

MARTA KĘDZIA

ORCID 0000-0001-5349-6706

AGNIESZKA KONARCZAK

ORCID 0000-0003-4379-4851

*Uniwersytet im. Adama Mickiewicza
w Poznaniu*

POGLĄDY I OPINIE MŁODZIEŻY AKADEMICKIEJ NA TEMAT ZNACZENIA EMISJI GŁOSU W PRACY PEDAGOGA

ABSTRACT. Kędzia Marta, Konarczak Agnieszka, *Poglądy i opinie młodzieży akademickiej na temat znaczenia emisji głosu w pracy pedagoga* [Views and Opinions of Academic Youth on the Importance of Voice Production in a Teacher's Work]. *Studia Edukacyjne* no. 62, 2021, Poznań 2021, pp. 267-278. Adam Mickiewicz University Press. ISSN 1233-6688. DOI: 10.14746/se.2021.62.17

The article deals with the issue of the importance of voice production in the work of a teacher. Incompetent voice use is one of the main factors causing disorders of the voice organ. The aim of this study is to draw attention to the issues related to voice production, presented in the context of the opinions and views of academic youth representing pedagogical fields. The text focuses on direct and indirect factors causing voice problems, disease symptoms that may appear in people working with voice, conscious work on voice projection and elements of correct speech techniques that may affect the quality of classes.

Key words: voice production, academic youth, teacher's work

Wstęp

Pogląd, iż głos ludzki stanowi ważne narzędzie w pracy pedagoga jest stwierdzeniem oczywistym i coraz bardziej upowszechnianym, a jego treść nabiera znaczenia w momencie, kiedy nie pozostaje tylko w obszarze dociekań teoretycznych, natomiast ma empiryczne potwierdzenie. W praktyce pedagogicznej opinia ta przekłada się na działania w postaci stosowanych technik i metod pracy z głosem. Głos wymaga szczególnej ochrony i dbałości, towarzyszy

człowiekowi od pierwszych chwil życia, a wpływ na jego emisję uzależniony jest od wielu czynników. Brak wiedzy i umiejętności w posługiwaniu się głosem, jak przekonuje Wanda Kostecka, naraża go na różne niebezpieczeństwa, a ranga kształcenia głosu w pracy nauczyciela nabiera znaczenia także ze względu na problemy medyczne¹. Powstanie schorzeń uniemożliwiających wykonywanie zawodu wynika, według Marty Radwańskiej, z niewłaściwego posługiwania się głosem,

dlatego tak ważne jest, aby już w trakcie studiów studenci nabywali podstawową wiedzę i umiejętności z zakresu emisji głosu².

Nieumiejętna emisja głosu to jeden z podstawowych czynników wewnętrznych powodujących jego zaburzenia. Podział czynników na zewnętrzne i wewnętrzne stanowi podstawę wielu opracowań dotyczących problemów głosowych. Według Marty Radwańskiej, do wewnętrznych czynników ryzyka, które mają wpływ na powstawanie zawodowych schorzeń głosu, zaliczyć można między innymi czynniki związane ze zmianami w ośrodkowym i autonomicznym układzie nerwowym, z budową ciała, wiekiem, stanem słuchu oraz narządu głosowego, stanem endokrynologicznym oraz usposobieniem, zachowaniem emocjonalnym i zdolnością do nawiązywania kontaktów. Jako czynniki zewnętrzne autorka wymienia na przykład te związane z długością zatrudnienia, kwalifikacjami zawodowymi, nauczaniem przedmiotem, klimatem, warunkami pracy, nawykami, przebytymi schorzeniami, czy rytmem życia³.

Do podziału na zewnętrzne i wewnętrzne czynniki powodujące problemy głosowe nawiązują w swojej publikacji Ewa M. Skorek, Grzegorz Hryniewicz oraz Anita Famuła-Jurczak. Autorzy podkreślają, iż wśród czynników wewnętrznych powodujących zaburzenia głosu wśród nauczycieli wymienia się najczęściej: nieprawidłową emisję głosu oraz wadliwą postawę podczas emisji głosu, nieprzestrzeganie higieny narządu głosu (czyli picie czarnej herbaty i kawy, palenie papierosów), ogólny stan zdrowia (w tym samopoczucie, poczucie pewności siebie oraz ogólne schorzenia), przewlekłe choroby o charakterze laryngologicznym oraz nieprawidłowości konstytucjonalne traktu głosowego. Do czynników zewnętrznych Ewa M. Skorek, Grzegorz Hryniewicz oraz Anita Famuła-Jurczak zaliczają: przedłużony czas pracy głosem, pracę w hałasie, nieodpowiednie warunki akustyczne w miejscu pracy, złe warunki

¹ W. Kostecka, *Emisja głosu jako ważny przedmiot w kształceniu nauczycieli*, Zeszyty Naukowe WSP, 2013, 16, s. 45.

