

# Sofia Palamar

---

## Metody przygotowania wokalisty do występu na estradzie

---

Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Edukacja  
Muzyczna 6, 173-177

---

2011

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach  
dozwolonego użytku.

Sofia PALAMAR

PSM we Lwowie

## **Metody przygotowania wokalisty do występu na estradzie**

Niniejszy artykuł jest rodzajem osobistej refleksji nad problemami, z którymi mierzy się każdy koncertujący śpiewak. Zagadnienie przygotowania muzyka do udanego występu na estradzie jest jednym z najważniejszych tematów w pracach teoretycznych dotyczących wykonawstwa muzycznego. Szczególnej aktualności problem ten nabiera w kontekście przygotowania wokalisty, ponieważ instrumentem za pomocą którego odbywa się występ, jest głos ludzki – najbardziej wrażliwy i unikatowy ze wszystkich instrumentów. Jest on częścią organizmu, co uniemożliwia wzrokową kontrolę procesu wykonania, zmienia również warunki kontroli słuchowej (wykonawca słyszy siebie inaczej niż otaczający go ludzie). Po drugie, występ wokalisty odbywa się zazwyczaj w towarzystwie jednego lub kilku innych wykonawców, co wiąże się także z przezwyciężaniem pewnej psychologicznej bariery oraz z koniecznością współpracy muzyków. Każdy koncert jest zatem aktem napiętej pracy twórczej samego wokalisty, jak i jego współpracy z innymi artystami.

Nie ma muzyka, który chociaż raz nie ucierpiałby od negatywnego wpływu scenicznej tremy, co niewątpliwie jest skutkiem nieprawidłowej metody przygotowania do występu i braku modelu organizacji tego procesu. Metodyka psychologicznej adaptacji wokalisty do publicznej prezentacji jest wciąż niedoceniana. Jej celem jest między innymi wyposażenie wykonawcy w niezbędne środki, które dadzą mu możliwość panowania nad emocjami podczas występu. Psychologiczne przygotowanie muzyka stanowi element konieczny, można powiedzieć rozstrzygający o pełnym przygotowaniu do publicznej prezentacji. Ten podstawowy problem wykonawstwa wokalnego do tej pory nie został wystarczająco zbadany i opisany. W obszarze pedagogiki wokalnej i metodyki wykonawstwa w literaturze ukraińskiej nie ma prac zajmujących się wspomnianym tematem. Pewne porady można jedynie znaleźć w wypowiedziach i spostrzeżeniach wy-

bitnych artystów i pedagogów. Autorami nielicznych uwag i spostrzeżeń poświęconych temu zagadnieniu byli wybitni artyści i pedagodzy: O. Bandriwska<sup>1</sup>, N. Gedda<sup>2</sup>, B. Gigli<sup>3</sup>, P. Gołubiew<sup>4</sup>, D. Jewtuszenko<sup>5</sup>, S. Kruszelnicka<sup>6</sup>, O. Mi-szuga<sup>7</sup>, M. Menciski<sup>8</sup>, M. Mikisza<sup>9</sup>, O. Murawjow<sup>10</sup>, E. Nesterenko<sup>11</sup>, M. Re-isen<sup>12</sup>; we wspomnieniach o znanych wykonawcach: M. Battistini<sup>13</sup>, W. Ignatenka<sup>14</sup>, I. Małaniok<sup>15</sup>, P. Karmaliok<sup>16</sup>, H. Obrazcowa<sup>17</sup>, P. Lisician<sup>18</sup> i inni. Nato-miast problemy organizacji samodzielnej pracy studenta-wokalisty podczas na-uki śpiewu solowego porusza tylko jeden artykuł – O. Menabeni<sup>19</sup>. W dziedzinie

