

Neverbální komunikace jako nástroj sbormistrova dorozumívání s pěveckým tělesem

Jan Spisar

Komunikační schopnosti patří k významným projevům člověka. Jsou využívány v mnohých profesích, také ve sbormistrovství.

Neverbální¹ komunikace, na kterou se v následujícím textu zaměřím, představuje nejstarší formu přenosu informací. Přesto má i dnes pro člověka stále vysoké opodstatnění a význam.

Původní termín komunikace pochází z latinského *communicare*. V češtině se vyskytuje mnoho významových ekvivalentů – spojení, spoj, doprava apod., v našem případě dáme přednost výrazům jako sdělování nebo výměna informací (např. idejí, postojů či emocí). Řečeno jinými slovy, jedná se o proces sociálního styku odehrávajícího se v danou chvíli prostřednictvím určitých konkrétních symbolů. V této souvislosti si z oboru vývojové psychologie připomeňme, že se děti přibližně do věku tří let spoléhají v dorozumívání se svým okolím především na mimoverbální komunikaci, postupem času však u nich převládne mluvení. Profesor Masarykovy univerzity v Brně Zbyněk Vybíral upozorňuje na skutečnost následujícími poznatky: „Neverbálně komunikujeme gesty a pohyby hlavou, postoji těla, výrazy obličeje, pohledy očí, vzdálenostmi v prostoru, tělesným kontaktem, neverbálními projevy řeči a jinými aspekty vlastního zjevu, zacházením s předměty a časem.“² Z citovaných slov vyplývá, že neverbální komunikace nezahrnuje pouze řeč těla, jak se všeobecně uvádí. Dle Josepha A. DeVita, emeritního amerického profesora Hunter College v New Yorku, specialisty na komunikaci a autora mnoha odborných publikací na zmiňované téma, v této spojitosti připomeňme a ocitujme: „Ze všech vašich znalostí a dovedností patří mezi nejdůležitější a nejužitečnější ty, které se týkají komunikace. Dobrá schopnost komunikace je vždy vašim nejdůležitějším aktivem, ať jde o osobní, společenský nebo pracovní život.“³

Neverbální komunikace, co by důležité téma sociální psychologie, se ve značné míře vyskytuje i v oblasti sborového zpěvu. Sbormistr se během zkoušek s pěveckým sborem dorozumívá verbálně⁴ i neverbálně, avšak při provádění hudby (především během dirigování koncertů) bývá odkázán výlučně na komunikaci neverbální, která se tímto stává zásadním dorozumívajícím nástrojem, jenž slovní projev zcela nahrazuje. Prostřednictvím této formy komunikace, která v našem případě zahrnuje nejen oblast prvků základní dirigentské techniky (ve smyslu používání zavedených dirigentských pravidel a schémat), ale taky emocionalitu, jakožto nezbytnou součást hudebního umění. Psycholog a psychoterapeut PhDr. Oldřich Tegze uvádí: „Emoce představují kvalitu, která má tendenci se

¹ Odborně nazývaná též nonverbální komunikace – mimoslovní komunikace, řeč těla.

² Více viz VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-387-1. s. 81-82.

³ DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*. Praha: Grada Publishing a. s., 2008. ISBN 978-80-247-2018-0.

⁴ Latinsky verbum – slovo. Dorozumívání člověka prostřednictvím jazyka a řeči.