² M. Radwańska, *Rola i miejsce emisji głosu w procesie kształcenia nauczycieli*, Rozprawy Naukowe Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, 2014, 44, s. 78.

³ Tamże, s. 80, za: K. Marek (red.), *Choroby zawodowe*, Warszawa 2001.

klimatyczne pomieszczeń, częste infekcje dróg oddechowych w środowisku pracy oraz stres⁴.

Opierając się na literaturze przedmiotu⁵ oraz własnych obserwacjach wynikających z kilkunastoletniej aktywności w zawodzie pedagoga, autorki proponują podział na czynniki pośrednie, niezależne od bezpośredniej indywidualnej aktywności, zachowań, predyspozycji oraz wyborów, jak również czynniki bezpośrednie, zależne wprost od indywidualnej aktywności, zachowań, predyspozycji oraz wyborów.

Czynniki pośrednie

Czynniki, które nie zależą bezpośrednio od działań jednostki mogą wiązać się z:

- 1) warunkami lokalowymi zatrudnienia;
- 2) pracą w hałasie;
- 3) rodzajami i jakością relacji interpersonalnych w miejscu pracy;
- 4) warunkami środowiskowymi (np. zanieczyszczenie środowiska naturalnego).

Prowadzenie zajęć w salach lekcyjnych, nieposiadających odpowiednich warunków akustycznych, wymaga

od nauczyciela stosowania takiego natężenia głosu, aby wszyscy uczniowie go słyszeli; dodatkowym elementem utrudniającym pracę głosem - szczególnie w przedszkolach i szkołach podstawowych - jest brak wyposażenia sal w aparaturę nagłaśniającą⁶.

Kolejnym czynnikiem, związanym z miejscem pracy o negatywnym wpływie na głos, jest temperatura oraz jakość powietrza (przegrzane i zapyłone pomieszczenia oraz suche powietrze). Wykonywanie zawodu związanego z pracą głosem wiąże się również z kontaktami z większą grupą ludzi. Szczególnie w pracy pedagoga znaczenia nabiera częste funkcjonowanie w hałasie, co skutkuje pogorszeniem kondycji psychicznej oraz automatycznym zwiększeniem głośności mowy⁷. W związkach z innymi ludźmi warto zwrócić rów-

⁴ E.M. Skorek, G. Hryniewicz, A. Famuła-Jurczak, *Zawodowe uwarunkowania zaburzeń głosu u nauczycieli szkół podstawowych - wybrane zagadnienia*, [w:] *Emisja głosu w przestrzeni edukacyjnej, artystycznej i terapeutycznej*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Zielona Góra 2020, s. 201-203.

⁵ Przytoczony w artykule podział na czynniki pośrednie oraz bezpośrednie został oparty m.in. na przykładach czynników wewnętrznych i zewnętrznych, które zaproponowali w swojej publikacji: Ewa M. Skorek, Grzegorz Hryniewicz, Anita Famuła-Jurczak, tamże, s. 80.

⁶ Tamże, s. 201.

⁷ Por. B. Tarasiewicz, *Mówię i śpiewam świadomie. Podręcznik do nauki emisji głosu*, Kraków 2011, s. 95.

niez uwagę na budowanie nieprawidłowych relacji, co wiąże się z wysokim poziomem stresu oraz powodowanym nim napięciem mięśni.

Czynniki bezpośrednie

Druga grupa czynników predysponujących do powstania schorzeń głosu zależy od bezpośredniej aktywności, zachowań, tendencji oraz wyborów jednostki. Mogą one wiązać się między innymi z:

- 1) nieprawidłowymi nawykami emisyjnymi, brakiem wiedzy i umiejętności na temat prawidłowej emisji oraz higieny głosu;
- 2) cechami osobowościowymi;
- 3) stresem oraz sposobem radzenia sobie ze stresem;
- 4) zaburzeniem emocjonalnym;
- 5) stosunkiem do wykonywanego zawodu;
- 6) nieleczonymi chorobami narządu głosu;
- 7) nadmiernym obciążeniem głosu wynikającym z wydłużonego czasu pracy głosem⁸, szczególnie w sytuacji łączenia etatów;
- 8) nałogami (palenie papierosów, spożywanie alkoholu) oraz stylem życia;
- 9) okolicznościami, na które człowiek nie ma żadnego wpływu (np. obciążenia genetyczne, wiek, budowa narządów wewnętrznych) oraz choroby niezwiązane z narządem głosu.

