

SADRŽAJ

Predgovor.....	13
I. UVOD.....	16
I.1. Tradicija pedagogije i njega glasa u antičkoj Grčkoj	16
I.2. Rimski govornici i autori – Ciceron i Kvintilijan	17
I.2.1. Ciceronova zapažanja o važnosti glasa u javnom govoru	18
I.2.2. Kvintilijanova podjela slojeva glasa.....	22
I.3. Kratak osvrt na značenje retorike u Srednjem vijeku i Renesansi	28
I.4. Suvremena njega glasa.....	29
II. SVRHOVITOST VJEŽBI ZA GLAS.....	32
II.1. Svrha i učinkovitost fonetskih terapijskih metoda u vježbanju glasa.....	34
III. PODRUČJE NJEGE GLASA.....	36
III.1. Značenje zlouporabe i odmora glasa.....	36
III.2. Čimbenici kulture njega glasa.....	39
IV. SAVJETI O NJEZI GLASA.....	40
IV.1. Strah od nastupa i izbjegavanje stresa	40
IV.1.1. Uzroci straha od nastupa.....	41
IV.1.2. Simptomi straha	41
IV.2. Savjeti za smanjivanje straha od nastupa	42
IV.3. Životne navike	44
IV.3.1. Pušenje i pušački glas	44
IV.3.2. Alkoholičarski glas	46
IV.3.3. Tekućina i hrana	47
IV.3.4. Izbjegavanje iskašljavanja.....	48
IV.3.5. Alergije	48
V. UTJECAJ PROSTORA NA GLAS.....	49
V.1. Arhitektura prostora.....	49
V.2. Proksemika – udaljenosti, smjer i pozicije.....	51
V.2.1. Stvarna udaljenost sugovornika.....	52
V.2.2. Uzgovorni znakovi	55
VI. VJEŽBE ZA GLAS I IZGOVOR.....	56
VI.1. Fonetske vježbe za glas i izgovor (FVGI)	56
VI.1.1. Teorijski i znanstveni temelj vježbi za glas i izgovor.....	57
VI.1.2. Načela FVGI	60

VI.1.3. Točke glasova tjelesnog spleta (vokalna korporalna shema)	60
VI.1.4. Redoslijed FVGI	61
VI.1.4.1. Protezanje i opuštanje	62
VI.1.4.2. Duboko disanje – ošitom i pomoću trbušnih mišića	63
VI.1.4.3. Impulsno razmjerno glasno glasanje [xa] trzajem iz pleksusa	65
VI.1.4.4. Produženo foniranje [a]	66
VI.1.4.5. Produženo foniranje uz pojačano samoslušanje	69
VI.1.4.6. Početne dvije vježbe	71
VI.1.4.7. Impulsno izgovaranje riječi	72
VI.1.4.8. Produženo foniranje uz masažu grla i spuštanje grkljana	73
VI.1.4.9. Vratolomno, brzo brojenje u šaptu	76
VI.1.4.10. Početne dvije vježbe	77
VI.1.4.11. Prednjonepčana točka vibrotaktilnog osjeta	77
VI.1.4.12. Produženi jaki izgovor [s]	78
VI.1.4.13. Govor s pritvorenim nosom	79
VI.1.4.14. Sinteza vježbi	79
VI.1.4.15. Razgibavanje govora	82
VI.1.5. Učinkovitost vježbi za glas i izgovor	82
VI.1.5.1. Usporedba glasa prije i poslije fonetskih vježbi za glas i izgovor	83
VI.2. Fonetska akcentna metoda (AM)	84
VI.2.1. Tijek vježbi AM	84
VI.2.1.1. Redoslijed vježbi disanja	85
VI.2.2. Fonacijske vježbe	87
VI.2.2.1. Pripremna predfonacijska faza	87
VI.2.2.2. Fonacijske vokalske vježbe	87
VI.2.3. Govorne akcentne vježbe	91
VI.3. Ostale vježbe u pedagogiji glasa vokalnih profesionalaca	93
VI.3.1. Kinetičke i miofunkcionalne vježbe	94
VI.3.2. Vježbe /j/ + /i/ brujanja	95
VI.3.3. Projekcijske vježbe dozivanja	98
VII. FONETSKI STATUS	100
VII.1. Vrijednosno određenje glasa i glavna mjesta impostacije glasa	100
VII.2. Protokol fonetskoga statusa govorne izvedbe	101
VII.3. Usporedba protokola vokalnih profila	107
VII.3.1. Fonetski deskriptivni protokol slušne procjene glasa	108
VII.3.2. Protokol vokalnog profila u kliničkoj fonetici	111
VII.3.2.1. Ispitivanje učinkovitosti fonetskih vježbi za glas i izgovor prema vokalnom fonetskom protokolu	113
VII.3.3. Klinički protokol promuklih glasova GRBAS	120

VIII. ZNAČENJE NJEGE GLASA I ANAMNEZA GLASA ZA GOVORNE PROFESIONALCE.....	121
VIII.1. Upitnik o anamnezi glasa.....	122
VIII.2. Usporedba glasa između skupina budućih vokalnih profesionalaca i neprofesionalaca	126
VIII.2.1. Prijašnja anamneza glasa i respektivnost kategorija njege glasa.....	126
VIII.2.2. Uporaba glasa i životne navike	128
VIII.2.2.1. Vrijeme zadnjeg obroka.....	130
IX. POSTUPCI U MJERENJU ZVUČNIH OSOBINA GLASOVE KVALITETE VOKALNIH PROFESIONALACA I NEPROFESIONALACA	130
IX.1. Akustički postupci.....	130
IX.1.1. Dugotrajni prosječni spektar glasa u govoru	131
IX.2. Akustičke mjere na temelju fonacije.....	131
IX.2.1. <i>Jitter</i>	133
IX.2.2. <i>Shimmer</i>	134
IX.2.2.1. Odnos harmonične i šumne sastavnice u spektru (HNR).....	135
IX.2.3. Indeks težine disfonije – DSI	137
IX.2.4. Usporedba zvučnih osobina glasa skupina glumaca i ostalih glasova.....	137
IX.2.4.1. Pušački i nepušački glasovi.....	139
X. METODIKA RADA NA DIKICIJI VOKALNIH PROFESIONALACA.....	146
X.1. Samoglasnička i suglasnička dikcija	146
X.1.1. Izgovor samoglasnika u općem hrvatskom izgovoru	149
X.1.1.1. Neke osobitosti dijalektalnih izgovora vokala u različitim hrvatskim govorima i njihovo ispravljanje	151
X.1.2. Izgovor suglasnika i metodski pristup pri njihovom ispravljanju	153
X.1.2.1. Vježbe za ispravan izgovor frikativa /s/, /z/, /š/, /ž/.....	159
X.1.2.2. Vježbe za ispravan izgovor afrikata	162
X.1.2.3. Vježbe na tekstovima za ispravan izgovor frikativa i afrikata	164
X.1.2.4. Vježbe za ispravljanje nadzubnih glasnika [l] i [r].....	168
X.1.2.5. Asimilacije	171
X.2. Naglasci	172
X.3. Pjevačka dikcija.....	175
X.3.1. Postavljanje školovanoga pjevačkog glasa	176
REFERENCIJE.....	185
KAZALO	194