



Danijela Župančić

PSIHOLOGIJA I PJEVANJE

Psihologija kao znanost proučava unutrašnji svijet čovjeka, njegove psihičke osobine i zauzima vrlo važnu ulogu u umjetničkom životu pojedinca.

Pjevanje je povezano s mnogim psihičkim manifestacijama. Učenik ili student mora imati interes i želju za učenjem pjevanja, a da bi dobro pjevao, potrebne su sklonosti kao muzikalnost, ritam i sluh. Prilikom pjevanja on izražava svoje i skladateljeve osjećaje. Za to je potrebna jaka volja i određene crte karaktera bez kojih ne bi mogao biti uspješan. Te su psihološke kategorije strogo individualne, a u pjevačevu radu imaju odlučujuću ulogu. Pored glazbenih sposobnosti i talenta potrebne su pozitivne psihičke kvalitete kao npr. ustrajnost, motivacija, volja i upornost. Mnogo manji uspjeh postići će netko trom, dekoncentriran, bez jačih emocija, bez inicijative, ustrajnosti i volje.

Ti spomenuti psihički procesi proučavaju se u sferi znanja, emocije i volje, a proučavanje psihičkih pojava zasniva se na analizi rada centralnoga živčanoga sustava jer je psiha proizvod njegove aktivnosti. Psihički procesi koji se javljaju tijekom učenja pjevanja kod učenika, a i pedagoga su sljedeći:

Sfera zapažanja

Predstavlja sposobnost osjetila da u našoj svijesti registriraju pojave koje mogu imati utjecaj na stanje i rad unutarnjih organa. Tijekom fonacije sudjeluju osjetila sluha, vida i senzibiliteta. Razvija se proces zapažanja rada glasovnog aparata kao i disanja te artikuliranja. Time pjevač postiže osjećaj zvuka, mjesto vibracije i rezonance tona, osjećaj oslonca na dahu i pokreta (jesu li slobodni ili ukočeni).

Pozornost

Pozornost je usmjerenost psihičke djelatnosti na dani objekt. Pri tom se javlja koncentracija nadražaja u kori velikoga mozga na jednom njegovu dijelu dok su drugi dijelovi zakočeni. To znači da se prilikom učenja pjevanja treba koncentrirati na suštinsku radnju koja se izvodi. Ako se naprimjer uči pjevanje »na dahu«, potrebno je to raditi vrlo koncentrirano i ne rasipati pozornost na druge stvari. U početku učenja pjevanja bolje je suziti krug interesa na određene stvari nego na više djelatnosti jer rad ne će biti učinkovit. Pozornost je potrebno vježbati tijekom sata, ali bolje je učinkovito to činiti dvadesetak minuta nego više od sat-dva bez rezultata.

Razvoj pozornosti

Važno svojstvo pozornosti jest mogućnost njezina raspoređivanja na objekte ili radnje koje se odvijaju istovremeno. Student ili učenik slušaju predavanje i zapisuju ono što je važno u tom predavanju.

Pjevač istovremeno prilikom izvođenja obraća pozornost na više toga: kontrolu zvuka, gledanje u dirigenta, ponašanje i kretanje na sceni. Znači, njegova je pozornost dobro raspoređena ovisno o trenutačnoj situaciji. Tu koncentraciju može poremetiti došaptavanje publike, kretanje nekoga u dvorani za vrijeme izvedbe, u novije vrijeme i zvuk mobitela i slično. U tom slučaju treba odvojiti važno od nevažnoga i pozornost usmjeriti na kvalitetu izvođenja. Za sve to spomenuto potrebni su iskustvo, sposobnost koncentracije i pravilno raspoređivanje pozornosti. S vremenom se ona automatizira.

Pamćenje

Pamćenje je svojstvo psihe da se doživljaj zapamti, smjesti u svijest i reproducira. Sve što se osjeti, doživi i učini ostaje u našem pamćenju. Za pjevača je važno pamćenje glazbe i vokalnih pokreta.

Ono je individualno. Netko brže nauči pjesmu, ili ulogu, a drugomu treba mnogo više vremena. Za bolje pamćenje korisne su asocijacije tijekom učenja.

Razvoj pamćenja

Ponavljanje je osnova svakoga pamćenja. Ono mora biti višekratno, ali i zanimljivo, osmišljeno, inače će prijeći u dosadu. Za pamćenje je važno razviti logiku unutar kompozicije u strukturi melodije i izmjenama harmonije i ritma. Ponavljanje ne smije biti zamorno jer predstavlja velik napor. Ovisi i o količini materijala koji trebamo otpjevati, a najvažnije je naučiti točno kako se grješke ne bi ponavljale jer se poslije teško uklanjaju. Pamćenje se s vremenom i zrelošću, naravno, sve više razvija.

