



ИГОРЬ НИКОЛАЕВИЧ КУЗНЕЦОВ

**100 САМЫХ  
ЭФФЕКТИВНЫХ  
ПРИЕМОВ  
В ПУБЛИЧНОМ  
ВЫСТУПЛЕНИИ**

**Игорь Николаевич Кузнецов**  
**100 самых эффективных**  
**приемов в публичном**  
**выступлении**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=51937389](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=51937389)*

*ISBN 9785449856654*

**Аннотация**

В книге анализируются проблемы ораторского искусства, делового общения, культуры и искусства речи. Особое внимание уделяется речевой культуре, методам подготовки различных видов публичных выступлений, умению вести конструктивный диалог и полемику. На основе анализа излагаются основные теоретические положения, предлагаются практические рекомендации и советы, позволяющие более эффективно решать проблемы в области повышения уровня культуры и искусства публичного выступления.

# Содержание

Введение	6
1. КУЛЬТУРА И ТЕХНИКА РЕЧИ	10
1.1. Речевая коммуникация	10
Язык и речь	13
Функции языка и речи	14
Речь и мышление	15
Речевая деятельность	18
Формы и типы речевой коммуникации	22
Виды речевой деятельности	23
Модель речевой коммуникации	24
1.2. Речевая норма и культура речи	28
Речевая норма	28
Культура речи	32
1.3. Техника речи	38
Дикция	44
Методика исправления дефектов дикции	45
Методика тренировки артикуляторных мышц	48
1. Произношение слогов	50
2. Произношение скороговорок	52
3. Речь с «камушками» во рту	53
Голос	57
Интонация	60

Интонационные упражнения	65
Орфоэпические нормы русского языка	66
Исполнение речи	68
Конец ознакомительного фрагмента.	69

# **100 самых эффективных приемов в публичном выступлении**

**Игорь Николаевич  
Кузнецов**

© Игорь Николаевич Кузнецов, 2020

ISBN 978-5-4498-5665-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Введение

Энциклопедии и словари на вопрос: что такое риторика? отвечают примерно так: *риторика* – теория ораторского искусства, теория красноречия, наука об умении говорить красно, хорошо, так, как нужно в данном случае.

Нет ни одной области человеческих знаний, человеческой деятельности, для которых плохая, запутанная, бестолковая и многословная профессиональная или бытовая речь исполнителя была бы благом.

Речь, не содержащая в себе новых мыслей, новых соотношений между старыми мыслями, наполнена уже известными сентенциями, а нередко вообще не содержит в себе никаких мыслей как таковых. А как часто именно такую речь мы слышим на работе, на улице, по телевизору – при трансляции из Государственной Думы или с заседаний российского правительства.

Итак, умение говорить хорошо по-русски необходимо всем, но особенно деловым людям: депутатам, министрам, руководителям, ученым, журналистам, а также родителям, преподавателям, обучаемым, наконец, просто собеседникам.

Мастерство же публичного выступления состоит в умелом использовании обеих форм человеческого мышления: логической и образной.

Важнейшая задача деловой риторики состоит в том, чтобы обеспечить понимание деловыми людьми основных элементов процесса речевого общения и формирование умений и навыков, необходимых для эффективного речевого поведения в любых речевых ситуациях.

Речевая культура является одним из важнейших компонентов духовной культуры человека и общества. Из всех проявлений культуры человека она наиболее заметна для окружающих. Недаром в пословице говорится: «По твоей речи о тебе судят». Поэтому каждый человек должен стремиться к тому, чтобы совершенствовать свою речь, ведь это облегчает общение на всех уровнях.

В речи проявляется личность. Интеллект, чувства, характер, цели и интересы человека явно или неявно отражаются в том, что и как он говорит. Характеристики речи, быстрой или медленной, лаконичной или многословной, логичной или сумбурной, плавной или прерывистой, правильной или с ошибками, часто более важны в понимании и раскрытии индивида, чем информация, которую он передает в том или ином случае.

Органическая взаимосвязь мышления и речи предполагает, с одной стороны, что уровень развития речи обусловлен соответствующим уровнем развития мышления, а с другой стороны, – совершенствование речи влечет за собой и совершенствование мыслительной деятельности.

Из сказанного вытекают, по меньшей мере, два важных

положения. Во-первых, человек интеллигентный, образованный, культурный немислим без хорошей речи. Во-вторых, достичь мастерства в этой области можно только в том случае, если работать над собой: пополнять знания, расширять кругозор, активно общаться с другими людьми, усваивая не только лучшие образцы речевого поведения, но и постоянно духовно обогащая себя.

Данное пособие состоит из разделов, в которых излагаются теоретические сведения по культуре и технике речи, подробно рассматриваются основные качества хорошей речи (правильность, точность, логичность, чистота, богатство, выразительность, уместность), приводятся сведения по риторике и речевому этикету, стилистике.

В данном пособии предпринята попытка реализовать три принципа, важных для практической применимости, но, как правило, недостаточно отраженных в других изданиях:

- наиболее полный охват предметной области, которую кратко можно обозначить так: риторическая культура современного делового человека;
- рекомендательный характер изложения;
- предельная сжатость, конкретность, лаконичность изложения.

Пособие довольно короткое и написано самым простым языком, практически без употребления специальных терминов. По своему характеру – оно не только теоретическое, но в первую очередь – прикладное, так как предназначено

в первую очередь для совершенствования навыков культуры и искусства речи.

# 1. КУЛЬТУРА И ТЕХНИКА РЕЧИ

## 1.1. Речевая коммуникация

### Коммуникация

Слово «коммуникация» – одно из многих иностранных слов, которые в настоящее время широко употребляются в русском языке. Оно происходит от латинского слова «communico», что означает «делаю общим, связываю, общаюсь», поэтому наиболее близким к нему по значению является русское слово «общение».

От слова «коммуникация» происходят такие слова, как «коммуникабельность» (способность к общению, общительность), «коммуникабельный» (общительный человек), а также слово «коммуникативный» (относящийся к коммуникации; например, коммуникативный тип высказывания).

Другое значение слова «коммуникация» – пути сообщения, транспорта, связи, сети подземного коммунального хозяйства. В этом смысле говорят, например, о подземных, воздушных и т. п. коммуникациях, о системах коммуникаций.

В риторике термин «коммуникация» употребляется, естественно, в первом значении, так как объектом нашего изу-

чения является именно общение между людьми. С этим значением связано и научное определение понятия, взятое из лингвистического энциклопедического словаря: «*Коммуникация – специфическая форма взаимодействия людей в процессе их познавательно-трудовой деятельности*».

Общеизвестно, что насекомые, птицы, животные располагают богатейшими звуковыми и кинетическими (двигательными) средствами обмена информацией. Однако взаимодействие между ними ученые называют «биологически целесообразным совместным поведением, направленным на адаптацию к среде и регулируемым, в частности, сигнализацией».

Специфичность взаимодействия людей в процессе их жизнедеятельности состоит в использовании *языка*.

Язык, являясь важнейшим средством человеческого общения, выступает также как орудие познание, как инструмент мышления. Благодаря этому коммуникация между людьми является основным механизмом становления человека как социальной личности, средством влияния общества на личность.

*Главная цель речевой коммуникации* – обмен информацией различного рода. Очевидно, что общение и обмен информацией между людьми осуществляются не только с помощью языка.

С древнейших времен в человеческом обществе использовались дополнительные средства общения и передачи ин-

формации, многие из которых существуют и до сих пор.

Например, у коренного населения Африки используется язык свиста, сигналы барабанов, колокольчиков, гонга и т. п. «Язык цветов», распространенный на Востоке, также является средством передачи информации, которую в некоторых ситуациях не разрешается выражать словами (например, роза – символ любви, астра – печали, незабудка – памяти и т.д.).

Дорожные знаки, сигналы светофора, сигнализация флагами и т. п. – все это средства передачи информации, дополняющие основное средство человеческого общения – язык.

В соответствии с этим средства передачи информации от человека к человеку разделяются на вербальные (словесные) и невербальные. *Вербальная коммуникация* — это общение с помощью слов, *невербальная* — это передача информации с помощью различных несловесных символов и знаков (например, рисунков и т.п.). Однако невербальные средства общения также неоднородны.

Среди них существуют чисто рефлекторные, плохо контролируемые способы передачи информации об эмоциональном, физиологическом состоянии человека: взгляд, мимика, жесты, движения, поза. Чаще всего именно их и называют средствами невербальной коммуникации.

# Язык и речь

Рассмотрим выражение «речевая коммуникация». Почему в этом выражении используется слово «речевая», ведь до сих пор мы говорили, что язык – важнейшее средство общения? Ответ на этот вопрос мы найдем, выяснив различия, которые существуют между понятиями «язык» и «речь». Напомним, что эти слова различаются во многих языках (англ. language/speech; нем. Sprache/Rede; франц. langage/parole).

Упрощенно можно сказать, что язык – это система знаков, единицы которой и отношения между ними образуют иерархически упорядоченную структуру. В этом смысле говорят о системе русского, английского и любого другого языка.