Jednostka dokonując wyborów związanych z kierunkiem kształcenia oraz wykonywanym zawodem, staje również w obliczu wzięcia odpowiedzialności za swoje nawyki i zachowania oraz za gotowość do podejmowania trudu stałego doksztalcania, uzupełniania wiedzy i umiejętności. Szczególnie, w kontekście zawodu związanego z wykonywaniem pracy edukacyjnej, wychowawczej i opiekuńczej, ważna wydaje się świadomość własnych możliwości, refleksyjny namysł nad projektowaniem ścieżki samodoskonalenia oraz stała i systematyczna praca. Zespół czynników bezpośrednich zależy wprost od indywidualnej aktywności, zachowań, predyspozycji oraz wyborów w obszarze działań psychologicznych oraz fizycznych. W kontekście decyzji jednostki w dziedzinie kształcenia i wyboru zawodu szczególnie ważne wydają się postanowienia związane z jej wejściem na ścieżkę kształcenia w kierunku zawodów, w których głos stanowi podstawowe narzędzie pracy, co nieroz-

⁸ Według Ewy M. Skorek, Grzegorza Hryniewicza oraz Anity Famuły-Jurczak: „czas pracy nauczycieli waha się w granicach 18-24 godzin tygodniowo i jest to duże obciążenie dla głosu; jedna lekcja liczy 45 minut i nauczyciel w zasadzie bez przerwy posługuje się głosem; wymaga to ciągłego napinania i rozluźniania mięśni krtani i aparatu artykulacyjnego, fonacji itp.; każda kolejna lekcja, mimo kilkuminutowych przerw, jest coraz większym obciążeniem dla narządów mowy i oddechowych”. Por. E.M. Skorek, G. Hryniewicz, A. Famuła-Jurczak, *Zawodowe uwarunkowania zaburzeń głosu u nauczycieli*, s. 201.

również wiąże się z nastawieniem i stosunkiem do wykonywanego zawodu. Również podczas spędzania wolnego czasu, jak przekonuje Mirosław Kisiel,

w przypadku nauczycieli wskazane jest przebywanie w ciszy i spokoju oraz kontrolowanie wysiłku głosowego, gdyż także narządowi mowy potrzebny jest odpoczynek⁹.

Znaczenie emisji głosu w pracy pedagoga w opiniach i poglądach młodzieży studiującej na Wydziale Studiów Edukacyjnych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Opinie oraz poglądy młodzieży na określone tematy stanowią kapitał informacyjny, dorobek poznawczy oraz inspirację do prowadzenia badań, stanowiących podstawę budowania teorii poznania naukowego z zakresu obszaru tematycznego związanego z okresem adolescencji. Rozpoznanie zapatrywań młodzieży akademickiej na temat emisji głosu w pracy pedagoga pełni nie tylko rolę informacyjną w dziedzinie określenia świadomości znaczenia zagadnienia, ale również wyznacza kierunek prowadzenia zarówno działań naukowych, jak i aktywności dydaktycznej w obszarze kształcenia młodzieży.

W procesie eksploracyjnym, którego cel poznawczy stanowią poglądy i opinie młodzieży akademickiej na temat znaczenia emisji głosu w pracy pedagoga, dobór do grupy będącej próbą badawczą jest ściśle określony. Badania przeprowadzono na grupie studentów studiów dziennych oraz zaocznych kierunków pedagogika, pedagogika specjalna oraz pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna Wydziału Studiów Edukacyjnych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Badana zbiorowość składała się z 56 respondentów, którzy zrealizowali w toku kształcenia przedmiot emisja głosu.

Badania przeprowadzono w maju i czerwcu 2021 roku. W celu zebrania interesujących, z punktu widzenia podjętej tematyki, informacji posłużono się techniką ankiety. Wybór narzędzia został dostosowany do wybranej techniki, zastosowano zatem kwestionariusz ankiety, składający się z sześciu pytań, w tym jednego pytania zamkniętego oraz pięciu pytań otwartych.

Pytanie pierwsze miało strukturę pytania zamkniętego, z przedstawionym zbiorem odpowiedzi. Celem zastosowania pytania zamkniętego w powyższej ankiecie było uzyskanie aprobaty lub dezaprobaty wobec jasno wyrażonego pytania¹⁰: „Jak ważne jest według Pani/Pana prawidłowe posługiwanie się

⁹ M. Kisiel, *Przygotowanie przyszłych nauczycieli do wzmoczonej aktywności głosowej w pracy dydaktyczno-wychowawczej*, [w:] *Emisja głosu w przestrzeni*, s. 35.