materializovat v těle. Znamená to, že emoce jako taková má v sobě potenciál ovlivňovat aktuální tělesný výraz i příznačný tvar těla.⁵ Emoce lze rovněž chápat jako psychické jevy, jejichž charakteristickým rysem je jejich velká citlivost a proměnlivost. Nepochybně rozdílně se budou vyjadřovat lidé temperamentní, kteří jsou značně vzrušiví, případně impulzivní a obtížně se ovládající, a naopak lidé klidní, nevšímaví až pasivní. I pro sbormistry z uvedených slov vyplývá existence určitých vzorců chování, a to ve vztahu k dynamice prožívání a chování v interakci s vokálním tělesem. Z našich úvah logicky dedukujeme, že sbormistrova neverbální komunikace probíhá ve dvou rovinách. Jednak již zmiňovanými vymezenými dirigentskými gesty na straně jedné a na straně druhé využíváním mentálních schopností člověka, jako je např. sugestivní působení, kolektivní chování, síla osobnosti a přenášení informací emoční cestou. Observací práce pěveckého tělesa během zkoušek a koncertů máme možnost vyzorovat, do jaké míry mohou sbormistři zmiňované mentální schopnosti účelně využívat. Jako vhodný příklad nám poslouží „prázdné“ stereotypní taktování na jednotlivé doby taktu v kontrastu s gestem zvýrazňujícím obsah, v němž se odráží právě ona sledovaná duševní energie. Dirigování jako nonverbální umění vyžaduje naplnit gesto určitým abstraktním významem a myšlenkou. Pokud se oprostíme od čistě mechanického pohybu a gesto naplníme konkrétní představou na základě pocitů (např. radosti, něhy, úžasu, vroucnost, burcování, klidu atp.), využijeme vnitřní imaginaci v souvislosti s pohybem paže, předloktí, ruky a prstů, můžeme proniknout do intenzity a moci gestiky.⁶ Aktivování emocí by se mělo provádět bez přehnané mimiky obličeje, inspirativně a v adekvátně umírněných náznacích. Komicky bude působit sbormistr, který ukazuje hudební výraz více mimikou v obličeji nežli rukama. Částečná „pantomima“ se dá tolerovat snad jen u práce s pěveckými sbory těch nejmenších dětí. Sbornistrem prováděná gesta mají pro jeho umělecký výkon značný výpovědní význam. Ve sborové praxi se lze v tomto smyslu setkat jednak se sbormistry kreativními, ale taky méně vynalézavými.

V následujícím textu se budu věnovat shrnutí problematiky a vybraným druhům neverbální komunikace, které se vyskytují ve sbormistrově činnosti v korelaci s pěveckým tělesem.

Gestika

Za jednu z nejvýznamnějších složek sbormistrovy neverbální komunikace lze bez pochyby považovat používání gest, jež jsou spojována s kinezikou neboli naukou o pohybové činnosti člověka v sociálním prostředí. Pohyby určitých částí těla mají svá specifická pojmenování, jako je chironomie (neboli chiologie), zabývající se pohyby rukou nebo gestika, která se zaobírá posunky, jež doprovázejí nebo zcela nahrazují řeč. Z historického pohledu jsou gesta starším projevem komunikace nežli mluva a zahrnují stovky tisíc jednoznačně rozeznatelných pozic rukou, paží, hlavy, ramen či jiných částí lidského těla.

Jednou z kategorizací systémů lidských gest je dělení na:

⁵ TEGZE, Oldřich. *Neverbální komunikace*. Praha: Computer Press, 2003. Business books. ISBN 80-7226-429-X. s. 75.

⁶ Gestika – pohyby doprovázející či nahrazující slovní projev, většinou rukama.

a) *Symbols*, které jsou dobře čitelné a lze jimi nahradit slova nebo celé fráze (například palec vzhůru či dolů, dvěma prsty naznačené písmene „V“ apod.).

b) *Ilustratory*, neboli ilustrativní gesta, mohou doprovázet mluvenou řeč, neboť zesilují slovní sdělení, jako je např. vyjádření velikosti předmětů, gestikulování určitým směrem, případně natočení hlavy atp. Tato gesta jednak zvyrazňují konkrétní verbální tvrzení, ale mohou se vyskytovat i samostatně.

c) *Afektivní projevy*, do kterých spadá kupříkladu zamračení nebo způsob postoje, vyjadřují primárně emoce komunikujícího člověka. Zmiňované projevy se uplatňují k doplnění, ale také jako náhrada mluvy.

d) Pomocí tzv. *regulátorů* jedinec řídí, koordinuje nebo udržuje komunikaci s jinou osobou nebo skupinou lidí (pěveckým sborem). Zde patří např. pokývnutí hlavy signalizující pocit spokojenosti nebo klidu.

e) Zásadou *adaptérů* se uspokojuje nějaká individuální potřeba komunikujícího, kupříkladu upravení vlasů na hlavě apod.

