 23,08 % ispitanika ima labavu dikciju. Nadalje, pretpostavka je bila da amaterski glumci u govornoj izvedbi neće imati čujne izgovorne pogreške, no kod 23,08 % ispitanika je procijenjen dijalektalni izgovor vokala i/ili konsonanata. Potvrđena je i pretpostavka da amaterski glumci učinkovito koriste prozodijska sredstva u govornoj interpretaciji, samo je 7,69 % ispitanika procijenjeno lošima u ukupnom dojmu izražajnosti. Ukupna ocjena amaterskih glumaca je 3,9 što upućuje na to da amaterski glumci imaju zadovoljavajuće fonetske statuse, no s obzirom na gore navedene rezultate zaključak je da bi se amaterske glumce trebalo educirati o pravilnoj njezi glasa, o radu na zaštiti glasa i radu na poboljšanju izgovora. Jedan od načina edukacije amaterskih glumaca je provođenje fonetskih radionica u umjetničkim organizacijama koje organiziraju dramske radionice za kazališne amatere. Umjetnička organizacija *Točka na i* svoja je vrata otvorila fonetičarima i rezultat te suradnje je *Fonetska radionica za amaterske glumce* koja je prikazana u ovom radu. Neka ovo bude prvi korak prema dugoročnoj suradnji fonetičara i amaterskih glumaca.

LITERATURA

Bakran, J. (1996). *Zvučna slika hrvatskoga govora*. Zagreb: Ibis grafika.

Berry, C. (1997). *Glumac i glas*. Zagreb: AGM. (prevela Antonija Čutić)

Ciceron, M. T. (izdanje 2002). *O govorniku*. Zagreb: Matica hrvatska. (prevela i priredila Gorana Stepanić)

Clifford Turner, J. (2000). *Voice and Speech in the theatre*. New York: Theatre Arts Books/Routledge.

Fant, G. (1970). *Acoustic theory of speech production: with calculations based on X-ray studies of Russian articulations*. The Hague, Paris: Mouton.

Gavella, B. (1967). *Glumac i kazalište*. Novi Sad: Sterijino pozorje.

Guberina, P. (1967). *Zvuk i pokret u jeziku*. Zagreb: Zavod za fonetiku Filozofskog fakulteta u Zagrebu.

Horga, D. (1994). Tečnost govora u elektroničkim medijima. U: *Govor* 11, 15–22.

Horga, D., Liker, M. (2016). *Artikulacijska fonetika: anatomija i fiziologija izgovora*. Zagreb: Ibis grafika d. o. o.

Horga, D., Požgaj Hadži, V. (2012). (Dis)fluentnost i proizvodnja govora. U: *Slavistična revija*, 60 (4): 621 – 637.

Kvintilijan, M. F. (izdanje 1985). *Obrazovanje govornika*. Sarajevo: Veselin Masleša. (s latinskog preveo Petar Pejčinović)

Laver, J. (1996). *The Gift of Speech*. Edinburgh: Edinburgh University Press.

Podbevšek, K. (1994). Od dramskog teksta do scenskoga govora. U: *Govor*, 11 (2): 75 – 82.

Škarić, I. (1991). Fonetika hrvatskoga književnog jezika. U R. Katičić (ur.) *Povijesni pregled, glasovi i oblici hrvatskoga književnog jezika*, 61-372. Zagreb: Nakladni zavod Globus.

Škarić, I. (2001). Određenje glasa. U: *Glas/Voice, zbornik radova 1. znanstvenog skupa s međunarodnim sudjelovanjem* (ur. G. Varošaneć Škarić), 4 – 20.

Škarić, I. (2009). *Hrvatski izgovor*. Zagreb: Nakladni zavod Globus.

Timmermans, B., De Bodt, M. S., Wuyts, F. L., Boudewijns, A., Clement, G., Peeters, A., Van de Heyning, P. H. (2002). Poor Voice Quality in Future Elite Vocal Performers and Professional Voice Users. U: *Journal of Voice*, 16 (3), 372 – 382.

Tower, J. I., Acton, L., Wolf, J., Wilson, W., Nwanmegha, Y. (2019). Effects of Vocal Training on Students' Voices in a Professional Drama School. U: *OTO Open*, 3 (3).
Pristupljeno (28.6.2023.) putem:
<https://aahnsfjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1177/2473974X19866384>.