¹⁰ Por. Ch. Frankfort-Nachmias, D. Nachmias, *Metody badawcze w naukach społecznych*, Poznań 2001, s. 272.

głosem w pracy pedagoga?”. Zadanie respondentów polegało zatem na wybraniu tej odpowiedzi, która najlepiej odzwierciedla ich postawę wobec wagi prawidłowego posługiwania się głosem w pracy pedagoga. Kwantyfikatory uporządkowano od numeru 1 do numeru 5, gdzie kodowi numerycznemu 1 przyporządkowano odpowiedź „najmniej ważne”, kodowi 2 – „mało ważne”, kodowi 3 – „dość ważne”, kodowi 4 – „ważne”, kodowi 5 – „bardzo ważne”.

Najwięcej studentów wskazało na odpowiedź „bardzo ważne” (83,9%). Odpowiedź „ważne” zaznaczyło 10,7% respondentów, natomiast „dość ważne” 3,6%. Żadnego kwantyfikatora nie wskazała jedna osoba (1,8%).

Odwołując się o powyższych wyników badań, zauważyć można, że postawa młodzieży akademickiej w badanej kwestii jest dość jednorodna – respondenci uznają za bardzo ważne prawidłowe posługiwanie się głosem w pracy pedagoga, co jest szczególnie istotne w kontekście obranych kierunków kształcenia wyznaczających początek ścieżki zawodowej.

Świadomość prawidłowego wykorzystywania głosu w pracy zawodowej stanowi punkt wyjścia do sprawdzenia, w jakim stopniu respondent jest zorientowany i doinformowany w podjętym zagadnieniu¹¹. Kolejne pięć pytań miało więc strukturę pytań otwartych, których treść odnosiła się do wiedzy oraz pierwszych doświadczeń w zakresie poddanej procesowi eksploracyjnemu tematyki, zdobytych przede wszystkim podczas udziału w zajęciach konwersatoryjnych z przedmiotu emisja głosu.

W pytaniu drugim poproszono respondentów o wskazanie czynników zewnętrznych, które w ich opinii negatywnie wpływają na zaburzenia głosu. Usystematyzowanie wielości odpowiedzi oparto na zaproponowanym przez autorki podziale, w którym za czynniki zewnętrzne można uznać czynniki pośrednie.

Wszyscy studenci udzielali odpowiedzi zawierające od jednego do pięciu czynników. Respondenci wskazali razem siedemdziesiąt jeden czynników, w których najczęściej odwoływali się do czynnika związanego z hałasem (46,5% wszystkich wskazanych czynników). Na warunki lokalowe wskazało 39,4% studentów, odnosząc się między innymi do temperatury i wilgotności powietrza w salach lekcyjnych, braku wyposażenia w aparaturę nagłośniającą, nieodpowiednie warunki akustyczne sal, klimatyzację. Warunki środowiskowe pojawiły się w 12,7% wszystkich odpowiedzi i dotyczyły przede wszystkim zanieczyszczenia powietrza (także z wyszczególnieniem, np. kurz, pył, spaliny). Wskazanie na relacje interpersonalne pojawiło się tylko jeden raz w poniższej odpowiedzi:

Otoczenie nie zwraca uwagi na zaburzenia głosu [A/21].

¹¹ Tamże.

W świetle powyższych wyników można zauważyć, że warunki lokalowe oraz hałas stanowią dla badanej młodzieży akademickiej najważniejsze czynniki mające negatywny wpływ na narząd głosu. W kontekście wykonywania zawodu pedagoga te dwa czynniki stanowią często element jego zawodowego otoczenia.

Bogumiła Tarasiewicz zwraca uwagę na odpowiednią temperaturę (18-21°C) oraz wilgotność powietrza w pomieszczeniach (60-70%), w których głos jest wykorzystywany zawodowo. Autorka podkreśla fakt, iż w czasie fonacji, kiedy powietrze o temperaturze i wilgotności zewnętrznej dostaje się przez usta, konieczna jest dbałość, aby otoczenie pracy posiadało odpowiednie parametry¹².

Wysoki poziom hałasu powoduje zwiększanie głośności podczas mówienia, co w konsekwencji przy tak niepotrzebnej pracy aparatu głosowego trwającego dłuższy czas, naraża pedagoga na zmęczenie narządu głosu¹³.

Głos ludzki ma bowiem określone możliwości i szczególnie w mowie bardzo trudno jest (nie krzycząc) uzyskać znaczną głośność¹⁴.