Универсальными языковыми единицами (то есть единицами, существующими в любом языке) являются звуки, морфемы (корни, суффиксы и т.п.), слова, словосочетания, предложения. Каждая единица принадлежит определенному уровню языка. Эти уровни взаимосвязаны и строго упорядочены: звуковой уровень – морфологический – синтаксический – семантический (или смысловой) уровень.

Термин «речь» используется в двух значениях. Во-первых, речью называется один из видов коммуникативной деятельности человека: использование языка для общения с другими людьми. В этом смысле речь – это конкретная деятельность, выражающаяся либо в звуковой форме, либо

в письменной. Во-вторых, речью называется результат деятельности – текст (статья, сообщение и т.д.).

Таким образом, в слове «язык» преобладающим значением является «система, структура», а в слове «речь» – «деятельность». Поэтому для определения слова «коммуникация» уместно использовать термин «речевая».

Однако надо заметить, что выражение «языковая коммуникация» также существует и используется в качестве синонима. Вообще следует помнить, что очень часто, даже в научной литературе, слова «язык» и «речь» используются как синонимы, то есть взаимозаменяемы, если это не оговаривается особо.

## Функции языка и речи

Когда вопрос касается функций языка и речи, трудно провести грань между этими двумя понятиями. Дело в том, что любое языковое высказывание (устное или письменное) – это речь. Далее мы будем говорить о функциях языка, имея в виду это обстоятельство.

Основными функциями языка (и это следует уже из определения речевой коммуникации) являются:

- 1) **информационная** – передача информации, сообщение о мыслях, намерениях людей;
- 2) **агитационная** — побуждение, призыв; просьба;
- 3) **эмотивная** – непосредственное выражение чувств,

эмоций.

Кроме того, говорят еще о метаязыковой функции (использование языка для описания предмета) и о фатической (установление контакта между участниками общения).

Например, в научных трудах, в справочниках язык используется в метаязыковой функции для определения понятий, характеристики объекта изучения и т. д. В повседневном бытовом общении фразы типа «Как дела?», «Что нового?» используются, как правило, в качестве приветствия, то есть для установления контакта, их реальное словесное наполнение несущественно.

Реально в речевой деятельности человека функции языка проявляются в различных сочетаниях с преобладанием одной из них. Например, в газетной статье доминирует информационная функция, но могут выражаться также агитационная и часто эмотивная.

## **Речь и мышление**

Важнейшей функцией речи как деятельности в процессе коммуникации является функция выражения мысли. Человек мыслит всегда, за исключением полного отдыха и глубокого сна. При этом в речи мысль не только формулируется, но и формируется. Речь неотделима от мысли. По словам Л. С. Выготского, «речь есть процесс превращения мысли в слово, материализация мысли».

Сам процесс мышления до конца еще не познан. Ученые считают, что в речевом мышлении важная роль принадлежит *понятиям*, в которых обобщены существенные свойства явлений.

Понятия обозначаются словами, в которых они обретают необходимую для общения материальную оболочку. Мыслить – это значит оперировать понятиями. Чтобы мыслить, необходимо знать слова, обозначающие эти понятия.

Поэтому овладение языковыми средствами (запасом слов, грамматическими формами и конструкциями) является необходимым условием развития мышления и постепенного усложнения познавательной деятельности.

Здесь мы подошли к вопросу о соотношении речи и мышления. Эти два понятия, конечно, не тождественны.

С одной стороны, мышление шире, чем речь, поскольку оно опирается не только на язык. Наряду с речевым мышлением существует практически действенное и наглядно-образное мышление.

С другой стороны, в каких-то отношениях речь шире мышления, поскольку она передает не только понятийное содержание, но и эмоции. Кроме того, речь стилистически окрашена и социально дифференцирована, то есть вариативна. Механизмы мышления, очевидно, универсальны для всех людей, независимо от их национальности и социальной принадлежности.

*Различают два вида речи: внешнюю и внутреннюю.*

**Внутренней речью** называют языковое оформление мысли без ее высказывания, устного или письменного. Здесь языковые значения используются вне процесса реальной коммуникации. Даже из названия понятно, что этот процесс скрыт от непосредственного наблюдения и поэтому далеко еще не изучен.

Считается, что процесс внутренней речи протекает с большой скоростью и сама внутренняя речь различается степенью языковой оформленности в зависимости от условий.

*Выделяют три основных типа внутренней речи.*

Первый – это внутреннее проговаривание, то есть «речь про себя», которая сохраняет структуру внешней речи, но лишена ее звукового или графического оформления. Такая речь типична при решении мыслительных задач в затрудненных условиях.

Второй тип – собственно внутренняя речь, когда она выступает как средство мышления. При этом человек пользуется специфическими единицами (предметными кодами, кодами образов и т.п.). Такая речь имеет специфическую структуру, отличающуюся от структуры внешней речи.

Третий тип – это внутреннее программирование, то есть формирование и закрепление в специфических единицах программы речевого высказывания, целого текста или его частей.

**Внешняя речь** — это процесс речевой деятельности,

включающей различные механизмы кодирования и декодирования информации. Внешняя речь – это то, что мы произносим, слышим, пишем, читаем.

## Речевая деятельность

Речевая деятельность как один из видов деятельности человека характеризуется целенаправленностью и состоит из нескольких последовательных фаз: ориентировки, планирования (в форме внутреннего программирования), реализации и контроля. В соответствии с этими фазами осуществляется каждое отдельное *речевое действие*.

Исходным моментом любого речевого действия является *речевая ситуация*, то есть такое стечение обстоятельств, которое побуждает человека к речевому действию (например, к высказыванию).

Примеры речевых ситуаций: необходимость ответить на вопрос, сделать доклад о результатах работы, написать письмо, побеседовать с другом и т. п. Речевая ситуация порождает *мотив* высказывания, который в отдельных случаях перерастает в потребность совершения этого действия.

*В реализации речевого действия выделяются следующие этапы.*

**1. Подготовка высказывания.** Происходит осознание мотивов, потребностей, целей, осуществляется вероятностное прогнозирование результатов высказывания на основе

прошлого опыта и на основе учета обстановки.

У развитого в речевом отношении человека, с быстрыми реакциями, эти подготовительные решения протекают с большой скоростью на подсознательном уровне. Все эти решения завершаются созданием внутреннего плана высказывания, который может иметь различную степень обобщенности или конкретности.

Успех речевого действия зависит от того, насколько активно знание языка, насколько сформированы у человека речевые навыки и умения.

**2. Структурирование высказывания.** Осуществляется выбор слов, расположение их в нужной последовательности и грамматическое оформление – все это происходит во внутреннем плане.

Данный этап является наименее изученным в системе речевого действия, поскольку не ясны механизмы выбора слов и грамматического оформления. Предполагается, что выбор слов в памяти осуществляется методом проб и ошибок, путем отбрасывания слов, которые недостаточно точно выражают намеченное содержание.

В оперативной речевой памяти действует механизм «оценки» подбираемых слов. Предполагается также, что слова в памяти человека сохраняются не разрозненно, а в систематизированном виде, например в виде тематических блоков, что ускоряет и облегчает выбор нужного слова.

При этом слова, которые неоднократно использовались,

являются как бы «индуцированными», поэтому у говорящего прослеживается тенденция их повторного употребления. В выборе слов определенную роль играют также словесные ассоциации, которые образуются на основе предшествующего опыта и сохраняются в памяти.

**3. Переход к внешней речи.** Осуществляется звуковое или графическое оформление высказывания. Этот этап самый ответственный, поскольку он определяет положительный или отрицательный результат высказывания.

Если переход от внутренней речи к внешней по каким-то причинам нарушен, то есть внутренняя речь плохо оформляется во внешней, то окружающим такая речь кажется неполной, бессвязной, труднопонимаемой.

О результате речевого действия судят по его восприятию и по реакции на него, то есть обратной связи.

**Восприятие речи** (процесс слушания или чтения) включает следующие стадии:

- 1) переход с акустического или графического кода на код внутренней речи;
- 2) расшифровка синтаксических структур, грамматических форм;
- 3) понимание общего плана высказывания;
- 4) понимание замыслов и мотивов высказывания;
- 5) оценка полученной информации (содержания высказывания, его идеи, позиции говорящего и т.п.);
- 6) понимание выбора формы и языковых средств.

**Понимание** (как составная часть процесса восприятия) включает два уровня: языковой и содержательный. Первый без второго возможен, второй без первого – нет. Очевидно, что полное понимание достигается не всегда. Эффективное восприятие возможно при активном желании воспринимающего понять речь автора высказывания.

**Обратная связь** (то есть реакция на высказывание) – важный элемент контроля речевого действия, позволяющий оценить его результат. Наиболее полно обратная связь осуществляется в диалоге.

Качество понимания передаваемого сообщения зависит от комплекса факторов – различных условий, при которых осуществляется коммуникация. Совокупность таких условий принято называть **контекстом**. Общий контекст речевого общения складывается из явного и скрытого.