Varošaneć, G. (1987/88). O metafori u redateljskom postupku Ivice Kunčevića. *Novi Prolog*, 6 – 7: 202 – 210.

Varošaneć-Škarić, G. (2003). Voice Assessment Before and After Phonetic Voice and Pronunciation Exercises. U: *Proceedings of the 15th ICPHS* (ur. M. J. Sole, D. Recasens i J. Romero), Barcelona, 3 – 9 August 2003, 2: 2153 – 2156. Adelaide: Causal Production Pty Ltd.

Varošaneć-Škarić, G. (2005). *Timbar*. Zagreb: FF press.

Varošaneć-Škarić, G. (2008). Acoustics characteristics of voice and vocal care in acting other students. U: *Clinical Linguistics and Phonetics*, 22: 881–889.

Varošaneć-Škarić, G. (2010). *Fonetska njega glasa i izgovora*. Zagreb: FF- press.

Vidović Zorić, Ana. (2015). Govorne pogreške u fonološkom kodiranju i fonetskoj izvedbi. Disertacija. Zagreb: Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

Vlašić Duić, J. (2013). *U Abesiniju za fonetičara: govor u hrvatskom filmu*. Zagreb: Hrvatski filmski savez, Filozofski fakultet.

Vrban Zrinski, K. (2013). Fonetska procjena glumačkog govora. *Govor*, 30 (1).

Vuletić, B. (2007). *Lingvistika govora*. Zagreb: Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, FF press.

POPIS TABLICA

Tablica 1 Prikaz prosječnih vrijednosti fundamentalne frekvencije amaterskih glumaca dobivenih u ovom istraživanju na temelju fonacije vokala /a/ (F0) i fundamentalne frekvencije u čitanju nefrikativnog teksta (F0 _ε) kod muškaraca i kod žena izraženih u hercima (Hz).....	16
Tablica 2 Prikaz prosječnih vrijednosti fundamentalne frekvencije studenata glume u istraživanjima Varošaneć-Škarić te Towera i suradnika na temelju fonacije vokala /a/ (F0) i fundamentalne frekvencije u čitanju teksta (F0 _ε) kod muškaraca i kod žena izraženih u hercima (Hz) s navedenim brojem govornika (N).....	17
Tablica 3 Odnos perceptivne analize visine tona i akustičke analize fundamentalne frekvencije u fonaciji vokala /a/ (F0) i fundamentalne frekvencije u čitanju nefrikativnog teksta (F0 _ε) kod muškaraca (M) i kod žena (Ž).....	19
Tablica 4 Prikaz pojedinačnih slučajeva kod kojih se perceptivna procjena visine tona ne podudara s rezultatima akustičkog mjerenja fundamentalne frekvencije u nefrikativnom tekstu (F0 _ε) kod muškaraca i kod žena. Oznake: M – muškarci, Ž – žene, AG – amaterski glumac/ica, VN – vrlo nizak ton, N – nizak ton, S – ton srednje visine, V – visok ton, VV – vrlo visok.....	20
Tablica 5 Prikaz rezultata slušne procjene glasa amaterskih glumaca	21
Tablica 6 Prikaz rezultata slušne procjene izgovora amaterskih glumaca.....	23
Tablica 7 Prikaz rezultata slušne procjene mjesta naglaska u riječi kod amaterskih glumaca.	24
Tablica 8 Prikaz rezultata slušne procjene ekspresivnosti, fluentnosti i prosječne ocjene u govornoj izvedbi amaterskih glumaca.....	25