Badana młodzież akademicka żywi przekonanie, iż również czynniki związane z nieprawidłowymi nawykami emisyjnymi, brakiem wiedzy i umiejętności na temat prawidłowej emisji oraz higieny głosu wpływają negatywnie na narząd głosu (31,3% wszystkich wskazanych czynników¹⁵). Respondenci wskazywali także na inne czynniki predestynujące do powstania schorzeń głosu, takie jak nałogi oraz styl życia (18,7%), natomiast okoliczności, na które człowiek nie ma żadnego wpływu oraz choroby nie związane z narządem głosu stanowiły 17,5% odpowiedzi. Analiza wyników wskazała, że prawie co piąty czynnik powodujący zaburzenia głosu stanowił stres oraz sposoby radzenia sobie ze stresem (13,7%). Badana młodzież akademicka nie traktuje jako najważniejsze czynniki nieleczone choroby narządu głosu (7,5% wszystkich wskazanych czynników) oraz raczej wyklucza cechy osobowości (2,5% wszystkich wskazanych czynników), zaburzenia emocjonalne (2,5% wszystkich wskazanych czynników), nadmierne obciążenie głosu wynikające z wydłużonego czasu pracy głosem (1,3% wszystkich wskazanych czynników) jako czynniki zagrażające sprawności narządu głosu, natomiast zupełnie za takie nie uznaje stosunek do wykonywanego zawodu.

Powyższe wyniki wskazują, iż młodzież akademicka zdecydowanie akcentuje odpowiedzialność za przestrzeganie zasad prawidłowej emisji, dba-

¹² Por. B. Tarasiewicz, *Mówię i śpiewam świadomie*, s. 93.

¹³ Tamże, s. 95.

¹⁴ Tamże.

¹⁵ Respondenci udzielili odpowiedzi, w których zawarli od jednego do pięciu czynników; łącznie wskazując 80 czynników.

nie o higienę głosu oraz nałogi jako elementy wpływające na jakość głosu. Można zatem uznać, iż studenci kierunków pedagogicznych Wydziału Studiów Edukacyjnych zauważają wagę prawidłowej emisji głosu, co stanowi preludeum do opanowania przez nich kompetencji w zakresie emisji i higieny głosu, które Ewa M. Skorek, Grzegorz Hryniewicz oraz Anita Famuła-Jurczak formułują jako

(1) zasób wiedzy, tj. zbiór opisów faktów, zasad, teorii i praktyk dotyczących emisji i higieny głosu, przyswojonych w procesie kształcenia się lub działalności zawodowej, (2) umiejętności, tj. zdolności przejawiane w wykonywanych zadaniach i rozwiązywaniu problemów związanych z emisją i higieną głosu, (3) kompetencje społeczne nabyte i rozwijane w procesie kształcenia się oraz doświadczenia zawodowego, tj. zdolności przejawiane w działaniu związanym z kształtowaniem własnego rozwoju w zakresie emisji i higieny głosu oraz autonomicznego i odpowiedzialnego uczestniczenia w życiu zawodowym i społecznym, z uwzględnieniem etycznego kontekstu własnego postępowania¹⁶.

Odnosząc się do badań przeprowadzonych przez Mirosława Kisiela

zasadniczy wpływ na zdrowie ma styl życia, obejmujący zachowania związane z aktywnością fizyczną, sposobem odżywiania się oraz stosowaniem używek lub środków pobudzających. Z przeprowadzonego sondażu wynika, że w środowisku studentów często nie są dostrzegane zagrożenia wynikające z niezdrowego trybu życia¹⁷.

W przypadku młodzieży akademickiej Wydziału Studiów Edukacyjnych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, styl życia oraz nałogi zostały wskazane na drugim miejscu pod względem liczby wymienianych czynników wpływających negatywnie na narząd głosu.

Ważnym zagadnieniem w obszarze tematycznym obejmującym znaczenie emisji głosu w pracy pedagoga jest rozeznanie objawów chorobowych mogących pojawić się u osób pracujących głosem. Według Bogumiły Tarasiewicz, w chorobach narządu głosu najczęściej pojawiają się dwa podstawowe objawy: dysfonia, czyli chrypka oraz afonia – bezgłos¹⁸.

Wśród wszystkich wskazanych odpowiedzi¹⁹, najwięcej objawów dotyczyło dysfonii (36,9%), określanej między innymi jako chrypa lub chrypka. Symptomy zostały również przedstawione w postaci reakcji „chrząkania”

¹⁶ E.M. Skorek, G. Hryniewicz, A. Famuła-Jurczak, *Zawodowe uwarunkowania zaburzeń głosu u nauczycieli*, s. 214.