- 
- <sup>1</sup> O. Бандрівська, *Науково-методичні праці, статті, рецензії* //Наукові збірки ЛДМА ім. М. Лисенка [ред.кол.: С. Павлишин та ін.; упор., ред. Мисько-Пасічник Р.]. – Вип.6. – Львів, 2002.– 147 с.
- <sup>2</sup> Н. Гедда, *Дар не дається безплатно* [літер. запис Айни Селлермарк; перевод со шведс.]. – М.: Радуга, 1983. – 252 с.
- <sup>3</sup> Б. Джильи, *Воспоминания*. [пер. с итал. И. Константиновой; ред. и прим. С. Левика]. – Л.: Музыка, 1964. – 372 с.
- <sup>4</sup> П. В. Голубев, *Советы молодым педагогам-вокалистам*. – М.: Госуд.муз.изд-во, 1956. – 104 с.
- <sup>5</sup> Д. Євтушенко, *Роздуми про голос* (Нотатки педагога-вокаліста). – К.: Музична Україна, 1979. – 91 с.
- <sup>6</sup> С. Крушельницька, *Спогади. Матеріали. Листування: У двох част.* [вст.стаття, упор. і прим. М. Головащенко]. – 1 ч. – К.: Музична Україна, 1978.- 398 с.
- <sup>7</sup> О. Мишуга *Спогади. Матеріали. Листи* [упор. М. Головащенко]. – К.: Музична Україна, 1971. – 778 с.
- <sup>8</sup> М. Менцинський, *Спогади. Матеріали. Листування* [авт.-упор. М. Головащенко]. – К.: „Рада”, 1995. – 462 с., іл.
- <sup>9</sup> М. Микиша, *Практичні основи вокального мистецтва* [літер.виклад М.Головащенко]. – 2-ге вид. – К.: Музична Україна, 1985. — 80 с.
- <sup>10</sup> О. Муравйова, *Спогади. Матеріали* [упор. і прим. Г.Філіпенко]. – К.: Музична Україна, 1984. – 150 с.
- <sup>11</sup> Е. Нестеренко, *Размышление о профессии*. – М.: Искусство, 1985. – 98 с.
- <sup>12</sup> М. Рейзен, *Автобиографические записки. Статьи. Воспоминания* [сост. и ред. Е.А.Грошевой]. – М.: Советский композитор, 1980. – 303 с. + 24 л. илл.
- <sup>13</sup> Ф. Пальмеджани, *Маттиа Баттистини: Король баритонов*. – М.: Музыка, 1966. – 180 с.
- <sup>14</sup> М. Логойда, *Життєвий та творчий шлях Володимира Ігнатенка*. – Львів: НВФ „Українські технології”, 2003. – 152 с.
- <sup>15</sup> І. Маланюк, *Голос серця: Автобіографія співачки* [пер. А.Ільницької, комент. та довідк. відділ Б.Котюк]. – Львів: „Collegium musicum” Львівського товариства Р.Вагнера, 2001. – 306 с.
- <sup>16</sup> В. Чайка, *Павло Кармалюк: Життя та творчість актора, співака, вчителя*. – Львів : „Місіонер”, 2002. – 136 с.
- <sup>17</sup> Р. Шейко, *Елена Образцова. Записки в пути. Диалоги*. – М.: Искусство, 1984. – 362 с.
- <sup>18</sup> С.Б. Яковенко, *Павел Герасимович Лисициан: Уроки одной жизни*. – М.: Музыка, 1989. – 143 с., ил.
- <sup>19</sup> А.Г. Менабени, *Самостоятельная работа студента при обучении сольному пению* // Вопросы вокальной педагогики: сб.статей [под ред. Л.Б.Дмитриева]. – М.: Музыка, 1976. – Вып.5. – С.277-261.