Fonetski statusi amaterskih glumaca

SAŽETAK

Cilj istraživanja bio je napraviti fonetske statuse amaterskih glumaca kako bi se dobio uvid u statuse govornih izvedbi osoba koje se amaterski bave glumom. Istraživanjem se htjelo dokazati da je amaterskim glumcima potrebna edukacija o glasu i govoru, koju studenti glume imaju na akademiji, ako se žele profesionalno baviti glumom. U istraživačkom dijelu rada se perceptivno analizirala govorna izvedba amaterskih glumaca (N = 26), polaznika dramskih radionica u Umjetničkoj organizaciji *Točka na i*, u kategorijama glasa, izgovora, naglasnog sustava, izražajnosti i fluentnosti. Nadalje, akustički je mjerena fundamentalna frekvencija u fonaciji vokala /a/ i u čitanju nefrikativnog teksta. Istraživanje je pokazalo da je amaterskim glumcima potreba edukacija iz područja njege i zaštite glasa te rada na dobrom izgovoru koji je važan u scenskom govoru. Takvu vrstu edukacije bi umjetničke organizacije trebale osigurati svojim polaznicima, a izvoditelji bi trebali biti fonetičari koji su stručnjaci za glas i govor. U drugom dijelu rada je napravljen prikaz jedne fonetske radionice za amaterske glumce.

KLJUČNE RIJEČI: amaterski glumci, fonetski status, perceptivna analiza, akustička analiza, fonetska radionica

The Phonetic Statuses of Amateur Actors

ABSTRACT

The aim of the research was to establish phonetic statuses of amateur actors in order to gain insight into the states of speech performance of individuals who are amateur actors. The purpose of the research was to prove that amateur actors need voice and speech training that acting students receive in the academy if they want to act professionally. In the research part of the paper, the speech performance of amateur actors (N = 26), participants of acting workshops in the *Točka na i* art organization, was perceptually analyzed in the categories of voice, pronunciation, lexical accent system, expressiveness and fluency. In addition, the fundamental frequency was acoustically measured during phonation of the vowel /a/ and reading of non-fricative texts. Research has shown that amateur actors need training in vocal hygiene and protection and need to work on good pronunciation, which is important when speaking on stage. Arts organizations should offer this type of training to their participants, and performers should be phoneticians who are experts in voice and speech. The second part of the paper presented a phonetic workshop for amateur actors.

KEY WORDS: amateur actors, phonetic status, perceptual analysis, acoustic analysis, phonetic workshop

PRILOZI

Prilog 1

FONETSKI STATUS AMATERSKOG GLUMCA

PROCJENITELJ: Veronika Štefanko

DATUM SNIMANJA:

IME I PREZIME:

PUŠAČ:

NAPOMENA:

GLAS

UGODA GLASA	1 - vrlo neugodan	4 - neugodan	3 - prosječan	2 - ugodan	1 - vrlo ugodan
TON	1 - vrlo nizak	2 - nizak	3 - srednje visine	4 - visok	5 - vrlo visok
GLASNOĆA	1 - tih	2 - prosječan	3 - glasan		
NAZALNOST	1 - nema	2 - blago nazalan	3 - nazalan		
HRAPAVOST	1 - nema	2 - blago hrapav	3 - hrapav		

IZGOVOR

IZGOVOR (DIKCIJA) 1 - jako labav 2 - labav 3 - dobar 4 - prejak

IZGOVORNE MANE 1 - NE 2 - DA

IZGOVORNE POGREŠKE

DIALEKTALNI 1 - NE

IZGOVOR 2 - DA,

VOKALI

KONSONANTI

ASIMILACIJE 1 - ostvaruje 2 - ne ostvaruje

NAGLASNI SUSTAV

1 - četveronaglasni (općeprihvatljivi) 2 - tronaglasni (prihvaćeni) 3 - dvonaglasni (silazni, dinamički)

1 - standardno mjesto naglasaka 2 - nestandardno mjesto naglasaka 3 - hiperkorektan

IZRAŽAJNOST

UKUPAN DOJAM 1 - odličan 2 - dobar 3 - loš

LOGIČKO ISTICANJE 1 - dobro 2 - loše,

LOGIČKE STANKE 1 - DA 2 - NE,

RITAM 1 - primjeren 2 - isprekidan

TEMPO GOVORA 1 - spor 2 - primjeren 3 - brz

FLUENTNOST 1 - odlična 2 - dobra 3 - loša

UKUPNA OCJENA (1-5):

Prilog 2

Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Odsjek za fonetiku

Provoditelj istraživanja: Veronika Štefanko, veronikastefanko2711@gmail.com

Mentorica: doc. dr. sc. Ines Carović, icarovic@ffzg.hr

Odgovori iz ovog upitnika će se koristiti isključivo u svrhu izrade fonetskih statusa koji će se koristiti za provedbu istraživanja u sklopu diplomskog rada *Fonetski statusi amaterskih glumaca*.

