

УДК 378.011.31:808.51

## ПОКРАЩЕННЯ ЛЕКТОРСЬКОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ВИКЛАДАЧА ВИЩОЇ ШКОЛИ – ШЛЯХ ДО ПРОФЕСІЙНОГО УСПІХУ

Тетяна Пічугіна

*Національний університет “Львівська політехніка”  
вул. Ст. Бандери, 12, 79013 Львів, Україна*

Висвітлено важливі питання риторики, культури та техніки мовлення, без яких неможливе формування фахової лекторської майстерності викладача вищої школи, його професійний успіх та компетентність. Описано багаторічний досвід роботи з удосконалення лекторської майстерності педагога, яка проводиться на семінарі педагогічних знань для викладацьких кадрів.

*Ключові слова:* лекторська майстерність, риторика, культура та техніка мовлення, семінар педагогічних знань для викладацьких кадрів.

Мова є головним засобом спілкування людей, засобом передачі інформації та досвіду, одним з компонентів духовної культури суспільства, продуктом соціального розвитку. Над питаннями культури мовлення і риторики працювали такі українські вчені (педагоги, лінгвісти та методисти), як Н. Д. Бабич, М. А. Жовтобрюх, М. І. Вашуленко, О. М. Беляєв, Д. І. Ганич, С. Я. Єрмоленко, А. Й. Капська, А. П. Коваль, Л. І. Мацько, Г. А. Олійник, М. І. Пентилюк, М. М. Пилинський, І.О. Синиця, Є.Д. Чак, С.В. Шевчук та ін.

Центральним поняттям культури мовлення є поняття норми. Воно співвідноситься з поняттями варіанта стилістичної необхідності вживання мовної одиниці, якості мовлення. Риторика передусім розглядає таку якість мовлення, як дієвість, а також умови оптимальної мовленнєвої поведінки. Культура мовлення вивчає її нормативний бік і доцільність тієї чи іншої мовленнєвої поведінки [1]. Мовленнєві помилки, мовленнєва неоднозначність, яких інколи допускаються у повсякденному спілкуванні, вкрай недоречні у професійному мовленні, тим більше там, де говорить представник “мовленнєвої” професії: педагог, особливо викладач вищої школи, журналіст, психолог, юрист.

Мовленнєва культура є важливим складником професійної майстерності педагога. Викладачеві вищої школи вона необхідна особливо, оскільки від якості його мовлення, від мистецтва мовленнєвого спілкування суттєво залежать результати та якість засвоєння знань студентами. “Змазаність” в усному мовленні педагога, який сам не зміг навчитися правильному зразковому мовленню, належить до поняття некомпетентності.

Мовлення викладача можна назвати і рекламою самому собі, і своєю візитною карткою. Крім того, педагог – мовленнєва особистість, комунікативний лідер. Дуже прикро, коли цей рівень недосконалий, коли викладач байдужий до свого мовлення.

Саме тому ми вважаємо за доцільне поділитися досвідом роботи семінару педагогічних знань для викладацьких кадрів (СПЗ), який працює понад тридцять років при кафедрі “Психології, педагогіки та права” Національного університету “Львівська політехніка”, що випустив за ці роки близько 3000 слухачів. Одним із напрямків СПЗ є робота з вдосконалення мовлення викладача вищої школи. На це відводиться двадцять годин лекційного і практичного матеріалу [7]. Робота ведеться таким чином, щоб розкрити зміст мови і мовлення як специфічної форми психічної діяльності людини, яка забезпечує розуміння мовлення оточуючих людей і власні висловлювання. Допомогти педагогові удосконалити лекторську майстерність через опанування навичками дихання, голосу, дикції й орфоєпії.

Навчання техніці мовлення є необхідним етапом в оволодінні мистецтвом слова. Будь-якого оратора, диктора повинно бути добре чути, а це залежить від добре поставленого голосу й уміння користуватися ним. Вміння володіти голосом тісно пов'язане з розвитком фонаційного (звукового) дихання. Розуміння мовлення водночас залежить і від ясності, виразності вимови, тобто дикції. Публічна мова повинна бути правильною, відповідати орфоєпічним стандартам вимови. Тільки наявність цих умов дає можливість ораторові передати не тільки зміст його промови, лекції, а й все естетичне й емоційне багатство свого мовлення. Під час навчання техніці мовлення тренувальні вправи на розвиток мовленнєвого дихання, голосу, дикції й орфоєпії треба проводити одночасно. Чому? Дихання, артикуляція і голосоподача — це єдині, взаємозалежні і взаємозумовлені фізіологічні процеси. Координована (комплексна) робота цих трьох систем під керуванням кори головного мозку забезпечує нормальну функцію голосоутворення.