Jak z předchozího textu vyplývá, význam gestikulace je využíván i v situacích, ve kterých není možná verbální komunikace. Specifickým příkladem může být znaková řeč hluchoněmých tvořící propracovanou soustavu nejrozmanitějších gest, jimiž se dají vyjádřit nejen konkrétní, ale i abstraktní výrazy a významy. Na přibližně obdobném principu je založeno dirigentské umění prováděné gesty, které mají za úkol informovat hudebníky a zpěváky o interpretačním záměru dirigenta (sbormistra). Jeho gesta jsou informační, avšak mohou mít i charakter podvědomého pohybu při vyjadřování nálad, emočních stavů, atmosféry či hudebního výrazu. Je až s podivem, jak lze výrazem obličeje odrážet naše pocity a gesty pak intenzitu těchto pocitů. Vyjadřování myšlenek gesty může být mnohdy rychlejší a přesnější než slovní vyjádření. Častá nebo přehnaně výrazná gesta však hudebnímu výkonu spíše uškodí, neboť nadměrně upoutávají pozornost u publika. Z tohoto důvodu je méně více, ale ideálně ne více, ne méně.

Mimika

Dalším významným druhem neverbální komunikace je mimika, definovaná jako nauka o významu pohybů obličejových svalů a jejich proměn odehrávajících se v obličeji. Viditelně nám ukazuje momentální stav našeho psychického rozpoložení a má značný dorozumivací potenciál. Mimikou člověk projevuje své emoce jako je smutek, radost, hněv, štěstí, neštěstí, překvapení, strach, odpor, rozčilení, klid, očekávání, zájem, opovržení (patří zde i pláč, smích, úsměv apod.), nebo vyjadřuje průběh myšlenek či vnitřního stavu. Mimický výraz je poměrně dobře čitelný, přesto se mnohé emoce dekódují lépe než jiné. Spojení určitých gest s výrazy v obličeji ve vztahu s konkrétními emocemi bývají již vrozené, jiným se učíme během svého života. V této spojitosti připomeňme i prokazatelná fakta, že jedinci od narození nevidomí disponují skromnějšími mimickými projevy. Mějme na paměti, že usměvavý sbor v dobré náladě působí na obecenstvo pozitivně, vyznačuje se srdečností a potřebně zdravé sebevědomí. Pochopitelně v souladu s prováděným dílem.

Do okruhu mimiky lze zařadit i tzv. řeč očí. Oční kontakt mezi sbormistrem a členy pěveckého tělesa je součástí neverbální komunikace obdobně jako gestikulace. Zásadou šesti okohybných svalů se mohou oči přivírat nebo rozevírat, ploché kruhové svaly v očních víčkách umožňují zúžení, až naprosté zavření oka. Kolem očí se nacházejí další svaly, kterými se dá svrašťovat obočí, vytvořit vrásky atp. Pohledem do očí sbormistra může zpěvák získat spoustu informací. Z praxe však víme, že mnozí lidé mají problém dívat se druhému člověku upřeně do očí. Tuto schopnost je zapotřebí trénovat a ze strany sbormistra vyžadovat pohledy sboristů, neboť tékání očima, pozorování publika nebo koncertního prostoru svědčí o nekoncentrovanosti, nedisciplinovanosti a rozptýlenosti vokálního tělesa. Je s podivem sledovat, že pokud sami mluvíme a potřebujeme se soustředit na svůj vlastní verbální projev, naše oči mají tendenci uhýbat do stran a naopak, při naslouchání nám nečiní tolik potíží pozorovat oči mluvčího. Upřený pohled členů sboru přesvědčí dirigujícího o soustředěnosti a zájmu. Není od věci připomenout, že se v očích odráží i vnitřní pocity člověka, jako je nejistota, tenze, nepřátelství, klid, pohoda atp. Z pohledů jednotlivých sboristů může koncertní publikum vyčíst, jak hluboce je vokální těleso soustředěno a ponořeno do prožitku právě prováděné skladby.⁷ Výhodou sbormistrů před orchestrálními dirigenty je ta skutečnost, že vyžadují od svých sboristů zpívat repertoár z paměti. Ještě lepší optický kontakt mezi tělesem a sbormistrem nastane, oprostí-li se od partů i partitury úplně všichni, navíc zpěváci budou mít možnost sledovat sbormistra a sbormistr sbor o to intenzivněji.