Razmišljanje

Razmišljanje u pjevanju neophodno je za pjevača kao i za njegova pedagoga. Ovdje se obavljaju psihičke radnje kao što su analiza, sinteza, uspoređivanje i asocijacija. Neprekidno razmišljanje o kvaliteti proizvedenoga tona i mogućnostima poboljšavanja tona nešto je što bi trebalo biti svakodnevno. Pjevanje je individualna umjetnost i pedagog treba učenika upućivati da se sam sluša i razmišlja o svakoj radnji, kako bi prepoznao i uklonio nedostatke. Budući da je uspoređivanje osnova svakoga zapazanja, treba potaknuti učenika da se uspoređuje, ali i kritički razmišlja o koristi takve primjene na sebe i svoj glas.

Mašta

Mašta je ponajprije potrebna pri radu na vokalnoj tehnici. Tehnika pjevanja opisuje se riječima, no za razumijevanje tih pojmova potrebna je mašta (visoka impostacija u masku, zvuk u rezonatoru, pjevanje »na dahu«, naprijed i prirodno izgovoren vokal). Pjevač sam stvara vlastiti pjevački model, a tu se razvija mašta sluha, pokreta, osjećaj vibracije jer je to osnova vokalne tehnike. Također postoji





i stvaralačka mašta kako sebi predstaviti neko umjetničko djelo. To ovisi o razdoblju u kojem je zadano djelo nastalo, poznavanju stila određenoga skladatelja tog vremena i teksta koji želimo izgovoriti – otpjevati na određeni način.

Sfera emocija

Glazbu nazivaju jezikom emocija. Idealna je da se preko nje izraze psihički procesi. Pri izvođenju pjevač doživljava različite emocije. Prije nastupa emociju napetosti i neku vrstu straha koja se smanjuje osjećajem olakšanja radosti nakon uspjeha. Emocije su neophodne za izvođenje jer preko njih pjevač uspostavlja stvaralački kontakt s publikom. Pedagog mora podržavati te pozitivne emocije i bodriti učenika te ne pokazivati nezadovoljstvo tijekom izvođenja. Postoje aktivirajuće emocije koje povećavaju energiju organizma, ali, nažalost, i deprimirajuće koje snižavaju energiju i nepoželjne su.

Za dobru izvedbu neophodno je bogatstvo emocija. Bez toga čovjek nije umjetnik. Važno je samo ne prijeći granicu u tome jer će remetiti pravilno pjevanje.

Raspoloženje

Raspoloženje je jedno od čovjekovih emocionalnih stanja. Ovisi o mnogim čimbenicima. Kod pjevača je to privatni život, utjecaj okoline te stanje njegova glasa (zdravlje). Ako je sve u redu, raspo-

ložnje će biti dobro, a pjevač pun samopouzdanja. No ponekad ne ide sve kako treba. U tim situacijama treba naučiti vladati svojim emocijama pa prije nekih važnijih nastupa izbjegavati neugodne situacije i ljude. Postoje trenutci kad su neki veliki pjevači bili indisponirani, bez volje, no uspjeh im nije izostao jer su naučili kontrolirati područje emocija.

Volja

Volja podrazumijeva svjesno, planirano postavljanje ciljeva. Vokalna umjetnost jedna je od najtežih umjetnosti uopće i u njoj su uspjeli uvijek oni ljudi s izraženom jakom voljom i stvaralačkim karakterom. Praksa pokazuje da ne uspijevaju nužno oni s lijepim glasovima, već vrijedni i potpuno posvećeni. Svaki posao zahtijeva žrtvu, ali na kraju slijedi uspjeh koji nadoknađuje sve tegobe nastale tijekom rada.

Stvaralaštvo u pjevanju

Svaka čovjekova djelatnost može se promatrati s gledišta stvaralaštva i zanata. U pjevanju je vrlo važno ovladati znanom (tehnikom) i na osnovi toga nadograđivati stvaralaštvo. Stvaralaštvo puno emocija, ali bez zanatske osnove vrlo je nesigurna konstrukcija koja se s vremenom može oštetiti. Dobra kombinacija toga dvoga osigurava odgovarajuću umjetničku razinu.

OTPJEVNI PSALMI

Dugogodišnji dirigent mješovitog katedralnog zbora u Zagrebu dr. Vladimir Babuš objavio je travnju ove godine zbirku pod naslovom *Otpjevni psalmi za liturgijsku godinu A, B, C*. Psalmi su oduvijek bili moćna inspiracija crkvenim ali i svjetovnim glazbenicima pa je tako i ova zbirka svjedok velikog angažmana i volje autora da njegovi psalmi ugledaju svjetlo dana i da dođu u ruke voditeljima crkvenog liturgijskog pjevanja koji će ih rado koristiti u liturgijskom pjevanju slaveći Gospodina. Knjiga se može nabaviti u knjižari sv. Antuna.