З огляду на це слухачам ми пропонуємо розглянути основні розділи техніки мовлення. Передусім це мовленнєве дихання. Звучний, гнучкий, красивий голос — це, насамперед, правильно поставлене дихання. Таке дихання називають мовленнєвим (фонаційним, або звуковим), що потребує спеціального тренування.

За способом переваги розширення грудної порожнини фізіологічне дихання поділяють на різні типи: реберне (грудне); черевне; змішане (грудочеревне). Реберне дихання буває трьох різновидів: ключичне; верхньореберне; нижньореберне. Вдих і видих здійснюються завдяки дихальній мускулатурі, адже самі легені — орган пасивний.

Діафрагма – сильний куполоподібний еластичний м'яз, який своїм випуклим боком звернений до грудної клітки і відокремлює її від порожнини живота. Це – вторинне венозне серце. Рух діафрагми здійснює природний масаж усіх органів живота. Під час вдиху під впливом імпульсів з центральної нервової системи діафрагма, скорочуючись, опускається, збільшуючи тим самим подовжній об'єм грудної клітки. Внаслідок скорочення міжреберних дихальних м'язів одночасно збільшується і поперечний об'єм грудної клітки. Скорочення черевних м'язів сприяє утриманню діафрагми в напруженому стані, підтягуються нижні стінки живота. Так відбувається вдих.

Під час видиху, під впливом імпульсів головного мозку, діафрагма, розслаблюючись, піднімається, вдавлюючись у грудну порожнину, подовжній об'єм зменшується, а ребра опускаються, зменшуючи поперечний об'єм грудної клітки. У такий спосіб об'єм грудної клітки зменшується, тиск у ній збільшується, і надлишок повітря виходить назовні.

У чому ж відмінність мовленнєвого дихання від звичайного?

Дихання у житті мимовільне. Воно виконує функцію газообміну в людському організмі. Послідовність фізіологічного дихання – вдих, видих, пауза. Для мовлення, особливо монологічного, звичайного фізіологічного дихання не вистачає. Мовлення і читання вголос потребують більшої кількості повітря, постійного дихального запасу, дозованої його витрати і своєчасного поновлення, що регулюються дихальним центром головного мозку. У початковій стадії оволодіння мовленнєвим диханням беруть участь воля і свідомість, спрямовані на виконання потрібного дихального завдання. Відомо, що дихати треба обов'язково через ніс. Під час публічного виступу носовим диханням ми можемо користуватися тільки перед початком мовлення або під час великих пауз. На малих же паузах повітря добирають ротом, тому що швидко, повно і безшумно вдихнути через довгий вузький носовий прохід неможливо. У мовленнєвому диханні вдих і видих не однакові, видих набагато довший за вдих. Інша і послідовність дихання. Після короткого вдиху настає пауза для зміцнення черевного пресу, а потім – довгий звуковий видих.

Звуки мовлення утворюються під час видиху. Струмінь видихуваного повітря через трахею (дихальне горло) потрапляє з легень у гортань і звідти в ротову порожнину, проходячи через голосові зв'язки, розташовані поперек гортані й розділені між собою голосовою щілиною. Голосові м'язи під впливом імпульсів головного мозку приводять в рух голосові зв'язки, які, коливаючи повітряний струмін, створюють звукові коливання. Артикуляційні м'язи під дією імпульсів з головного мозку скорочуються, і звукові коливання перетворюються в звуки мови. Тому кінцевою метою роботи над мовленнєвим діафрагмально-реберним диханням є тренування

подовженого видиху та вміння раціонально витратити запас повітря на час мовлення. Для цього необхідно привчити м'язи, що беруть участь у дихальному процесі й утримують грудну клітку в розширеному стані, не розслаблюватися пасивно відразу ж після вдиху. Розслаблення їх повинно відбуватися поступово, відповідно до потреби. Для вироблення такого типу дихання розроблені навчально-тренувальні вправи з розвитку і зміцнення діафрагми, черевних і міжреберних м'язів.

