

Izabela Drobotowicz-Orkisz

Dyrektor Teatru Hagiograf

### Głos - ikona akustyczna człowieka.

Strona | 9

Niedawno byłam na pięknym koncercie. Ośmioro śpiewaków stało w kręgu, twarzami do środka. Wnętrze było cudowne, aranżacja, śpiew – wspaniałe. W pewnym momencie moją uwagę, a raczej „fachowe oko” zaczął przykuwać Wykonawca stojący do mnie profilem, widoczny w całej sylwetce. Ciągłe przenosił ciężar ciała, do przodu – do tyłu, wyciągał ręce do pulpitu, jednym słowem, mimo że robił to wolno, to wciąż przesunął środek ciężkości. Skutek? Mimo ładnego śpiewu dla mnie widoczne kłopoty z oddechem, gospodarowaniem powietrzem i stresem. Zapewne wykorzystanie tylko częściowo swego potencjału głosowego... Męczyłam się, jeśli patrzyłam. Uwaga fachowa: pewne stanie, ustabilizowana i wyprostowana sylwetka są podstawą dobrej fonacji czyli wytwarzania głosu.

Zauważyliście Państwo, że latem lepiej i swobodniej mówimy? Lepiej posługujemy się głosem, jesteśmy bardziej skłonni do eksperymentowania z nim? Nie próbowaliście? Szkoda. Spróbujcie jeszcze uwolnić swój głos przez radosne nawoływanie w wolnej przestrzeni. Tylko nie płońcie ptasząt... Aby poprawić pracę głosem – przyglądajcie się Państwo zdrowym, radosnym dzieciom poniżej 5 roku życia... One krzyczą, wołają cały dzień – bez chryпки. To znaczy, że prawidłowo emitują głos, mają naturalną fonację. Spróbujcie odwzorować to u siebie. I uważajcie na klimatyzację!

Jestem zawodową aktorką i, prócz pracy scenicznej, od niemal 30 lat uczę posługiwania się głosem i przygotowuję bardzo różne osoby do występów publicznych. Pracuję własną autorską metodą, opierającą się na trzech filarach: warsztacie aktorskim, personalizmie i logoterapii Viktora Frankla - z tej szkoły psychoterapii uzyskałam certyfikat. Stale uzupełniam swoją wiedzę z różnych dziedzin, aby móc lepiej służyć pomocą tym, dla których prowadzę szkolenia. Są to osoby w bardzo różnym wieku - od gimnazjalistów po nestorów, a także różnych profesji – od nauczycieli, przez kleryków do biznesmenów. Szerokie pole doświadczeń dają mi również warsztaty ze studentami.

Wielu ludzi myśli, że głos zależy od zdrowia tzw. gardła. Tymczasem to jak mówimy jest zależne od wszystkich trzech sfer osoby ludzkiej: fizycznej, psychicznej i duchowej. Najlepiej to syntetyzuje zdanie zaczerpnięte z pism mistyka chrześcijańskiego wschodu, Pawła Floreńskiego: „Głos to ikona akustyczna człowieka”. Brzmienie, dykcja, tempo mówienia, siła, intonacja, pauzy to cechy, dzięki którym można się wiele dowiedzieć o danym człowieku.

Na nasz wizerunek osobisty rzutuje to, jak odpowiadamy sobie na pytanie: kim jestem. Nie wydaje mi się słuszne tzw. budowanie wizerunku osobistego. Tak budować można strategię firmy. Człowiek natomiast musi stale poznawać prawdę o sobie. Aby być wiarygodnym, musi utrzymywać jednoznaczność poglądów i zachowań. Sposób posługiwania się głosem jest niewątpliwie najważniejszym czynnikiem w powstawaniu dobrych relacji międzyludzkich. Ale o tym już w następnym artykule.

#### Informacja o autorze:

Mgr **Izabela Drobotowicz-Orkisz** jest aktorką, producentem, scenarzystą oraz reżyserem. Absolwentka Wydziału Aktorskiego Państwowej Wyższej Szkoły Teatralnej w Krakowie. Prowadzi autorskie kursy w tematyce pracy głosem i wizerunku osobistego. Wykłada przedmioty z dziedziny kultury żywego słowa i autoprezentacji na Uniwersytecie Papieskim Jana Pawła II w Krakowie. Szkoli grona nauczycielskie z ramienia Małopolskiego Samorządowego Centrum Doskonalenia Nauczycieli oraz Krakowskiego Instytutu Rozwoju Edukacji. Jest członkiem fundacji naukowej Instytut Karola Wojtyły. Od 20 lat prowadzi w Krakowie teatr słowa, który kontynuuje linię Teatru Rapsodycznego – Teatr Hagiograf. Redaktor czasopisma „Społeczeństwo Informacyjne”.