**Явный (или эксплицитный) контекст** включает то, что подлежит непосредственному наблюдению. Он делится на вербальный и невербальный.

**Скрытый (или имплицитный) контекст** — это то, что не поддается непосредственному наблюдению.

В скрытый контекст входят: мотивы, цели, намерения и установки коммуникантов, их личностные характеристики (уровень образования, социальная принадлежность, характер и т.п.). В зависимости от контекста высказывание может привести к различным результатам.

Поскольку главная цель речевого общения – это обмен ин-

формацией, то есть передача и восприятие смысла высказывания, человек стремится быть понятым. Для этого необходимо учитывать и правильно использовать факторы, оказывающие влияние на процесс общения. На основе таких факторов выделяются различные формы и типы речевой коммуникации.

## **Формы и типы речевой коммуникации**

Различают *устную и письменную формы* вербальной речевой коммуникации.

*Типы речевой коммуникации определяются по ряду признаков.*

### **1. Условия общения:**

а) *прямое, или непосредственное, общение* с активной обратной связью (например, диалог) и с пассивной обратной связью (например, письменное распоряжение и т.п.);

б) *опосредованное общение* (например, выступление по радио, телевидению, в средствах массовой информации).

### **2. Количество участников:**

а) *монолог* (речь одного человека);

б) *диалог* (речь двух людей);

в) *полилог* (речь нескольких человек).

### **3. Цель общения:**

а) *информирование*;

б) *убеждение* (включая побуждение, объяснение и т.п.);

в) *развлечение*.

#### **4. Характер ситуации:**

а) *деловое общение* (доклад, лекция, дискуссия и т.п.);

б) *бытовое общение* (разговоры с близкими людьми и т.д.). Любая речевая ситуация может быть отнесена к определенному типу. Например, если человек звонит другу, чтобы пригласить его в гости, их разговор можно охарактеризовать так: устная форма, непосредственное общение, диалог с целью убеждения, бытовая беседа.

Для каждого типа коммуникации существуют специфические языковые средства (слова, грамматические конструкции и т.д.), тактики поведения, умение применять которые на практике является необходимым условием достижения успеха в процессе речевой коммуникации.

## **Виды речевой деятельности**

Рассмотрев различные условия и факторы, влияющие на процесс речевой коммуникации, вернемся к понятию речевой деятельности. Из предыдущего изложения ясно, что с точки зрения механизмов кодирования-декодирования информации речевая деятельность включает четыре основных аспекта, которые принято называть *видами речевой деятельности*, говорение, слушание, письмо, чтение.

**Говорение** — это отправление речевых акустических сигналов, несущих информацию.

**Слушание** (или аудирование) – восприятие речевых акустических сигналов и их понимание.

**Письмо** — зашифровка речевых сигналов с помощью графических символов.

**Чтение** — расшифровка графических знаков и понимание их» значений.

Механизмы кодирования информации действуют при говорении и письме, декодирования – при слушании и чтении. При говорении и слушании человек оперирует акустическими сигналами, а при письме и чтении – графическими знаками.

Указанные четыре вида речевой деятельности лежат в основе процесса речевой коммуникации. Оттого насколько у человека сформированы навыки этих видов речевой деятельности, зависит эффективность, успешность речевого общения.

Кроме того, степень сформированности навыков речевой деятельности служит критерием оценки уровня владения языком (не только иностранным, но прежде всего родным) и показателем общей культуры человека.

## **Модель речевой коммуникации**

В каких бы условиях ни осуществлялась речевая коммуникация, с помощью каких бы средств ни передавалась информация, сколько бы человек ни принимало участие в об-

щении, в основе ее лежит единая схема, или *модель*.

Компонентами этой модели являются:

1. *Отправитель информации* (или адресант) – говорящий или пишущий человек.

2. *Получатель информации* (или адресат) – читающий или слушающий человек.

3. *Сообщение* — текст в устной или письменной форме – неотъемлемая часть модели, поскольку без обмена информацией нет речевой коммуникации.

Отдельное речевое действие (фрагмент коммуникации) называется *коммуникативным актом*. Например, в диалоге – реплика одного из собеседников.

В рамках коммуникативного акта отправитель информации (например, говорящий), имея мотив высказывания, строит его во внутренней речи, затем при переводе во внешнюю речь кодирует в звуки.

Получатель, воспринимая поступающий сигнал, декодирует его и распознает смысл высказывания. У него также возникает мотив высказывания, происходит обмен репликами, то есть осуществляется обратная связь. Таким образом, отправитель и получатель меняются местами, но схема коммуникативного акта остается при этом прежней.

Таким образом, речевая коммуникация – это общение людей, понимаемое в широком смысле слова не только как разговор, беседа, а как любое взаимодействие с целью обмена информацией (чтение, письмо и т.д.).

Общение осуществляется в процессе речевой деятельности человека с помощью вербальных (словесных) и невербальных средств. Вербальная речевая деятельность включает четыре аспекта: говорение, слушание, чтение, письмо.

Основная цель речевого общения – обмен информацией.

*В соответствии с этим задачи, которые решает человек в процессе общения, можно свести к следующим основным:*

- эффективное получение информации;
- эффективная передача информации;
- достижение поставленной цели путем убеждения собеседника и побуждения его к действию;
- получение дополнительной информации о собеседнике;
- позитивная самопрезентация.

*Эффективное получение информации* относится как к устной, так и к письменной речи и зависит от уровня владения навыками чтения и слушания.

*Эффективная передача информации* (в письменной и устной форме) предполагает владение навыками письма и говорения.

*Достижение поставленной цели* путем убеждения собеседника требует знания основных риторических приемов (как в устной, так и в письменной речи), а также владения речевыми тактиками убеждения и побуждения.

*Получение дополнительной информации о собеседнике* возможно на основе знания объективных закономерностей функционирования языка в обществе (чтобы определить

уровень социально-культурного развития человека, его социальную принадлежность), умения различать оттенки интонации и голоса собеседника (чтобы оценить его эмоциональное состояние), умения интерпретировать содержание его высказываний и понять возможный подтекст.

***Позитивная самопрезентация*** означает способность произвести хорошее впечатление на собеседника (или на читателя) и предполагает владение основами культуры речи, что включает в себя и знание норм языка, и умение «исполнить» свою речь в приятной для собеседника манере, продемонстрировав свои положительные качества.

# 1.2. Речевая норма и культура речи

## Речевая норма

*Речевой нормой* называется совокупность наиболее устойчивых традиционных реализации языковой системы, отобранных и закреплённых в процессе общественной коммуникации. Норма формируется на основе языка определенной области или города.

Например, нормы произношения современного русского литературного языка сформировались на основе среднерусских диалектов и речи жителей Москвы. В процессе развития литературного языка происходят сдвиги в сторону диалектов, других функциональных разновидностей языка.

Как правило, нормы письменной речи складываются раньше, чем устной. В настоящее время существует тенденция к сближению норм письменной и устной речи.

Языковое явление считается *нормативным*, если оно характеризуется такими признаками, как:

- 1) соответствие структуре языка;
- 2) массовая и регулярная воспроизводимость в процессе коммуникации;
- 3) общественное одобрение и признание.

При формировании речевой нормы действуют как сти-

хийные, так и сознательные процессы. Стихийность связана с массовым и регулярным употреблением той или иной языковой нормы в речи носителей языка, осознанными являются процессы «узаконивания», или кодификации, сложившихся стихийно языковых норм в грамматике и в словарях.

Кодификация, то есть фиксация сложившихся в процессе общественной практики явлений, осуществляется учеными-филологами.

Нормы существуют на всех уровнях языка и во всех функциональных стилях. Наиболее известные всем совокупности грамматических норм – это орфография и пунктуация.

**Орфография** — совокупность правил написания слов, то есть нормы правописания.

**Пунктуация** – совокупность правил (норм) расстановки знаков препинания. Для устной речи огромное значение имеет *орфоэпия* — совокупность норм литературного произношения. Эти нормы необходимы для достижения единообразия в произношении, что облегчает общение между людьми, помогает им быстрее понимать друг друга.

Необходимо отметить, что языковые нормы изменяются под влиянием различных факторов и прежде всего – под влиянием изменений, происходящих в обществе.

Например, всем известно, что до революции на конце слов, оканчивающихся на согласный, писалась буква Ъ.

После реформы орфографии эта норма перестала действовать. По старым нормам орфографии писали *чорт*

и *придти*, а в 50-х годах появились новые нормы – *черт* и *прийти*. Очень быстро под влиянием диалектов и просторечия меняются орфоэпические нормы. Вместо *кулинАрия* произносят сейчас *кулинарИя*, вместо [булошная] и [сливошный] – [булочная] и [сливочный]. Новые варианты произношения уже стали нормативными.

Часто некоторое устаревшее произношение связывается с принадлежностью человека к какому-либо социальному слою.