Наступний етап у роботі із слухачами – це практичні заняття з покращення голосу [6]. Голосовий апарат складається з трьох відділів: генераторного, енергетичного, резонаторного. Генерація звуку відбувається в голосових зв'язках – щілинах в порожнині рота. Резонаторна система – глотка, носоглотка, порожнина рота. Вона забезпечує статику і динаміку мовлення. Енергетична система – механізм зовнішнього дихання, який забезпечує швидкість потоку повітря і його кількість.

Які ж характерні особливості голосу педагога?

1. Уміння керувати силою голосу: чим більше тиск повітря на видиху, тим більша сила звуку;
2. Гнучкість голосу: вміння легко його змінювати, підкоряти змісту;
3. Рухомість: зміна за висотою (до двох октав, у звичайному звучанні приблизно до трьох–п'яти нот);
4. Об'єм голосу, тобто діапазон.

Нерідко можна чути скарги педагогів-лекторів на те, що їх “підводить” голос. Цьому запобігти можна удосконаленням мовленнєвої техніки. Для цього голос треба «виховати, поставити», тобто розвинути і зміцнити.

Отже, як же виховати і поставити голос? Виховати та поставити голос – означає навчатися правильному діафрагмально-реберному диханню; навчатися користуватися резонаторами (підсилювачами звуку).

Зрозуміла чітка дикція – перша й обов'язкова умова гарного мовлення. Внаслідок недбалості у звуковимові мовлення стає невиразним і нерозбірливим. Це виявляється в “з'їданні” кінцевого приголосного чи звуків у середині слова, звучанні “крізь зуби”. Нерухома верхня і млява нижня губи заважають чіткій і правильній вимові багатьох свистячих і шиплячих приголосних. Мовлення часто буває нерозбірливим унаслідок швидкого темпу, коли слова нібито “настрибають” одне на одне. Говорити треба плавно, привчитися чітко артикулювати ротом, широко його відкриваючи. Це є важливою умовою для формування звуку. Красива дикція готує мовленнєвий апарат до творчого процесу, робить звичною точну артикуляцію всіх звуків мовлення, допомагає виразності слова.

Основою дикції є злагоджена й енергійна робота всіх м'язів, які беруть участь у мовленнєвому процесі. Навчально-тренувальні вправи дають можливість розвинути і зберегти їхню еластичність і рухливість. До

тренування дикції належить артикуляційна гімнастика: вправи для розминки і тренування активних м'язів мовленнєвого апарату, які розвивають і зміцнюють м'язи рота, щелепи, губ, язика; вправи для правильного відпрацювання артикуляційного укладу кожного голосного та приголосного звука.

Із звуковою стороною мови пов'язані насамперед фонетичні й орфоепічні (вимовні) норми [3]. Це розділ мови, де вивчають правила і закони правильної вимови, на відміну від орфографії – науки про правильне написання. Правил в орфоепії є дуже багато, їх засвоєння гарантує зрозуміле, гарно оформлене мовлення.

Культура мовлення викладача тісно пов'язана з лекторською майстерністю [2]. З огляду на це ми велику увагу приділяємо порадам з лекторської майстерності, а саме таким, як інтонаційно-виразні засоби мовлення. Підготовлений для виступу текст лектору доцільно проінтонувати, тобто визначити в ньому логічні паузи і наголоси, зробити відповідні розмітки. Звичайно, під час викладання теми в аудиторії у лектора виникає природна розмовна інтонація. Але так виходить далеко не завжди. Краще на імпровізацію не сподіватися, а ретельно підготуватися до виступу.

Виховання вміння використовувати логічні паузи і логічний наголос. Кожне речення, що промовляється, поділяється за змістом на частини, які складаються з декількох слів або, навіть, з одного слова. Такі змістовні групи в середині речення називають мовленнєвими тактами, або синтагмами (мовними ланками). В усному мовленні кожний мовний такт відокремлюється від іншого зупинками різної тривалості і наповненості, так званими логічними паузами. У середині мовленнєвого такту не може бути паузи, і всі слова, які до нього належать, вимовляються разом. Паузи можуть збігатися з розділовими знаками – граматичними паузами, але можуть бути і там, де на письмі таких немає. Логічні паузи бувають сполучними і розділовими. Найкоротшою сполучною паузою є люфтпауза. Психологічну паузу можна позначити крапками або зовсім не позначати. Сполучну паузу між мовними тактами позначають однією вертикальною рисою |, більш тривалу паузу між мовними тактами або реченнями позначають двома рисками ||. І, нарешті, розділову логічну паузу, яка відокремлює кордони речень, змістовних і сюжетних композиційних відрізків, позначають трьома вертикальними рисками |||.