¹⁷ Badanie zostało przeprowadzone wśród studentów/słuchaczy kierunków: pedagogika, specjalność edukacja wczesnoszkolna i wychowanie przedszkolne uczelni Śląsko-Zagłębiowskiej Aglomeracji. Por. M. Kisiel, *Przygotowanie przyszłych nauczycieli*, s. 46.

¹⁸ Por. B. Tarasiewicz, *Mówię i śpiewam świadomie*, s. 84.

¹⁹ Respondenci udzielili odpowiedzi, w których zawarli od jednego do sześciu objawów chorobowych; łącznie 91 wskazań.

i „odchrząkiwania”. Na afonię respondenci wskazali w 27,3% objawów, nazywając ten symptom między innymi zanikaniem głosu, bezgłosem. Młodzież akademicka do oznak chorób narządu głosu zaliczyła również inne choroby, objawy innych chorób oraz choroby wskazane w punkcie piętnastym Załącznika do Rozporządzenia Rady Ministrów z 30 czerwca 2009 roku *w sprawie chorób zawodowych*²⁰ (29,3%). Pozostałe objawy stanowiły 6,5% wszystkich odpowiedzi i były to: „zasychanie w gardle”, „suchość w gardle”, „przejęzyczenia”, „ogólne zmęczenie”, „zespół wypalenia zawodowego” oraz „wyczerpanie emocjonalne”.

Eksploracje badawcze pozwalają na wnioskowanie, iż w zdecydowanej większości badana młodzież akademicka ma podstawową wiedzę na temat objawów chorobowych mogących pojawić się u osób pracujących głosem, natomiast posiadane informacje wymagają pewnego uporządkowania i usystematyzowania.

Świadoma praca nad głosem, będąca procesem, w trakcie którego przyszły pedagog opanowuje kompetencje z zakresu emisji i higieny głosu, została opisana przez respondentów w przeważającej części w kontekście zorientowania na umiejętności²¹ (42,9% odpowiedzi) oraz na kompetencje społeczne (35,7% odpowiedzi). Wypowiedzi zawierające więcej niż jeden element stanowiły stosunkowo mały procent wszystkich opinii (14,3%), podobnie jak poglądy odnoszące się do wiedzy z zakresu emisji i higieny głosu (7,1%).

Zorientowanie na umiejętności wskazywało w odpowiedziach na wykonywanie ćwiczeń oraz umiejętności z zakresu emisji głosu:

[Świadoma praca nad głosem to – uzup. M. K., A.K.] *usprawnianie motoryki narządów mowy, prawidłowa fonacja, regulacja siły i natężenia głosu, umiejętność modulowania głosu oraz prawidłowe oddychanie przy wykorzystaniu pracy przepony* [A/14].

[Świadoma praca nad głosem to – uzup. M. K., A.K.] *wykonywanie ćwiczeń oddechowych oraz rozluźniających aparat mowy* [A/26].

²⁰ Ustawodawca w punkcie piętnastym Załącznika do Rozporządzenia Rady Ministrów z 30 czerwca 2009 roku *W sprawie chorób zawodowych* wyszczególnił następujące przewlekłe choroby narządu głosu spowodowane nadmiernym wysiłkiem głosowym, trwającym co najmniej 15 lat: 1) guzki głosowe twarde – 2 lata, 2) wtórne zmiany przerostowe fałdów głosowych – 2 lata, 3) niedowład mięśni wewnętrznych krtani z wrzecionowatą niedomykalnością fonacyjną głośni i trwałą dysfonią.

²¹ Odpowiedzi udzielone przez badaną młodzież akademicką odniesiono do elementów kompetencji z zakresu emisji i higieny głosu zaproponowanych przez Ewę M. Skorek, Grzegorza Hryniewicza oraz Anitę Famuła-Jurczak – wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych. W analizie wyników badań ujęto również odpowiedzi zawierające więcej niż jeden element. Por. E.M. Skorek, G. Hryniewicz, A. Famuła-Jurczak, *Zawodowe uwarunkowania zaburzeń głosu u nauczycieli*, s. 214.

Myślenie o świadomej pracy nad głosem w kategorii kompetencji społecznych odnosiło się w odpowiedziach respondentów do własnego rozwoju:

[Świadoma praca nad głosem to – uzup. M. K., A.K.] *dbanie o rozwój swoich kompetencji i ulepszanie swojego warsztatu pracy* [A/18].

[Świadoma praca nad głosem to – uzup. M. K., A.K.] *rozwijanie posiadanych warunków głosowych i nauka poprawnego operowania głosem* [A/31].