Так, в среде образованных людей XIX в. было принято произносить некоторые фамилии с ударением на предпоследнем слоге – *ИвАнов*, *БЫков*. А в просторечии, наоборот, произносили фамилию с ударением на последнем слоге – *ИванОв*, *БыкОв*.

После революции 1917 г. произношение *ИвАнов* стало связываться с представлением о людях из более зажиточных слоев общества и поэтому быстро устарело. Ему на смену пришло более демократичное *ИванОв*. Произношения типа *компАс* или *астрОном* сохраняются благодаря влиянию профессиональных жаргонов.

Определенные нормы существуют и в каждом функциональном стиле речи. Здесь стилистическая норма не является абсолютной, а носит относительный, вероятностный характер.

Специфика функционального стиля состоит в том, что он позволяет наилучшим образом осуществить процесс комму-

никации в данных типовых условиях и при данных типовых целях общения.

Например, если в бытовой ситуации человек будет пользоваться книжным языком, то окружающие могут подумать, что он либо нерусский, либо с социально-психологическими отклонениями (например, одержим манией бюрократического величия или ученой отрешенности от повседневности), либо находится в состоянии скрытой нервной напряженности.

Так, в бытовой речи неуместны слова *идентичный* вместо *одинаковый*, *таковой* вместо *этот*, *нежели* вместо *чем*, *ибо* вместо *потому что* и т. п.

Приведенные примеры иллюстрируют необходимость соблюдения в речи принципа *коммуникативной целесообразности*, который требует, чтобы языковые формы соответствовали условиям и целям общения.

Целесообразность определяется сознанием говорящих и пишущих людей, субъективно оценивающих объективную необходимость коммуникативных качеств хорошей речи. Если норма одинакова для всех членов языкового коллектива, то целесообразность зависит от функционального стиля речи, социальных различий, от коммуникативных задач и целей.

Знание речевых норм и соблюдение принципа коммуникативной целесообразности является основой культуры речи человека.

# Культура речи

Культура речи человека играет важную роль в процессе речевой коммуникации, в одну из задач которой входит желание произвести хорошее впечатление на собеседника, то есть позитивная самопрезентация. По тому, как человек говорит, можно судить об уровне его духовного и интеллектуального развития, о его внутренней культуре.

В обиходном значении культуру речи понимают часто как «красивую», содержащую изысканные слова и выражения речь. Иногда можно услышать: «Она так культурно отвечает» или «Он выражается некультурно». Однако это понятие более объемно и содержательно.

*Культура речи* — это «владение нормами устного и письменного литературного языка (правилами произношения, ударения, словоупотребления, грамматики, стилистики), а также умение использовать выразительные средства языка в различных условиях общения в соответствии с целями и содержанием речи».

Другими словами, культура речи – это умение правильно говорить и писать, а также умение употреблять слова и выражения в соответствии с целями и ситуацией общения.

Таким образом, выделяется два главных показателя, или критерия, культуры речи – правильность и коммуникативная целесообразность. Но этими критериями культура речи

не ограничивается.

Другими критериями культуры речи, определенными еще с древнейших времен, являются: точность, логичность, ясность и доступность, чистота, выразительность, разнообразие, эстетичность, уместность. Рассмотрим все критерии культуры речи более подробно.

### **1. Правильность**

Правильность – это соблюдение языковых норм. Правильной является речь, которая согласуется с нормами языка – произносительными, грамматическими, стилистическими. В соответствии с этими нормами надо говорить, например, [што], а не [что]; *квартАл*, а не *квАртиал*; *поезжай*, а не *ехай* и т. д. Но правильность – только первая ступень подлинной речевой культуры.

### **2. Коммуникативная целесообразность**

Понятие коммуникативной целесообразности высказывания уже упоминалось в данном разделе. Недостаточно говорить или писать правильно, нужно еще иметь представление о стилистических градациях слов и выражений, чтобы уметь употреблять их в соответствующих коммуникативных ситуациях.

### **3. Точность высказывания**

В понятии «точность высказывания» выделяются два аспекта: точность в отражении действительности и точность выражения мысли в слове.

Первый аспект связан с истинностью речевого высказыва-

ния (правда или ложь).

Во втором аспекте возможны следующие недостатки: отсутствие конкретности (высказывания типа «Кто-то кое-где у нас порой...» и т.п.), смешение близких по звучанию, но разных по значению слов, которые называются *паронимами* (осудит-обсудит, представит-предоставит и т.п.).

#### **4. Логичность изложения**

Высказывание должно отражать логику действительности, логику мысли и характеризоваться логикой речевого выражения.

Логичность мысли (или содержания высказывания) означает верность отражения фактов действительности и их связей (причина-следствие, сходство-различие и т.д.), обоснованность выдвигаемой гипотезы, наличие аргументов за и против, сведение аргументов к выводу, доказывающему или отвергающему гипотезу.

Примерами нарушения логики высказывания являются известные фразы «*В огороде бузина, а в Киеве дядька*» или «*Шел дождь и два студента, один – в университет, другой – в галошах*». Нарушения логики речевого выражения часто проявляются также в неверном членении письменного текста на абзацы.

#### **5. Ясность и доступность изложения**

Ясность изложения предполагает понятность речи ее адресату. Она достигается путем точного и однозначного употребления слов, терминов, словосочетаний, грамматических

конструкций.

Примером нарушения ясности выражения и проявления двусмысленности является, например, предложение «*В других работах подобного рода цифровые данные отсутствуют*».

Доступность (или доходчивость) изложения – это способность данной формы речи быть понятной адресату, заинтересовать его.

Доходчивость предполагает ясность, но не все изложенное ясно бывает доступно для понимания каждого человека. Например, прочитанная ясным языком лекция по ядерной физике может быть доступной в основном для специалистов.

## **6. Чистота речи**

Чистой называется речь, в которой нет чуждых литературному языку элементов (слов и словосочетаний) или элементов, отвергаемых нормами нравственности.

К таким элементам относятся слова-паразиты, которые появляются в речи при раздумье, в паузах (*вот, значит, так сказать*), диалектизмы и просторечные слова (*чаво, здесь* и т.д.), варваризмы (иностранные слова, имеющие русские эквиваленты, – *анонс, пролонгирование* и т.п.), жаргонизмы (*стибрили, умотать, лафа* и т.п.), вульгаризмы (бранные слова).

## **7. Выразительность речи**

Под выразительностью понимают такие особенности структуры речи, которые поддерживают внимание и интерес

у слушателей и читателей. Выразительность бывает информационной (когда слушателей заинтересовывает сообщаемая информация) и эмоциональная (когда слушателей заинтересовывает способ изложения, манера исполнения и т.п.).

## **8. Разнообразие средств выражения**

Требование разнообразия средств выражения выполняется, когда говорящий или пишущий активно использует большой объем лексического запаса, большое количество синонимов.

## **9. Эстетичность**

Эстетичность речи проявляется в неприятии литературным языком оскорбительных для чести и достоинства человека средств выражения. Для достижения эстетичности используются *эвфемизмы* — эмоционально нейтральные слова, употребляемые вместо слов или выражений, представляющих говорящему неприличными, грубыми, нетактичными. Например, говорят *«Ребенок испачкал пеленки»*, *«У него расстройство желудка»* и т. п.

## **10. Уместность**

Уместность подразумевает такой подбор и организацию средств языка, которые делают речь отвечающей целям и условиям общения. Уместность тех или иных языковых средств зависит от контекста, ситуации, психологических характеристик личности собеседника. Очень хорошо отражает суть этого принципа поговорка *«В доме повешенного не говорят о веревке»*.

Речевая норма как совокупность наиболее устойчивых традиционных реализации языковой системы складывается на протяжении длительного времени в процессе функционирования и развития языка под влиянием изменений социальной структуры.

Поэтому овладение речевыми нормами представляет собой длительный процесс усвоения принципов использования языковых единиц в зависимости от типов коммуникации. Самое важное в этом процессе – осознание необходимости соблюдения норм речи для достижения целей коммуникации.

Овладение навыками основных видов речевой деятельности (чтения, слушания, письма, говорения) предполагает усвоение норм, обеспечивающих культуру речевой деятельности и способствующих повышению эффективности речевого общения.

## 1.3. Техника речи

Звуковая сторона устной речи играет не менее важную роль, чем ее содержательная часть. Известно, что блестящая по содержанию речь во многом проигрывает, если она произнесена вяло и невыразительно, с запинками и речевыми ошибками.

И наоборот, малосодержательная речь, произнесенная фонетически безупречно, может произвести благоприятное впечатление. Для того чтобы овладеть техникой устной речи, необходимо иметь общее представление о произносительном аппарате человека и процессе речеобразования, а также о таких ключевых понятиях, как дикция, голос, интонация.

Кроме того, нужно знать орфоэпические нормы языка и способы исполнения речи перед аудиторией, включая стандарты телесных движений (мимики, жестов, позы). Эффективное использование всех перечисленных понятий является залогом успеха в устной коммуникации.

*Некоторые сведения о произносительном аппарате человека и процессе речеобразования*

В человеческом организме нет специальных органов, предназначенных только для произношения. Все органы, которыми пользуется человек для этой цели, выполняют те или иные физиологические функции.