Логічний (або змістовний) наголос – це опора думки, як говорив К. С. Станіславський, – це “вказівний палець”, що виділяє головне слово у фразі або групу слів у реченні [7].

Логічні акценти розставляють залежно від мети висловлення, від головної ідеї всієї теми і групи слів. Логічного наголосу найчастіше досягають підвищенням або зниженням тону – тональним наголосом. Іноді

слово або групу слів у реченні виділяють за допомогою логічних пауз перед позначеним словом, після нього або двома паузами: до і після слова, яке виділяють.

Зміна висоти тону дає змогу найбільш повно передати можливі відтінки значимості того чи іншого слова в його зв'язку з іншими. Коли ж використовують тільки силу голосу, навіть у комбінації з уповільненими паузами, виходить монотонія, яка стомлює того, хто говорить, а тим більше того, хто слухає.

Особливої уваги ми надаємо порадам з гігієни і профілактики порушень голосу, тому що, як свідчить досвід, викладач не завжди озброєний такою інформацією [6]. Голосовий апарат оратора дуже чутливий до неправильного користування ним у складних умовах публічного виступу, до емоційних, психічних і фізичних перевантажень. У 40% педагогів простежується захворювання голосу. Причинами цього є велике щоденне голосове навантаження, невміння користуватися голосовим апаратом, вроджена слабкість голосу. Тому у повсякденному житті завжди слід дотримуватися таких правил:

1. Найкращий спосіб для збереження професійного звучання голосу – це зарядка, що містить у собі дихальну й артикуляційну гімнастику. Щоранку після дихальних вправ (10—15 хв) почитайте протягом 10 хв гекзамер, дотримуючись правил дикції, дихання і голосу. Це дасть змогу вам підтримати голосовий апарат і організм у відмінному робочому стані. Голосовий тренінг створює позитивні емоції і надихає на творчий процес.
2. Не перевтомлюйте голосовий апарат занадто великою кількістю виступів. Норма голосового навантаження для педагогів – не більше чотирьох академічних годин поспіль у день. Після лекції треба уникати розмов дві–три години, а в разі необхідності говорити дуже коротко і тихо. Втома зникає через годину відпочинку, якщо стаж роботи лектора до 10 років. Якщо стаж більший, то втома настає через дві–три години і зникає після двох годин відпочинку.
3. Перед виступом бажано випити склянку теплого (але не гарячого) чаю або боржомі. Дайте м'язам відпочити, привівши їх у розслаблений стан або зробіть 5–10 повільних спокійних вдихів і видихів, після чого знову налаштуйтеся на робочий лад.
4. Пам'ятайте, що вдихати крейду дуже шкідливо, тому стежте за вологим протиранням дошки.
5. Треба брати до уваги, що правильний спосіб життя впливає на стан і силу голосу. Гімнастика, водні процедури, достатній сон, чергування праці та відпочинку, правильне повноцінне харчування

підвищують захисні сили організму і позитивно впливають на голосовий апарат.

6. Загартовуйте нервову систему, оскільки нервово-психічні травми негативно впливають на організм в цілому, а особливо на мовленнєві центри в корі головного мозку. Тому регулярно проходите диспансерний медичний огляд у лікаря-невропатолога, бажано з використанням сучасних нейрофізіологічних методів обстеження роботи ЦНС (електренцефалографічна діагностика з топографічним картуванням мозку та реографічна діагностика стану судин головного мозку).
7. Хвилювання, стреси негативно впливають на голос, від чого він починає зриватися, губиться чистота, інтонаційна рухливість, витривалість.
8. Захворювання верхніх дихальних шляхів, такі як хронічний риніт, запалення носоглотки, голосових зв'язок, також можуть негативно впливати на голос.

Не менш важливим є допомога кожному викладачеві у створенні власного образу і культури оратора [9, с. 10]. Викладач повинен зважати на те, чого від нього очікує конкретна аудиторія, не відволікатися від теми. Маючи на меті переконати людей, оратор повинен добре готуватися до майбутнього виступу.