psychologii wykonawstwa istotne są prace L. Ancyferowej<sup>20</sup>, L. Wygotskiego<sup>21</sup>, N. Lifarewój<sup>22</sup>, N. Korychałowój<sup>23</sup>, J. Nazajkinskiego<sup>24</sup>, które nie rozpatrują procesu psychologicznych parametrów przygotowania wokalisty do występu ale dotyczą psychologii muzycznych zdolności, ogólnych zagadnień związków psychiki z działalnością artystyczną, jak również psychologii sztuki. Ciekawy przykład nauki śpiewu można zaobserwować, studiując plan zajęć wokalistów w Szkole Śpiewu i Kompozycji w Watykanie, który przekazał włoski kompozytor Virgilio Mazzocchi (1597–1646):

[...] rano są trzy godziny zajęć, z których pierwszą przeznaczają się na „śpiew trudności”, drugą na studiowanie literatury muzycznej, ostatnią na ćwiczenia przed lustrem. Wieczorem powtarza się porcja zajęć: godzina na muzyczną teorię, godzina na kompozycję, godzina na literaturę muzyczną. Przewidziana jest również gra na klawesynie i improwizacja. Podczas spacerów ćwiczy się śpiew na powietrzu. Wreszcie wieczorem zalecane jest słuchanie muzyki z obowiązkowym sprawozdaniem nauczycielowi<sup>25</sup>.

Podsumowując rozważania na temat literatury przedmiotu, nasuwa się wniosek, że zasygnalizowany problem nie został dotychczas wystarczająco omówiony i zasługuje na opracowanie.

Rozpatrując metody psychologicznego przygotowania wokalisty do występu na estradzie, w pierwszej kolejności należy uświadomić sobie kolejne etapy pracy nad utworem, z wyznaczeniem granic czasowych każdego z nich: od samodzielnego zapoznania się z kompozycją poprzez wspólne dopracowanie szczegółów wykonawczych wraz z towarzyszącym pianistą; następnie przed-koncertowego wykonania do właściwej realizacji utworu na estradzie.

W tym kontekście, w pierwszej kolejności, wokalista w ramach przygotowań do występu powinien bezwzględnie dokonać analizy wszystkich elementów, a w dalszej kolejności wybrać środki, które wpłyną optymalnie na jego stan psychiczny podczas koncertu. Pozwoli to w przyszłości prawidłowo zbalansować emocje oraz wszystkie komponenty aktu twórczego. Osiągnięta w ten sposób harmonia zapewni samokontrolę we wszystkich sferach wykonawstwa. Te działania będą sprzyjać przekonującemu wcieleniu dzieła muzycznego w obraz sceniczny.

<sup>20</sup> Л.И. Анцыферова, *Принцип связи психики и деятельности и методология психологии* // Методологические и теоретические проблемы психологии: сб. статей. – М.: Наука, 1969. – 174 с.

<sup>21</sup> Л.С. Выготский, *Психология искусства*. – М.: Искусство, 1965. – 378 с.

<sup>22</sup> Н.В. Ліфарева, *Психологія особистості: навчальний посібник*. – К.: Центр навч. літератури, 2003. – 237 с.

<sup>23</sup> Н. Корыхалова, *Интерпретация музыки. Теоретические проблемы музыкального исполнительства и критический анализ их разработки в современной буржуазной эстетике*. – Л.: Музыка, 1979. – 208 с.

<sup>24</sup> Е. Назайкинский, *О психологии музыкального восприятия*. – М.: Музыка, 1972. – 383 с.

<sup>25</sup> К. Кузнецов, *Музыкально-исторические портреты: Биографии композиторов: Избранные страницы их творчества*. – М.: Музгиз, 1937. – 199 с.