Произносительными они стали лишь в результате много-

вековой эволюции человека. В фонетике, однако, отвлекаются от этих первичных функций и рассматривают совокупность соответствующих органов как *произносительный аппарат*.

С точки зрения участия в образовании звуков произносительный аппарат можно разделить на две части. Одна часть непосредственно в звукообразовании не участвует, а только поставляет необходимый для этой цели «воздушный материал».

Другая часть является «произносительной» в прямом смысле слова.

*В соответствии с этим в речеобразовании выделяют следующие функциональные области:*

- 1) респирацию (организация дыхания),
- 2) фонацию (образование голоса),
- 3) артикуляцию (производство звуков).

**Респирация.** Респирация обеспечивается *дыхательным аппаратом*, который состоит из легких, бронхов и дыхательного горла (трахеи). Речевая функция дыхательного аппарата состоит в производстве необходимого для работы голосовых связок (то есть фонации) подсвязочного давления.

Следует различать дыхание в покое, которое называют физиологическим дыханием, и дыхание во время речи – речевое дыхание. При физиологическом дыхании вдох равен выдоху, при речевом выдох длиннее вдоха. Речевое дыхание происходит через рот, физиологическое в норме – через нос.

Правильная организация речевого дыхания имеет большое значение для устной речи. Прерывающаяся, захлебывающаяся речь не производит благоприятного впечатления и даже иногда раздражает слушателя. Кроме того, неправильное речевое дыхание утомляет говорящего, пагубно сказывается на состоянии произносительных органов.

### *Упражнения для тренировки речевого дыхания*

Упражнения, тренирующие речевое дыхание, необходимо начинать с развития носового дыхания, что предупреждает различные расстройства голоса.

*Для этого рекомендуются следующие действия:*

1. Сделать 5—6 вдохов и выдохов через правую и левую ноздрю поочередно, закрывая отдыхающую указательным пальцем.
2. На вдохе носом оказывайте сопротивление воздуху, надавливая пальцем на крылья носа 8—10 раз.
3. Сделать вдох носом, на выдохе протяжно тянуть звук БМММ, одновременно постукивая пальцами по крыльям носа.

*Следующие упражнения развивают навык правильного дыхания, что необходимо для сохранения звучности голоса:*

1. Стоя или сидя, вдох носом направить в область живота (как бы ощущая его заполнение). Выдохнуть через маленькое отверстие между губами, мышцы живота подтягиваются. Повторить 5—6 раз.
2. Сделать несколько брюшно-носовых выдыханий: а)

стоя быстро втянуть мышцы живота и одновременно резко выдохнуть через нос, вдох обычный (повторить 4—6 раз); б) то же самое сидя и во время ходьбы.

**Фонация.** Собственно *произносительный аппарат* состоит из четырех связанных между собой полостей – гортани, глотки, полостей рта и носа.

**Гортань** — орган, в котором образуется голос. Она состоит из ряда хрящей, соединенных между собой мускулами и связками, которые обеспечивают ее движение. Внизу гортани находятся *голосовые связки*, представляющие собой мускульные образования.

Пространство между голосовыми связками, образующими угол с вершиной впереди, называют голосовой щелью. В состоянии покоя голосовые связки у мужчин имеют длину в среднем 1,5 см, у женщин – 1,2 см. При сокращении голосовых мускулов голосовые связки укорачиваются и изменяется степень их натяжения.

Непосредственно над гортанью расположена полость глотки.

**Глотка** представляет собой трубку диаметром около 3 см и глубиной около 2 см с не полностью закрытой передней стенкой. Полость глотки спереди открывается в полость рта. Переднюю границу полости глотки образует поверхность корня языка, верхняя ее часть сообщается с полостью носа.

Глотка может быть отделена от *полости носа* мягким небом, когда оно поднято и смыкается с задней стенкой глот-

ки. Воздух из полости глотки попадает в полость рта через проход между мягким небом и языком, а в полость носа – через носоглотку – проход между задней стенкой глотки и опущенным мягким небом.

В задней стенке глотки находятся мускулы, которые позволяют изменять напряженность ее стенок и ее размеры, что существенно влияет на качество звуков, создаваемых произносительным аппаратом.

**Полость рта** отделена от полости носа твердым небом и мягким небом, заканчивающимся маленьким язычком. При спокойном дыхании мягкое небо (которое называют еще небной занавеской) опущено и открывает доступ воздуху из глотки в рот и нос. В этом случае образуются так называемые носовые звуки. При поднятом мягком небе воздух поступает только в полость рта.

**Артикуляция.** Органы, непосредственно участвующие в образовании звуков речи, называются *артикуляторными органами*.

Их разделяют на активные, снабженные мускулатурой и способные к самостоятельным движениям, и пассивные, то есть неподвижные.

Активными органами являются: губы, язык (его кончик, передняя, средняя и задняя часть спинки, корень), мягкое небо, маленький язычок (*uvula*), задняя стенка глотки.

Пассивные органы – зубы, альвеолы, твердое небо. Деление произносительных органов на активные и пассивные

важно для описания артикуляций звуков. Активные органы производят определенные артикуляторные движения, пассивные являются лишь точкой опоры.

Речь образуется в результате движения произносительных органов. При этом объем и конфигурация речевого тракта постоянно меняются, что отражается на конфигурации звуковой волны.

Каждому звуку речи соответствует либо определенное статическое положение, либо определенная динамика изменения артикуляторных органов, то есть определенная артикуляция.

Звуками речи называются минимальные единицы речевой цепи, являющиеся результатом сложной артикуляционной деятельности человека и характеризующиеся определенными акустическими и воспринимаемыми свойствами.

Звуки речи делятся на две большие группы – гласные и согласные. Гласные образуются благодаря размыкательным движениям произносительных органов, а согласные – благодаря смыкательным.

В связи с этим для согласных характерно наличие преграды для выходящего из легких звука, а для гласных – отсутствие такой преграды. Кроме того, гласные всегда образуются при участии голоса (отсюда и их название), а согласные могут быть образованы без участия голосовых связок (глухие согласные).

В основе классификации гласных и согласных звуков ле-

жат артикуляторные признаки.

При этом важными признаками, играющими смыслообразительную роль, являются: для согласных место и способ образования звука, для гласных ряд и подъем языка (то есть степень продвинутости языка вперед и степень его подъема к небу).

Ребенок, овладевая речью, усваивает те артикуляторные движения, которые необходимы для правильной артикуляции звука. Если артикуляция усвоена неверно, то возникают так называемые дефекты дикции, о которых далее будет идти речь.

## Дикция

*Дикция* — это широкое понятие, которое включает в себя три основных показателя: правильность артикуляции, степень ее отчетливости и манеру выговаривать слова. Значение дикции для устной речи можно сравнить со значением красивого почерка для письменной.

Хорошая дикция создает благоприятные условия для эффективного устного общения между людьми. Кроме того, дикция имеет эстетическую ценность, будучи одним из наиболее ярких показателей внешней культуры звучащей речи.

*Правильность артикуляции* — это такие движения органов артикуляции, которые соответствуют нужному месту и способу образования звука. Этот показатель свидетель-

ствует о том, насколько хорошо человек усвоил необходимые артикуляторные движения.

В этом смысле обычно говорят о дефектах дикции или шире – о дефектах речи, исправление которых является предметом логопедии. Здесь различаются две группы дефектов речи – патологические и непатологические.

К патологическим дефектам относятся такие, которые связаны с органическими изменениями произносительных органов (гнусавость как следствие дефектов неба, дизартрия) или нарушением высшей нервной деятельности (афазия).

Непатологические дефекты речи, как правило, обратимы и связаны с нарушением нормативного произношения в результате неправильно усвоенных артикуляторных движений.

К ним относятся картавость, шепелявость и т. п. Логопеды используют большой комплекс корректировочных упражнений, которые приемлемы и для людей, не имеющих явных дефектов речи, но желающих усовершенствовать навыки произношения.

## **Методика исправления дефектов дикции**

Работа над исправлением дефектов артикуляции складывается из нескольких этапов:

*1. Подготовительный этап.* Цель этого этапа состо-

ит в подготовке слухового и произносительного аппаратов к правильному восприятию и воспроизведению звука. На этом этапе проводятся упражнения по различению звуков на слух, а также отработка опорных звуков. Например, для звука [с] опорным по месту образования является звук [и], а по способу – звук [ф].

2. *Постановка звука.* Цель этого этапа – отработка правильного звучания изолированного звука. Это достигается либо путем подражания (с помощью зрительного и слухового контроля), либо механически (с помощью шпателя или ложки), либо при комбинации первого и второго способов.

3. *Автоматизация звука.* На этом этапе осуществляется отработка правильного произношения звука в составе более крупных языковых единиц. Упражнения проводятся постепенно, начиная со слогов, затем в словах, предложениях, в рассказе.