Педагогічна риторика пропонує такі правила успішного спілкування для педагога:

1. Не кожний актор вчить, проте кожний педагог повинен вміти грати такі ролі, як “професор”, “митець”, “співрозмовник”, “приятель”, “командир”.
2. На лекції немає слів, які були б спрямовані для однієї людини. Звертаючись до одного, створюємо і моделюємо реакцію решти.
3. Зарозумілість (гордовитість) та крик виявляють боягузтво, незнання і невпевненість. Якщо ми бажаємо бути почутими, задля цього не слід напружувати голос.
4. Не слід загрожувати і виправдовуватися; той, хто загрожує, буде битий від свого удару, а виправдовуючись, ніхто не міг ще виправдатися. Як погроза, так і невпевненість виявляють слабку, полохливу людину.
5. Викладачів не слухають, коли негативні звернення. Краще сказати “Чекаю на вашу увагу!”, ніж “Досить розмовляти!”, “Продовжуйте свою цікаву бесіду!”, ніж “Замовкніть!”
6. Не допускайте того, щоб аудиторія перетворилася на натовп, бо натовп – це стихія, непередбачувана і небезпечна.

Кожен викладач вищої школи повинен володіти здоровим, неупередженим відчуттям мови, постійно стежити за змінами, які відбуваються в нормах вимови, наголошування, слововживання. Неможливо весь педагогічний шлях пройти тільки із знаннями, здобутими у стінах ВНЗ. Слід вдосконалювати культуру свого професійного мовлення протягом усього життя.

1. *Бабич Н. Д.* Основи культури мовлення. Львів, 1990. С. 140–205.
2. *Запорожец Т. Н.* Логика сценической речи. М., 1974.
3. *Козлянинова И. П.* Орфоэпия в театральной школе. М., 1974.
4. *Мурашов А. А.* Педагогическая риторика. М., 2001.
5. *Никольская С. Т.* Техника речи. М., 1978.
6. *Савкова З. Б.* Как сделать голос сценическим. М., 1975.
7. *Станиславский К. С.* Собр. соч. Т.3. 1978.
8. Техніка мовлення: Методичні рекомендації для опанування методикою лекторської майстерності для магістрів стаціонарної та заочної форми навчання зі спеціальності 8.000009 ”Управління навчальним закладом”, аспірантів та слухачів семінару педагогічних знань / Уклад. Т.В. Пічугіна. Львів, 2006.
9. Технологія спілкування (комунікативна компетентність учителя: сутність і шляхи формування) / С. Д. Максименко, М. М. Заброцький. К., 2005.
10. *Чибісова Н. Г, Тарасова О. І.* Риторика: Навч. посіб. К., 2003.

## **IMPROVEMENT OF THE HIGHER SCHOOL LECTURER SKILL AS A PATH TO PROFESSIONAL SUCCESS**

**Tetyana Pichuhina**

*National University “Lvivska Politechnika”  
S. Bandera Str., 12, UA - 79013 L’viv, Ukraine*

The article discloses the important issues of speech rhetoric, culture and engineering which assist in the formation of professional higher school lecturer’s skills, promote his/her professional success and competence. It illustrates the long-term experience of lecturer skills’ improvement activity, conducted at seminars of pedagogical knowledge for teaching staff at the National University “Lvivska Polytechnica”.

*Key words:* lecturer skills, rhetoric, culture and engineering of speech, seminar of pedagogical knowledge for teaching staff.



**УЛУЧШЕНИЕ ЛЕКТОРСКОГО МАСТЕРСТВА ПРЕПОДАВАТЕЛЯ  
ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ – ПУТЬ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ УСПЕХУ****Татьяна Пичугина**

*Национальный университет „Львовская политехника”  
ул. Ст. Бандери, 12, 79013 Львов, Украина*

Освещены основные вопросы риторики, культуры и техники речи, без которых невозможно формирование специального лекторского мастерства преподавателя высшей школы, его профессиональный успех и компетентность. Описан многолетний опыт работы по усовершенствованию лекторского мастерства педагога. Работа проводится на семинаре педагогических знаний для преподавательских кадров.

*Ключевые слова:* лекторское мастерство, риторика, культура и техника речи, семинар педагогических знаний для преподавательских кадров.

Стаття надійшла до редколегії 11.06.2008

Прийнята до друку 09.10.2008