Jakość prowadzenia zajęć zależy od wielu czynników, w tym również od poprawnej wymowy, której podstawowymi składnikami są: prawidłowe oddychanie, czysta tonacja, wyraźna artykulacja, właściwe frazowanie, akcentowanie i intonacja²². Monika Kaźmierczak podkreśla, iż technika mówienia wiąże się zatem z kilkoma innymi technikami:

- 1) oddychania;
- 2) prowadzenia głosu;
- 3) artykulacyjną²³.

Respondenci mieli wymienić elementy prawidłowej techniki mowy, które mogą mieć wpływ na jakość prowadzenia zajęć. Odniesienie do wyszczególnionych przez Monikę Kaźmierczak technik pozwoliło zaobserwować, iż badana młodzież akademicka kierunków pedagogicznych przypisuje umiejętności prawidłowego oddychania największe znaczenie w kontekście nauczania (29,8%). Poglądy te potwierdza Aneta Łastik, zaznaczając, iż rozpoznanie indywidualnego rytmu oddychania jest pierwszym etapem pracy nad głosem²⁴. Zapoznanie się z własnym oddechem jest ważne już na etapie przygotowania ucznia do występów publicznych, które

należy rozpocząć od opanowania pełnego i racjonalnego oddychania, od wyrobienia długiej fazy wydechowej, stosowania równomiernej siły wydechu, ekonomicznego wydatkowania powietrza oraz od zsynchronizowania pauz oddechowych z treścią wypowiedzi – które stwarzają optymalne możliwości głosowe i przeciwdziałają zmęczeniu²⁵.

Respondenci uznali, iż zarówno technika artykulacyjna (25,9%), jak i technika prowadzenia głosu (25,4%) mogą mieć wpływ na jakość prowadzenia zajęć, stąd odwołania do powyższych technik stanowiły porównywalny pod względem wskazań procent odpowiedzi. Ćwiczenia artykulacyjne wpływają

²² Por. M. Kaźmierczak, *Technika mówienia a kompetencje językowo-komunikacyjne nauczyciela i ucznia*, Litteraria Copernicana, 2016, 1(17), s. 145.

²³ Tamże.

²⁴ Por. A. Łastik, *Poznaj swój głos*, Warszawa 2011, s. 21.

²⁵ M. Kaźmierczak, *Technika mówienia a kompetencje językowo-komunikacyjne*, s. 146.

ce na wyrazistość wypowiedzi, odpowiednie frazowanie i akcentowanie oraz intonacja składają się, obok oddechu oraz warstwy estetycznej i logicznej wypowiedzi, na warunki skutecznej komunikacji²⁶, co ma szczególne znaczenie w pracy z drugim człowiekiem. Warto w tym miejscu podkreślić, iż obok komunikacji werbalnej, bardzo ważną rolę w relacjach międzyludzkich odgrywa także komunikacja niewerbalna. Według Anny Pawiak,

komunikowanie niewerbalne jest uzupełnieniem i wzmocnieniem bezpośredniego, ustnego porozumiewania werbalnego, z którym jest nierozzerwalnie związane. Ze względu na przeplatanie i uzupełnianie komunikatów werbalnych, nie da się uniknąć, czy też zignorować tych drugich, tym bardziej że słowny komponent w konwersacjach bezpośrednich stanowi mniej niż 35%, a jak twierdzi amerykański profesor psychologii R. Briedwhistell 65% informacji, czyli aż 2/3 komunikatów przekazywanych jest właśnie kanałem niewerbalnym²⁷.

Ze względu na wielość wątków składających się ten obszar tematyczny, stanowić on może przedmiot rozważań odrębnego opracowania, uwzględniającego również kontekst eksploracyjny w odniesieniu do poglądów młodzieży akademickiej na temat znaczenia komunikacji niewerbalnej w pracy pedagoga.

Wnioski końcowe

Prowadzenie zajęć, zarówno o charakterze teoretycznym, jak i praktycznym, stanowi swoisty rodzaj wystąpienia publicznego, podczas którego szczególne znaczenie ma edukacyjny profil wypowiedzi. W procesie kształtowania postaw i umiejętności oraz upowszechniania wiedzy powinno dążyć się do jak najwyższej jakości przekazu. Refleksyjne myślenie o sobie jako o reprezentancie wygłaszanych treści staje się pierwszym krokiem do kształtowania własnego rozwoju w pracy z głosem, umiejętności wyrażania myśli²⁸ oraz zwracania uwagi na elementy poprawnej emisji i higieny głosu. Zarówno sprawność techniczna, jak i walory ekspresywno-estetyczne brzmieniowej warstwy wypowiedzi oraz walory impresywne – skuteczność i sugestywność wypowiedzi²⁹ – to aspekty rozumienia i wartościowania przez pedagoga „słowa mówionego,

²⁶ Por. tamże, s. 145.