4. *Дифференциация звука.* На этом этапе отрабатывается умение различать смешиваемые звуки и правильно употреблять их в собственной речи. Упражнения проводятся также постепенно, начиная с изолированных звуков, кончая скороговорками и спонтанной речью.

*Степень отчетливости артикуляции* — это показатель, который влияет на разборчивость устной речи. Хотя у большинства людей дефекты речи отсутствуют, степень отчетливости артикуляции у них может быть разной.

Например, при отсутствии зубов человек «шамкает» и его

речь часто малоразборчива. Но даже когда все зубы на месте, встречаются люди, про которых говорят, что у них «каша во рту», то есть слова произносятся невнятно, артикуляция вялая и неразборчивая.

Это объясняется тем, что люди, как правило, не обращают внимания на то, как они говорят, хотя уделяют много внимания своей внешности, фигуре, часто тратя много времени на физические упражнения, развивающие мышцы тела. Но мышцы артикуляторного аппарата также нуждаются в тренировке и укреплении, и недостаточно того, что мы говорим каждый день.

Для развития мышц артикуляционных органов нужна постоянная и целенаправленная тренировка. Доказательством этого служит понятие «учительский голос». Все наверняка замечали, что у учителей, ведущих урок, голос звучит совершенно по-иному, чем в тех случаях, когда они разговаривают на бытовые темы.

Этот факт объясняется тем, что на уроке учитель должен говорить отчетливо, чтобы все его понимали. Он напрягает мышцы произносительных органов, они получают необходимую нагрузку и постепенно становятся более сильными, тренированными.

Учительская привычка отчетливо произносить слова часто остается на всю жизнь, и по тому, как человек говорит, порой можно догадаться, что он преподаватель. Более того, четкая артикуляция создает впечатление, что человек уве-

рен в себе, знает то, о чем говорит, что является одной из задач устной коммуникации.

Поэтому каждый человек должен стремиться к тому, чтобы научиться четко произносить слова. Для этого существуют специальные упражнения.

Система упражнений для укрепления артикуляторных мышц применяется на практике прежде всего в театральных учебных заведениях при обучении студентов сценической речи.

Процесс обучения достаточно трудоемкий и занимает много времени, при этом необходимо заниматься под руководством преподавателя. Самостоятельные занятия также возможны, они должны осуществляться методом самоконтроля, то есть необходимо записывать собственную речь на магнитофон и постоянно контролировать характер изменений.

Существуют также методики развития артикуляции для детей школьного возраста. Они представляют собой упрощенный вариант театральных методик и могут быть использованы для самостоятельных занятий.

## **Методика тренировки артикуляторных мышц**

Упражнения, развивающие мышцы артикуляторных органов, различны по своему характеру, но, независимо от этого,

их надо начинать с артикуляционной гимнастики, которая «разогревает мышцы», подготавливая их к основным упражнениям.

*Артикуляционная гимнастика* включает следующий комплекс упражнений:

1. Удерживание губ в улыбке, передние верхние и нижние зубы обнажены.
2. Вытягивание губ вперед трубочкой.
3. Чередование положения губ: в улыбке – трубочкой.
4. Спокойное открывание и закрывание рта, губы в положении улыбки.
5. Высунуть широкий язык.
6. Высунуть узкий язык.
7. Чередование положений языка: широкий – узкий.
8. Подъем языка за верхние зубы.
9. Чередование движений языка: вверх – вниз.
10. Чередование следующих движений языка (при опущенном кончике): отодвигать язык в глубь рта – приближать к передним нижним зубам.

Каждое упражнение следует повторить 5—7 раз. Далее осуществляются специальные упражнения, развивающие мышцы различных артикуляторных органов.

*Эти упражнения можно разделить на три вида:*

- 1) произношение слогов,
- 2) произношение скороговорок,
- 3) речь с «камушками» во рту.

# 1. Произношение слогов

**Упражнение 1.** Взяв небольшое зеркало и глядя в него, попытайтесь произнести гласные звуки, строго соблюдая следующие правила. Помните, что вдох и выдох должны быть бесшумными. Каждый звук следует повторять по несколько раз.

Звук [y] — рот сложен трубочкой. Воздух выдыхается в узкое кольцо губ.

Звук [ы] — губы раскрыты, зубы раздвинуты на расстояние мизинца, нижняя челюсть немного впереди верхней, выдыхаемый воздух должен выходить в середину отверстия между зубами.

Звук [и] — расстояние между зубами – кончик мизинца, верхняя челюсть над нижней. Струя воздуха должна проходить между зубами.

Звук [о] — форма рта – кольцо, более широкое, чем при произнесении звука [у]. Воздух идет широкой теплой струей.

Звук [э] — губы раскрыты горизонтально, расстояние между зубами – большой палец, гортань широко открыта. Выдох направлен в середину зубов.

Звук [а] — гортань широко открыта, рот – большое кольцо, верхние зубы открыты, нижние закрыты губой. Воздух при выдохе очень теплый.

**Упражнение 2.** Произнесите гласные звуки в сочетании. При этом нужно следить за равномерностью, плавностью движения диафрагмы (в области живота) и за точностью открытия рта и разжимания зубов на каждом выдохе. Упражнение нужно повторять много раз в течение нескольких занятий. С каждым днем упражнение надо делать все быстрее:

*У – У – Ы – Ы – У – У — И – И У – У — 0 — 0 У – У – Э – Э У – У — А – А*

**Упражнение 3.** Произнесите следующие сочетания согласных с гласными (слоги). Слоги нужно произносить, четко выговаривая каждый звук. Упражнение выполняется многократно в течение ряда занятий:

*ПА – ПО – ПУ – ПЭ — ПЫ – ПИ*

*БА – БО – БУ – БЭ – БЫ – БИ*

*ДА – ДО – ДУ – ДЭ – ДЫ – ДИ*

*ХА – ХО – ХУ – ХЭ – ХЫ – ХИ*

*КА – КО – КУ – КЭ – КЫ КИ*

*ГА – ГО – ГУ – ГЭ – ГЫ – ГИ*

*НА – НО – НУ – НЭ – НЫ – НИ*

*МА – МО – МУ – МЭ – МЫ – МИ*

*ФА – ФО – ФУ – ФЭ – ФЫ – ФИ*

*ВА – ВО – ВУ – ВЭ – ВЫ – ВИ*

*ЛА – ЛО – ЛУ – ЛЭ – ЛЫ – ЛИ*

**Упражнение 4.** Произнесите сочетания согласных в слогах шепотом, но так, чтобы было слышно. Произносите сначала очень медленно и сильно. Звук [т] надо произносить

энергично. С каждым днем темп рекомендуется ускорять, но твердость и сила удара на [т] должна оставаться постоянной:

ПТА – ПТО – ПТУ – ПТЭ – ПТЫ – ПТИ БТА – БТО – БТУ – БТЭ – БТЫ – БТИ ХТА – ХТО – ХТУ – ХТЭ – ХТЫ – ХТИ и т. д. со всеми согласными.

**Упражнение 5.** Произнесите сочетания трех одинаковых согласных с гласными. Нужно начинать с медленного темпа, а затем с каждым днем ускорять его, доведя до быстрого:

ТТА – ТТО – ТТУ – ТТЭ – ТТЫ – ТТИ ББА – ББО – ББУ – ББЭ – ББЫ – ББИ ХХА – ХХО – ХХУ – ХХЭ – ХХЫ – ХХИ и т. д. со всеми согласными.

## 2. Произношение скороговорок

Скороговорки (иногда в этом смысле говорят о чистоговорках) также укрепляют мышцы органов артикуляции и обеспечивают хорошую разборчивость даже при быстром темпе речи.

Скороговорки произносятся сначала медленно, спокойно, один раз, затем два раза подряд вдвое быстрее, потом в четыре раза быстрее – четыре раза и, наконец, в восемь раз быстрее – восемь раз. Желательно произносить их на одном дыхании (на выдохе после глубокого вдоха). Повторяющиеся согласные должны звучать чисто и отчетливо.

*Приведем тексты некоторых популярных скороговорок.*

1) На дворе – трава, на траве – дрова.

2) Шла Саша по шоссе и сосала сушку.

3) Как при Прокопе кипел укроп, так и без Прокопа кипит укроп.

4) Карл у Клары украл кораллы, а Клара у Карла украла кларнет.

5) Сшит колпак не по-колпаковски, его надо переколпаковать и выколпаковать.

6) Расскажите про покупки. Про какие про покупки? Про покупки, про покупки, про покупочки мои.

7) Везет Сенька Саньку с Сонькой на санках. Санки скок, Сеньку с ног, Саньку в бок, Соньку в лоб, все в сугроб!

### **3. Речь с «камушками» во рту**

Это упражнение является одним из самым популярных и эффективных для развития дикции. Рекомендуется положить за щеку небольшие предметы (орешки, конфеты, камушки) и пытаться говорить так, как будто во рту ничего нет. При этом, конечно, необходимо соблюдать осторожность, чтобы не подавиться!