UPITNIK ZA ISPITANIKE	
1.	Ime i prezime:
2.	Mjesto i godina rođenja:
3.	Mjesto odrastanja (ako ima više mjesta napisati koliko dugo ste živjeli u kojem mjestu):
4.	Mjesto/a školovanja (ako ima više mjesta napisati koliko dugo ste boravili u kojem mjestu):
5.	Vaše trenutno prebivalište/boravište i koliko dugo tu živite:
6.	Mjesto rođenja roditelja/odgajatelja:
7.	Mjesta gdje su Vaši roditelji/odgajatelji odrasli i gdje su najduže živjeli:
8.	Jeste li se nekada bavili ili se još uvijek bavite profesionalnim pjevanjem?
9.	Jeste li nekada svirali ili još uvijek svirate neki puhaći instrument? Ako je odgovor potvrđan navedite koji:
10.	Jeste li pušač? Ako je odgovor potvrđan navedite koliko dugo pušite:

Mjesto i datum: _____

NEFRIKATIVNI TEKST¹

To navodi na temu o kojoj bi htio dometnuti kratak dodatak. Naime, u tim je krajevima pitanje vjere i obreda bilo u to vrijeme pitanje duhovne vladavine. To pak nije pripadalo Europi, pogotovo ne Mediteranu koji je odvajkada gajio nadu i vjeru u djela velikih ljudi, u narod i more te u tvrde gradove na njegovim obalama. Mnogo godina nakon toga mnogo je njih vjerovalo da je raj i pakao upravo u njihovom kraju. Oni koji vuku porijeklo od bijelih ljudi bili bi raj, a oni drugi koji ih odbijaju pakao. Naravno, bilo je i onih kojima je to bilo neprihvatljivo i koji nervirahu i jedne i druge jer govorahu da je takva predaja neutemeljena. U biti ni oni ne imahu pojma o prethodnim i davnim tokovima koji oblikuju mentalitet ovog kraja na utoku rijeke u more. U literaturi pak nikakvih potvrda o tome nema, pa i dalje treba dvojiti da je bilo upravo tako. A na nedalekom otoku grad nije dobio ime po otoku kako je to drugdje, nego obrnuto, pa je i to jedna potvrda o kulturi ljudi toga kraja.

¹ Nefrikativni tekst osmislio je Škarić, I. (1993). „Prosječni spektar govora kao slika boje glasa“, In: Lj. Likar and D. Kosmač (eds.), *Strokovno srećanje logopedov Slovenije: Multidisciplinarni pristop v logopediji* (p. 202-205). Portorož: Aktiv logopedov Južne Primorske, a tekst je izabrala prof. dr. sc. Gordana Varošane Škarić prema tekstu koji je objavljen u: Varošane-Škarić, G., Stevanović, S. i Bašić, I. (2021). Comparative perceptual evaluation and acoustic voice analysis of a transgender client male to female before and after laser-assisted voice adjustment surgery. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 57(1), 40-55. DOI: 10.31299/hrri.57.1.2.

Prilog 4

Ezop: *Vjetar i sunce*

Sjeverni ledeni vjetar i sunce su se prepirali o svojoj snazi. Stoga odluče da onome od njih pripadne pobjeda, koji svuče čovjeka putnika. Vjetar započne snažno puhati, a budući da je čovjek čvrsto držao odjeću, navali on još jače. Čovjek pak još jače od studeni pritisnut, navuče na sebe još više odjeće, dok se vjetar ne umori i prepusti ga tada suncu. Ono u početku zasja umjereno. Kad je čovjek skinuo suvišak odjeće, povisi ono još jače žegu, dok se čovjek u nemogućnosti da odoli sunčevoj toplini, ne svuče i ne pođe na kupanje u rijeku tekućicu. Priča pokazuje da je često uspješnije uvjeravanje negoli nasilje.