²⁷ A. Pawiak, *Znaczenie komunikacji niewerbalnej nauczycieli akademickich w opinii studentów studiów stacjonarnych (komunikat z badań)*, Szczecin 2009, s. 305, za: A. Peasz *Język ciała*, Kraków 1997, s. 12.

²⁸ Na znaczenie umiejętności wyrażania myśli, odpowiedniego wypowiedzenia uwypuklającego semantykę oraz na wyszkolone lub wrodzone umiejętności w tym zakresie zwracał już uwagę Arystoteles, co podkreśla w swojej publikacji Jakub Zdzisław Lichański. Por. J.Z. Lichański, *Retoryka i oralność: przypomnienia*, *Quaestiones Oralitatis*, 2016, II, 1, s. 12.

²⁹ W. Kostecka, *Emisja głosu*, s. 46 za: J. Kram, *Zarys kultury żywego słowa*, Warszawa 1995.

ujmowanego w szerszym kontekście kultury językowej³⁰. Jak podkreśla Stanisław Śnieżewski, Kwintylian wymagał od przyszłego mówcy gruntownego i rozległego wykształcenia³¹. Podążając za pierwszym profesorem retoryki w Rzymie³² oraz mając na względzie decyzje związane z wyborem zawodu pedagoga, ważne stają się: stała gotowość do naukowego poznania zagadnień w obszarze komunikacji interpersonalnej, ciekawość poznawcza w zakresie zdrowego stylu życia oraz podnoszenie swoich kompetencji poprzez rozwój umiejętności w kontekście elementów prawidłowej emisji głosu.

BIBLIOGRAFIA

- Frankfort-Nachmias Ch., Nachmias D., *Metody badawcze w naukach społecznych*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2001.
- Każmierczak M., *Technika mówienia a kompetencje językowo-komunikacyjne nauczyciela i ucznia*, Litteraria Copernicana, 2016, 1(17).
- Kisiel M., *Przygotowanie przyszłych nauczycieli do wzmożonej aktywności głosowej w pracy dydaktyczno-wychowawczej*, [w:] *Emisja głosu w przestrzeni edukacyjnej, artystycznej i terapeutycznej*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Wydział Pedagogiki, Psychologii i Socjologii Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra 2020.
- Kostecka W., *Emisja głosu jako ważny przedmiot w kształceniu nauczycieli*, Zeszyty Naukowe WSSP, 2013, 16.
- Kram J., *Zarys kultury żywego słowa*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1995.
- Lichański J.Z., *Retoryka i oralność: przypomnienia*, Quaestiones Oralitatis, 2016, II, 1.
- Łastik A., *Poznaj swój głos*, Wydawnictwo Studio Emka, Warszawa 2011.
- Marek K. (red.), *Choroby zawodowe*, WL PZWL, Warszawa 2001.
- Peasz A., *Język ciała*, Kraków 1997.
- Pawiać A., *Znaczenie komunikacji niewerbalnej nauczycieli akademickich w opinii studentów studiów stacjonarnych (komunikat z badań)*, Wydawnictwo WSH TWP, Szczecin 2009.
- Radwańska K., *Rola i miejsce emisji głosu w procesie kształcenia nauczycieli*, Rozprawy Naukowe Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wrocław 2014.
- Skorek Ewa M., Hryniewicz G., Famuła-Jurczak A., *Zawodowe uwarunkowania zaburzeń głosu u nauczycieli szkół podstawowych – wybrane zagadnienia*, [w:] *Emisja głosu w przestrzeni edukacyjnej, artystycznej i terapeutycznej*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Wydział Pedagogiki, Psychologii i Socjologii Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra 2020.
- Śnieżewski S., *Marek Fabiusz Kwintylian, Institutio oratoria, księga XI 1,1 – XI 3, 29*, Symbolae Philologorum Posnaniensium Graecae et Latinae, 2012, XXII/1.
- Tarasiewicz B., *Mówię i śpiewam świadomie. Podręcznik do nauki emisji głosu*, Wydawnictwo Universitas, Kraków 2011.

Źródła

Rozporządzenie Rady Ministrów z 30 czerwca 2009 roku *W sprawie chorób zawodowych* (DzU 2009, nr 105, poz. 869).

³⁰ Tamże.

³¹ S. Śnieżewski, *Marek Fabiusz Kwintylian, Institutio oratoria, księga XI 1,1 – XI 3, 29*, Symbolae Philologorum Posnaniensium Graecae et Latinae, 2012, XXII/1, s. 91.

³² Tamże, s. 89.