Drugim etapem w przygotowaniu wokalisty staje się współpraca z pianistą-akompaniatorem. Na drodze do udanego występu na estradzie właśnie ten etap można nazwać dominującym, ponieważ od niego zależy psychologiczne nastawienie na „pracę we współdziałaniu” – psychologiczne zbliżenie się wykonawców. Ten etap trwa zazwyczaj 3 tygodnie i realizuje się równolegle na dwóch płaszczyznach. Na jednej z nich poprzez werbalne środki (wyjaśnienie, omawianie) krystalizuje się wspólne „spojrzenie” na utwór, uzgadnia się prawidłowe dynamiczne proporcje i agogiczne odchylenia. Nad utworem wykonawcy pracują w powściągliwym tempie w sposób fragmentaryczny z zaznaczeniem skomplikowanych miejsc, a po krótkim czasie, od początku do końca z doprowadzeniem do docelowego (narzuconego przez kompozytora) tempa. Bardzo pomocnym na tym etapie może być przesłuchiwanie dostępnych nagrań. Posiadając w świadomości już gotowy obraz dźwiękowy, wokalista nie tylko lepiej przyswaja utwór, ale w pełnej mierze zabezpiecza się przed niektórymi błędami w interpretacji i sprawdza własną wizję artystyczną. Na drugiej płaszczyźnie odbywa się praca nad sobą: doskonalenie silnych cech charakteru i zdolności do samoregulacji, psychologiczne przygotowywanie się do występu, opanowanie metod wewnętrznej odbudowy i relaksu. Do tego celu służą:

- medytacje i relaks całego organizmu, ze stopniowym „zanurzeniem się” w emocje występu i pozytywnym nastawieniem na publiczne wykonanie;
- powtarzanie wykonywania utworu na różne sposoby: najpierw tylko w umyśle i bez instrumentu, a następnie z właściwą dynamiką solo bez towarzyszenia instrumentu;
- przygotowanie roli w sferze wyobraźni – możliwe jest tu nawiązywanie do wizerunku i zachowań scenicznych oraz interpretacji ulubionego wykonawcy. Te działania będą wywoływać nowy stan psychiczny, w którym będzie dominować uczucie pewności siebie i pozytywne postrzeganie występu publicznego. Wszystko to będzie sprzyjało rozwojowi samokontroli, samoregulacji, niwelacji mięśniowego napięcia i kształtowaniu prawidłowego scenicznego samopoczucia.

Podczas trzeciego etapu pracy doskonalą się psychologiczne mechanizmy wykonania pod kątem przygotowania wokalisty do występu publicznego. Czas trwania tego okresu nie powinien przekraczać dwóch tygodni. Koniecznym jest dokonanie następujących działań:

- po przećwiczeniu „domniemanego występu” odegranie programu w sali koncertowej przed realną publicznością (słuchaczami mogą zostać koleżanki, krewni, znajomi, studenci z roku);
- prowadzenie dzienniczka z dokładnym opisem wszystkich pozytywnych i negatywnych momentów, które powstały podczas wykonania programu przed publicznością w sali koncertowej. Celem tego etapu staje się uświadomienie wyrazowej strony interpretacji, ocena kondycji psychicznej, zro-

zumienie treści estradowej tremy, próba znalezienia sposobów samokontroli i samoregulacji stanu psychicznego.

Ostatnim, czwartym etapem jest właściwy występ koncertowy. Wtedy następuje próba maksymalnie twórczej realizacji przygotowań, przedstawienie artystycznej wizji w rzeczywistości sali koncertowej. Konieczna wówczas umiejętność wysokiej koncentracji jest warunkiem prawdziwego i przekonującego wykonania. Ten etap również przewiduje prowadzenie dzienniczka, ze szczególnym odnotowaniem pozytywnych i negatywnych momentów występu, analizy psychologicznych i zewnętrznych czynników i niespodzianek, które powstały podczas wykonania.

Kształtowanie modelu przygotowania wokalisty do udanego występu na estradzie koncertowej jest bardzo istotnym czynnikiem twórczego i profesjonalnego rozwoju wykonawcy.

## **Summary**

### **Methods of preparing vocalist to the performance**

This article is kind of personal reflection of author on the problems which are deal by every performing vocalist. It doesn't have any scientific value, but it is kind of instruction in field defined in title.