Сначала речь будет неразборчивой, но путем напряжения мышц артикуляторных органов нужно постараться преодолеть неразборчивость. В этом и заключается тренировка. Человек постепенно привыкает говорить, напрягая артикуля-

торные мышцы, и эта привычка сохраняется в повседневной речи.

**Манера выговаривать слова** включает в себя характерный для каждого индивидуума темп речи, продление или редукцию слогов и т. п. У каждого человека есть характерная манера выговаривать слова, формализовать которую довольно трудно, гораздо легче воспроизвести (или спародировать).

Доказательством этого служат многочисленные пародии на известных политических деятелей (например, характерное произношение слова «что» как [штаа] и т.п.).

Эта манера не уникальна, так как близкие люди, долго живущие вместе, говорят похоже. Точно так же дети часто перенимают манеру разговора своих родителей.

Иногда это особенно заметно у маленьких детей, про которых говорят: «Он (она) говорит, как взрослый».

Представляется, что манера выговаривать слова связана не только и не столько с характером артикуляции, а определяется главным образом специфической ритмической структурой слова (соотношением по длительности и интенсивности ударного и безударных слогов в слове), а также особыми модификациями интонации.

Манера произносить слова тесно связана с понятием *стиля произношения*, о котором уже говорилось в первом разделе. Нормативная, стандартная манера соотносится с полным или нейтральным стилем, а все индивидуальные особенно-

сти произношения присущи именно разговорному стилю.

Например, слово «человек» некоторые произносят как [чълавек], а некоторые – всегда как [чел]. Манера произношения часто характеризуется диалектными особенностями ритмики и интонации.

Выделяются следующие недостатки речи, которые можно отнести к манере произношения. Они не являются языковыми и относятся к парафонетике.

1. Эканье – вставка паразитических звуков типа [э], [м: ] и т. п. в паузах между фразами или словами, часто как знак размышления или колебания. Это звуки неполного образования, часто менее интенсивные, чем языковые. Иногда они незаметны, а иногда очень заметны и вызывают раздражение у слушающих.

Рекомендуется избегать эканья в ситуациях делового общения, поскольку наблюдаются социальные проявления нарочитого эканья по отношению к «низшим» социальным слоям.

2. Продление гласных и иногда согласных в конце фразы также как знак раздумья или колебания. Чаще всего продляются гласные в союзах *что, и*, в словах-паразитах *ну, вот*, в некоторых предлогах, в слове *это*, иногда в личных местоимениях.

3. Задержка дыхания на вдохе, что происходит неосознанно, когда речевое звучание должно появиться буквально в следующее мгновение и еще не закончилась фаза контроля

и селекции речевых единиц.

4. Шумные вздохи (вдох и выдох) перед началом фразы. Они также неуместны и нежелательны с точки зрения речевой этики в официальной обстановке.

5. Чмокание – шумное «отлипание» средней части спинки языка от неба и боков языка от щек. Чмокание обычно заполняет часть паузы, необходимой для обдумывания, а в спонтанной речи – также для выбора. Оно меньше контролируется говорящим, чем экание или шумные вздохи.

Слабое чмокание – смачивание полости рта, сглатывание – физиологически свойственно всем и производится машинально. Чмокание неприятно для слушателя, важно уметь контролировать этот процесс.

6. Назализация – произнесение в нос конечных гласных в словах. Это происходит из-за небрежного, преждевременного опускания мягкого неба (и язычка) еще до окончания фразы. Назализация оценивается как вульгарная черта в речи.

7. Эмкание – смыкание губ в конце слов, когда гласный еще звучит (в городе [м], девушки [м] и т.п.). Это также результат речевой небрежности, которую следует преодолевать.

Для улучшения речевых навыков, касающихся манеры выговаривать слова, необходимо постоянно слушать и стараться точно воспроизводить нормативную речь полного или нейтрального стилей.

К сожалению, образцы такой речи сейчас уже редко можно услышать даже по радио и телевидению, это преимущественно речь людей, прошедших специальную подготовку, — профессиональных дикторов и актеров.

Существуют лингафонные курсы русского языка для иностранных учащихся, которые также содержат образцы нормативной русской речи. Всем, кто хочет улучшить свою манеру произношения, можно порекомендовать заниматься самостоятельно по этим курсам.

## Голос

Большое значение для устной речи имеет голос человека. Это индивидуальная характеристика человека, такая же уникальная, как и отпечатки пальцев. В физическом смысле под *голосом* понимается совокупность разнообразных по высоте, силе и тембру звуков, возникающих в результате колебаний голосовых связок.

**Высота звука** (или высота голоса) определяется частотой колебаний голосовых связок. Поскольку у мужчин и женщин голосовые связки различаются по длине и толщине, то и высота голоса у них обычно разная: у мужчин в среднем 100—250 Гц, у женщин в среднем 200—400 Гц. Диапазон высот для человеческих голосов может составлять от 80 Гц до 1300 Гц (приблизительно 4 октавы). Предельные значения диапазона наблюдаются в певческих голосах (бас и мец-

цо-сопрано). Для обычных голосов диапазон изменения высоты звука составляет 2 октавы.

**Сила звука** — интенсивность звуковых колебаний, которая связана с их амплитудой. Человек воспринимает разные по силе звуки как более громкие или более тихие.

**Громкость** — это субъективная характеристика силы звука. При восприятии возникает сложное взаимодействие между высотой и силой звука и их субъективной оценкой. Так, если низкий и высокий звуки одинаковы по силе (то есть имеют одинаковую интенсивность), то высокий звук воспринимается как более громкий. Поэтому женщине с высоким голосом часто приходится слышать замечания, что она кричит или повышает голос.

**Тембр** — важная характеристика голоса. Объективно (то есть с точки зрения акустических показателей) тембр — это окраска голоса, определяемая количеством дополнительных тонов (обертонов), накладывающихся на основной тон.

Субъективно тембр голоса мы воспринимаем как приятный или неприятный, мягкий, стальной, скрипучий или визгливый и т. п.

Тембр голоса каждого человека сугубо индивидуален, что в конечном счете зависит от строения его произносительного аппарата (наличия в нем необходимых резонаторов).

Тембр изменяется не только с возрастом, но и в зависимости от физического и эмоционального состояния человека. Так, по голосу можно судить, веселый человек или грустный,

больной, усталый или здоровый, полный сил и т. д.

Умение владеть голосом – важный показатель ораторского мастерства и предпосылка убедительности устной речи. Необходимыми качествами ораторского голоса являются: красивый тембр (в любой ситуации), сила, полетность, выносливость, большой диапазон. К недостаткам голоса относят неприятный тембр, хрип, сип, малый диапазон, напряженное звучание.

Специалисты по сценической речи (которые главным образом и занимаются развитием голоса) считают, что хороший природный голос необходимо тренировать, чтобы он стал выносливым, готовым к большим нагрузкам. Регулярно занимаясь, можно его развить, усилить, расширить диапазон, заставить звучать резонаторы и тем самым улучшить тембр.

*Система упражнений для развития голоса включает:*

- 1) упражнения, приучающие верно направлять звук, не напрягаясь;
- 2) упражнения, направленные на развитие голосового диапазона, силы, полетности.

Важно найти натуральную высоту тона голоса, которая обычно находится в среднем регистре человека и на которой голос хорошо звучит. Затем необходимо совершенствовать качество звучания на других регистрах, осуществляя дыхательные упражнения одновременно со звуковыми.

# Интонация

*Интонация* — важное смысловоразличительное средство языка. Одно и то же предложение, произнесенное с разной интонацией, приобретает иной смысл. С помощью интонации выражаются основные коммуникативные значения: утверждение, вопрос, восклицание, побуждение.

Часто интонации, с которой произнесена фраза, доверяют больше, чем словам, то есть прямому смыслу фразы. Кроме того, интонация несет важную информацию о человеке: о его настроении, об отношении к предмету речи и собеседнику, о его характере и даже о профессии. Это свойство интонации было отмечено уже в древности.

Так, например, Абу-ль-Фарадж, ученый XIII в., писал: «Тот, кто разговаривает, постепенно снижая голос, несомненно, чем-то глубоко опечален; кто говорит слабым голосом — робок как ягненок; тот, кто говорит пронзительно и несвязно, — глуп как коза».

Человек, говорящий на родном языке, легко различает самые тонкие оттенки интонации на слух, но часто не умеет воспроизводить их в собственной речи.

Вообще публичная речь большинства людей характеризуется интонационной бедностью, что проявляется прежде всего в монотонном и однообразном интонационном оформлении высказываний. Школьники, пытаясь придать вырази-

тельность своему чтению вслух, читают часто с завываниями, слишком громко или слишком быстро.

Между тем, по словам известного лингвиста С. И. Бернштейна, «диктор должен быть тем мастером звучащего слова, который при помощи чтения создает впечатление свободной устной речи». Для того чтобы овладеть всей полнотой интонации языка, необходимо, во-первых, знать некоторые теоретические сведения и, во-вторых, выполнять специальные упражнения.