Posturologie

Nauku o jednotlivých pozicích těla (postavení, držení apod.) nazýváme posturologií.

Postoj před tělesem prozradí dirigentovu jistotu a pohotovost. Vzpřímený postoj s adekvátně vztyčenou hlavou nebo naopak svěšená ramena vyvolají u sboristů patřičnou odezvu. Sbornistr by se měl vyvarovat (zejména před publikem) gest, která provádí zcela mechanicky, jako například pohupování v kolenou, sahání si na obličej (tření nosu, mnutí si očí aj.), která zpravidla způsobí negativní reakci a vypadají neprofesionálně.

Při této příležitosti je nutná i zmínka o příchodu účinkujících na zahájení koncertu. Esteticky příhodný a výmluvný bude klidný krok před prováděním závažného díla a naopak svěží a energický vstup na pódium před interpretací rytmických populárních melodií ve svižném tempu. Rozhodně nepatřičně bude vypadat strnulá, přehnaně houpavá, šoupavá či cupitavá chůze. Krok by měl být pružný a vyrovnaný, s došlápnutím nejdříve na patu a s postupným přenášením těžiště těla ke špičce chodidla. Pata se posléze odlehčuje, významná je práce palce, od kterého se odrážíme.

Chování, chůze a pohyb na jevišti nesmí být během koncertů členy sboru nikdy podceňován.

Neverbální komunikace představuje pro sbormistra zásadní zdroj přenosu informací, bez kterých se nemůže obejít, a členové pěveckého tělesa by se měli naučit dešifrovat význam a obsah jeho neverbálních sdělení. Dochází při nich i k transferu emocí, které jsou přenášeny ze strany sbormistra na pěvecký sbor a následnou reflexí k publiku. Produkce hudby, v jedinečné atmosféře a v osobitě

⁷ Více viz ELLSBERG, Michael. *Síla očního kontaktu*. Praha: BETA Dobrovský, 2011. ISBN 978-80-7306-455-6.

originálním zvuku tvořeném lidskými hlasy, dokáže naplnit ovzduší zcela neopakovatelnými citovými a uměleckými okamžiky.

Literatura

LEWIS, David. *Tajná řeč těla*. Praha: BVD, 2019. ISBN 978-80-882.

ATKINSON, Rita L. *Psychologie*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-640-3.

DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*. Praha: Grada publishing a. s., 2008. ISBN 978-80-247-2018-0.

HARTLEY, Mary. *Řeč těla v praxi*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-844-9.

Neverbální komunikace jako nástroj sbormistrova dorozumívání s pěveckým tělesem

Non-verbal communication as a tool of the choirmaster's contact with a choir

Résumé

Předkládaný příspěvek se zabývá neverbální komunikací ve vztahu ke sbormistrovství. Všímá si zejména gestiky, mimiky, posturologie a transferu emocí. V textu je akcentován sociální, psychologický a umělecký aspekt zkoumané problematiky, a to ve vztahu k přenosu informací mezi sbormistrem, pěveckým sborem a publikem. Získané poznatky se mohou stát inspirací pro obohacení dramaturgie českých vokálních těles.

This article deals with non-verbal communication in relation to choral conducting. It is focused on gestures, facial expressions, posturology and transfer of emotions. The text emphasizes the social, psychological and artistic aspect of the researched issue, in relation to the transfer of information among the choirmaster, choir and audience. The acquired knowledge can be an inspiration for the enrichment of the dramaturgy of Czech vocal ensembles.

Keywords: komunikace, řeč těla, neverbální, pěvecký sbor, sbormistr

Keywords: communication, body language, nonverbal, choir, choirmaster