Prilog 5

Tekst za procjenu provođenja asimilacijskih pravila

Bez žurbe je ustao iz kreveta i upalio radio. Poslušat će vijesti i informirat će se o vremenu i o stanju u prometu. Od tog će mu biti bolje. Imao je sreće, još su trajale, a svaka od njih bi mogla biti vijest za naslovnicu. Evo redom: iz Sabora: vlast bi svi kritizirali, rad su prekinuli zastupnici, rok do petka za predaju dokumenata, tvrtke idu iz stečaja u stečaj, bez posla je već dulje vrijeme od dvadeset do trideset tisuća ljudi.

Prilagođen tekst prema Runjić-Stoilova, A. (2006). *Asimilacije unutar govorne riječi*. Filozofski fakultet Zagreb, neobjavljeni kvalifikacijski rad.

Prilog 6

Rečenice bez nazala za vježbe smanjenja nazalne kvalitete u glasu

Silazi sa stola.

Spusti sidro.

Sivkasta svila.

Svi su sišli.

Stavili su sliku.

Gosti su sjeli za stol.

Posadio si svoj hrast.

Pustio si psa u sobu.

Spustio si zastor.

Posustao si u sportu.

osmislila autorica rada

Prilog 7

Tekst bez nazala za vježbe smanjenja nazalne kvalitete u glasu

Rekao si: „Idite po poljskoj stazi, tako ćete brže doći do kuće.“ Slušati tebe bila je velika pogreška. Padala je kiša, bilo je blato i svi su bili prljavi. Sljedeći put ću ih voditi po cesti.

osmislila autorica rada

Prilog 8

Dobriša Cesarić: *Pjesma mrtvog pjesnika* (prilagođeno za sintezu vježbi za glas i izgovor)

Čitanje stihova s pojačanim samoslušanjem i pojačanim nadzorom nad dubokim disanjem

Moj prijatelju, mene više nema,
Al nisam samo zemlja, samo trava, (UDAH)
Jer knjiga ta, što držiš je u ruci,
Samo je dio mene koji spava. (UDAH)
I ko je čita - u život me budi.
Probudi me, i bit ću tvoja java. (UDAH)

Ja nemam više proljeća i ljeta,
Jeseni nemam, niti zima. (UDAH)
Siroti mrtvac ja sam, koji u se
Ništa od svijeta ne može da prima. (UDAH)
I što od svijetlog osta mi života,
U zagrljaju ostalo je rima. (UDAH)

Čitanje stihova s grkljanom u nižem položaju i s vibracijama na prsnoj kosti

Pred smrću ja se skrih (koliko mogoh)
U stihove. U žaru sam ih kovo, (UDAH)
Al zatvoriš li za njih svoje srce,
Oni su samo sjen i mrtvo slovo. (UDAH)
Otvori ga, i ja ću u te prijeći
Ko bujna rijeka u korito novo. (UDAH)

Još koji časak htio bih da živim
U grudima ti. Sve svoje ljepote
Ja ću ti dati. (UDAH) Sve misli, sve snove,
Sve što mi vrijeme nemilosno ote,
Sve zanose, sve ljubavi, sve nade,
Sve uspomene -- o mrtvi živote! (UDAH)

Čitanje stihova s prenaplašenom facijalnom ekspresijom

Povrati me u moje stare dane!
Ja hoću svjetla! Sunca, koje zlati
Sve čeg se takne. (UDAH) Ja topline hoću
I obzorja, moj družo nepoznati. (UDAH)
I zanosa! i zvijezda, kojih nema
U mojoj noći. Njih mi, dragi, vrati. (UDAH)

Čitanje stihova tako da se na početku 1., 3. i 5. stiha tri puta energično izgovara /ji/ ili /ži/

Ko oko svjetla leptirice noćne
Oko života tužaljke mi kruže. (UDAH)
Pomozi mi da dignem svoje vjeđe,
Da ruke mi se u čeznuću pruže. (UDAH)
Ja hoću biti mlad, ja hoću ljubiti,
I biti ljubljen, moj neznani družo!

Čitanje s duljenjem glasa /s/ 2-3 sekunde

Sav život moj u tvojoj sad je ruci.
Probudi me! (UDAH) Proživjet ćemo oba
Sve moje stihom zadržane sate, (UDAH)
Sve sačuvane sne iz davnog doba. (UDAH)
Pred vratima života ja sam prosjak.
Čuj moje kucanje! Moj glas iz groba!