Прежде всего необходимо усвоить, что интонация — это комплексное средство языка, которое включает в себя несколько компонентов: мелодику, логическое ударение, громкость, темп речи и паузу.

*Мелодика* — это изменение высоты тона голоса на протяжении высказывания. Она является главным компонентом интонации, иногда ее называют интонацией в узком смысле слова.

В русском языке выделяются несколько типов мелодики, основными из которых являются:

*мелодика завершенности*, которая характеризуется понижением высоты голоса к концу высказывания и свойственна повествовательным предложениям, а также вопросительным предложениям с вопросительным словом;

*вопросительная мелодика*, которая характеризуется повышением высоты тона и свойственна вопросительным предложениям без вопросительного слова (общий вопрос);

*мелодика незавершенности*, которая близка к вопросительной, но характеризуется меньшим подъемом высоты тона и реализуется в неконечных частях распространенного высказывания.

*Логическое ударение* (называемое часто акцентным или смысловым выделением) – это выделение с помощью интонационных средств какого-либо слова в высказывании, которое представляется говорящему наиболее важным, с целью обратить на него внимание слушателя.

Часто в этом смысле говорят о месте интонационного центра высказывания, то есть том слоге или слове, на котором происходит коммуникативно значимое изменение высоты тона голоса.

Интонационный центр высказывания всегда располагается на том слове, которое говорящий хочет акцентировать. В зависимости от того, на какое слово фразы падает логическое ударение, высказывание изменяет свой смысл и требует иной речевой реакции собеседника. Например:

– *Вы пойдете в театр?* – Да, в театр.

– *Вы пойдете в театр?* – Да, пойдём.

– *Вы пойдете в театр?* – Да, мы.

**Громкость** — это воспринимаемая слушателем интенсивность высказывания. Интенсивность высказываний всех коммуникативных типов обычно уменьшается к концу высказывания. Более важные в смысловом отношении части предложения обычно характеризуются более высоким уров-

нем суммарной интенсивности, то есть более громки, чем малозначимые части предложения.

**Темп речи** — скорость произнесения элементов речи (звуков, слогов, слов). В фонетических исследованиях для характеристики темпа используют длительность звуков, на практике же пользуются показателем количества звуков (слогов, слов), произнесенных за единицу времени (секунду или минуту).

Основные закономерности изменения темпа речи на протяжении высказывания состоят в том, что в конце высказывания темп, как правило, медленнее, чем в начале, и, кроме того, наиболее важные слова и части высказывания характеризуются замедлением темпа речи. Другими словами, то, что говорящий считает важным, он обычно произносит более медленно.

**Пауза** — перерыв в звучании является важным средством смыслового членения предложения. В зависимости от места расположения паузы может изменяться смысл высказывания. Здесь можно привести известную фразу «*Казнить нельзя помиловать*», которая меняет свой смысл на противоположный в зависимости от того, где делается пауза.

Перечисленные интонационные средства в речи выступают в различных сочетаниях, придавая ей разнообразие, яркость и выразительность. Общее количество мелодических типов не ограничивается перечисленными. Например, восклицательные предложения могут быть произнесены с раз-

личными эмоциональными оттенками.

Умение рационально использовать перечисленные компоненты интонации и реализовывать в речи различные смысловые и эмоциональные оттенки составляет одно из необходимых условий ораторского мастерства и служит предпосылкой выразительности устной речи.

Для совершенствования навыков интонационного оформления речи при чтении вслух необходимо овладеть техникой интонационной разметки текста.

***Интонационная разметка текста*** – это своего рода интонационная транскрипция, то есть запись того, как нужно использовать основные компоненты интонации при чтении текста.

*Процедура интонационной разметки текста состоит в следующем:*

1. Разметьте в тексте место пауз и их долготу. Пауза отмечается вертикальной чертой, короткая пауза – одной чертой, длинная – двумя. Обычно длинные паузы соответствуют знакам препинания в тексте, а короткие делаются внутри распространенных предложений между группами подлежащего и сказуемого, при однородных членах предложения, при перечислении и т. д.

2. Подчеркните те слова, на которые должно падать логическое ударение. В тех словах, которые имеют варианты произношения, отметьте словесное ударение.

3. Отметьте движение тона (то есть мелодику) в тех сло-

вах, которые предшествуют паузе. Мелодика завершенности отмечается стрелкой вниз, незавершенности и вопроса – стрелкой вверх.

4. Подчеркните двумя чертами более важные отрезки текста, которые должны быть прочитаны медленно и отчетливо. Менее важные отрезки, которые следует читать быстро и «на одном дыхании», можно заключить в скобки.

5. Прочитайте текст в соответствии со сделанной разметкой и проверьте, удобна ли она для чтения.

Для совершенствования навыков владения интонацией предлагаются специальные упражнения, направленные на расширение диапазона голоса и вырабатывающие умение услышать и понять разницу в интонировании при чтении текста профессиональным диктором и непрофессионалом.

## **Интонационные упражнения**

**Упражнение 1.** Подберите любые восемь строк из стихотворения и прочтите их, повышая тон на каждой строке. Пользуйтесь повышением тона расчетливо, чтобы его «хватило» на все строки стихотворения. Определите, если есть возможность, с помощью музыкального инструмента средний тон своего голоса и начинайте читать на два-три тона ниже него. Выполняйте задание до тех пор, пока не научитесь автоматически соразмерно повышать звуковой регистр.

**Упражнение 2.** Запишите на магнитофонную ленту

текст «Последних известий», передаваемых по радио в исполнении профессионального диктора. Запишите их текст на бумагу и дайте прочитать кому-нибудь из друзей. Прослушайте обе записи и сопоставьте их с точки зрения расстановки пауз, логических ударений и мелодики. Опишите замеченные вами различия двух чтений.

## **Орфоэпические нормы русского языка**

*Орфоэпические нормы* — это правила произношения и ударения. Правильное произношение слов является основным критерием культуры речи и показателем уровня образования человека.

Каждому режет слух, когда он слышит «*nОртфель*» или «*магАзин*», и у него сразу возникает ощущение, что говорит малограмотный человек.

В русском языке существует довольно много случаев, когда даже вполне хорошо образованные люди делают ошибки в произношении и ударении, поскольку в свое время не усвоили правильный вариант. Это, естественно, портит впечатление о человеке, препятствует его позитивной самопрезентации.

*Поэтому необходимо познакомиться с наиболее типичными и частыми ошибками в произношении и стараться преодолевать их в собственной речи:*

1. Произношение на месте буквы Э в начале слова в без-

ударном положении звука *И* вместо нормативного звука *Э*: *икран* вместо *экран*, *инергия* вместо *энергия*.

2. Произношение после твердых шипящих на месте буквы *А* звука *А* вместо нормативного *Ы*: *лошадей*, *к сожалению* и т. п.

3. Смягчение согласного перед буквой *Е* в заимствованных словах типа *пюре*, *детектив* (надо произносить *пюрэ*, *дэтэктивф*) и произношение твердого согласного в словах типа *бассейн*, *крем* (надо *бас'ейн*, *кр'ем*).

4. Произношение звука *Ч* буквенного сочетания *ЧН* в отдельных частотных словах: *скучно*, *нарочно*, *конечно* (нужно произносить звук *///*).

5. Произношение существительных мужского рода, оканчивающихся на *-ИЗМ*, с мягким согласным перед следующим твердым (нужно – *З* твердый): *социализьм*, *капитализьм* и т. п.

6. Ошибки ударения в следующих частотных словах (приводится правильный вариант): *квартАл*, *граждАнство*, *экс-пЕрт*, *каталОг*, *мусоропровОд*, *ходАтайство*, *тамОшня*, *договОр*, *дого-вОры*, *тОрты*, *пОхороны*, *ракУшка*, *свЁкла*, *звонИт*, *заключИт*, *баловАть*, *балУет*, *премировАть*, *кУхонный*, *глад Ильный*, *оптО-вый*, *красИвее*.

Более подробно познакомиться с нормами русского литературного произношения можно в книге Р. И. Аванесова «Русское литературное произношение». Для практического использования можно также порекомендовать книгу

## Исполнение речи

*Исполнение речи* — это непосредственное произнесение ее перед аудиторией.

Возможны различные способы исполнения: чтение с листа полностью записанного текста, произнесение заученной наизусть речи, произнесение с опорой на план-конспект и т. п. Наиболее выигрышным считается так называемый экстемпоральный метод, при котором речь произносится по заученному плану-конспекту.

Тренировка в произнесении речи вслух является необходимой при любом выбранном оратором способе исполнения. Во время такой тренировки нужно окончательно затвердить в памяти последовательность мыслей, найти наиболее выразительные словесные формулировки для самых важных частей речи.

Рекомендуется максимально приближать тренировку к условиям реального произнесения: постоянно представлять перед собой аудиторию, произносить речь целиком, не отбрасывая отдельные ее части, говорить с полным напряжением, несмотря на искусственность ситуации, и т. п. Особенно важно во время тренировки поработать над звучанием голоса, интонацией и жестами.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.