

## TARTALOMJEGYZÉK

ELŐHANG .....	7
1. A HELYES HANGKÉPZÉS FELTÉTELEI .....	11
1.1. A beszédhangok képzése .....	11
1.2. Az értelmes beszéd kritériumai .....	15
1.3. A hangképzési nehézségek gyökere: a rugalmatlan test .....	16
1.4. Az erőteljes hang alapfeltétele: a rugalmas test .....	17
1.5. A hangzás fokmérője: a rezonancia .....	20
1.6. A hangszalagok és a levegő .....	21
1.7. A hang egészségi állapotának megőrzése .....	25
1.8. Mindennapi hang tréning .....	27
2. A TEST KIEGYENSÚLYOZOTT IZOMFESZÜLTSGÉNEK KIALAKÍTÁSA A HANGKÉPZÉS OPTIMALIZÁLÁSA ÉRDEKÉBEN .....	32
2.1. A test teljes izomzatának ellazítása .....	32
2.2. A gyűrűsizmok (szfinkterek) szerepe a helyes testtartás kialakításában és a lengő erő aktiválásában .....	33
2.3. A nagy- és finommozgású mozgásfolyamatok beépítése a szöveges, rögtönzött beszéd- gyakorlatok folyamatába .....	44
3. A SZÍNPADI BESZÉD AKUSZTIKAI KÖVETELMÉNYEI .....	48
3.1. A hangzástudat magabiztos megélése .....	48
3.2. A hallás és a beszéd .....	53
3.3. Az elmélyült légzés .....	68
3.4. Egyenes tartás és mozgékonyosság .....	73
3.5. A hangzás bázisának megerősítése .....	79
3.6. A szabad, laza, görcsmentes hangadás .....	81
3.7. A beszédtevékenység összetett jelensége .....	86

4. A SZÍNÉSZ HANGJÁNAK STÁTUSA A PERFORMATIVITÁS ESEMÉNYÉBEN .....	90
4.1. Az előbeszéd és a színpadi beszéd .....	90
4.2. A performativitás fogalmának bevezetése .....	93
4.3. Testtudat és hangzás a performansz terében ....	98
5. A SPONTÁN BESZÉD GÁTJAI ÉS HÍDJAI .....	103
5.1. A beszéd mint a kommunikáció eszköze .....	103
5.2. A spontán beszéd általános jellemzői .....	118
5.3. Spontán történet, spontán mese .....	133
6. BEVEZETÉS A FÉLIG KÖTÖTT FORMÁJÚ (FKF) SZÖVEGES RÖGTÖNZÉS GYAKORLATAINAK RENDSZERÉBE .....	149
6.1. Rögzítés, tárolás és felidézés .....	149
6.2. Motiváció és képzetalkotás .....	155
6.3. A mentális lexikon aktiválása és a kreatív gondolkodás .....	159
6.4. A beszéd prozódiai jellemzői .....	168
6.4.1. A beszéd dallama, a hanglejtésváltozás ...	169
6.4.2. A hangsúly .....	173
6.4.3. A hangerő .....	177
6.4.4. A hangmagasság .....	180
6.4.5. A hangszín .....	181
6.4.6. A beszédtempó .....	184
6.4.7. A beszédpszünet .....	186
7. A FKF SZÖVEGES RÖGTÖNZÉS GYAKORLATAI .....	188
ZÁRSZÓ .....	231
FÜGGELÉK .....	235
Az artikuláció ügyesítése és a pótlevegőzés technikájának kialakítása... ..	235
A beszédtevékenység fő egységei – a beszédállapot felmérésének szempontjai .....	240
IRODALOMJEGYZÉK .....	243