

ТРЕНІНГ АКТОРСЬКОЇ ПСИХОТЕХНІКИ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ТВОРЧИЙ СТАН АКТОРА

Набоков Роман Геннадійович,

кандидат мистецтвознавства

Орлова Олена Миколаївна

Студент

Державна академія культури і мистецтв

г. Харків, Україна

Вступ. Професійний розвиток людини на сьогоднішній день стає найбільш актуальною проблемою суспільства. Одним з найбільш ефективних засобів досягнення планів в цьому напрямку стає тренінг як механізм роботи над особистісними якостями працівника. Походження даного поняття пов'язане з театральним середовищем, де тренінг розумівся як спосіб відпрацювання певних умінь і психофізичних якостей. На сьогоднішній день тренінг став повсякденною частиною більшості професійних областей, включаючи бізнес. Так під тренінгом розуміється система тренувань з метою вдосконалення в різних сферах. Залежно від спрямованості, він може бути як психологічним, так і прикладним. Акторські тренінги як і раніше залишаються важливим механізмом роботи людей, зайнятих в цій професії.

Мета роботи. Розкрити сутність і специфіку творчого існування актора, його компоненти, визначити механізми впливу тренінгу на творче існування актора.

Матеріали та методи. Методологічно робота ґрунтується на вироблених вітчизняною наукою про театр принципах новаторства, на аналізі об'єктивних, органічних законів природи, що лежать в основі акторської творчості.

Результати і обговорення. У порівнянні з початком ХХ століття, кількість і різноманіття методів роботи ставить новий ряд завдань перед педагогом. Зокрема, стає важливим навик використання наукових і практичних досягнень різних напрямків і традицій. Одним з таких видів роботи став

психофізичний тренінг як методика відточування професійної майстерності акторами і їх особистісного розвитку в професії.

Акторський тренінг - це процес вдосконалення організму актора. Як зазначається в роботі С.В. Гіппіус, тренінг розвиває гнучкість нервової системи і особистісні якості акторів, які дозволяють їм досягати найбільших висот у професійному плані [2, с. 95].

У психології психофізика розглядається не як окрема наука чи напрямок, а як складова даної науки, її розділ. Предмет її вивчення - кількісне визначення відчуттів в залежності від величини фізичних подразників. Простіше кажучи, це спосіб розкріпачення людини і його розвиток з використанням певних психологічних інструментів і прийомів.

Дослідження питань розвитку акторського тренінгу стало дослідницьким завданням як для вітчизняної, так і зарубіжної науки. Розвиток даного процесу пов'язан з традиційними механізмами передачі інформації всередині професійного співтовариства - навчання учнів їх вчителями. Збагачення розділу психології новими інструментами роботи відбувалося як шляхом пошуку принципово нових, так і запозичення і інтеграції вже існуючих.

Видатний режисер К. С. Станіславський був одним з перших, хто відзначив високу роль тренінгу у становленні особистості актора-професіонала. Детально він пише про це в книзі «Робота актора над собою», де наголошує на необхідності проведення різних форм тренінгів для акторів за аналогією з роботою і особистісним зростанням людей схожих творчих професій - вокалу і танців [3, с. 172].

Станіславський став засновником системи професійних тренінгів акторської майстерності. Його продовжувачем був Михайло Чехов, який запропонував розглядати акторський образ з точки зору систематичного розвитку і роботи актора над собою. У своїй роботі «Про техніку актора» М. Чехов пише, що акторський тренінг - це чіткий алгоритм роботи актора над собою. Він повинен бути заснований на наукових принципах і мати певну програму занять.

Першим етапом становлення образу актора має стати опрацювання «нутра», а на наступних заняттях актор розвивається в ході виконання вправ різного рівня складності і виду. Репетиція також відноситься до категорії акторських тренінгів, набуваючи особливі форми.

У театральній традиції психотренінг став ефективною і усталеною методикою роботи більшості метрів сцени. Незважаючи на деякі відмінності в роботі з акторами, режисери робили акцент не на відпрацювання професійних навичок, а на розвиток внутрішніх якостей особистості, здатних створити професіонала в театральному мистецтві. Саме психофізичні якості дозволяють акторам знайти свою «родзинку» і стати справжніми професіоналами своєї справи.

Крім зазначених вище властивостей акторський тренінг спрямований на формування умінь досягнення творчого стану.

Таке сценічне самопочуття, згідно з методиками Станіславського, може бути трьох видів: внутрішнє, зовнішнє і загальне. Перше розглядається в контексті роботи актора над собою «в творчому процесі переживання». Автор цілеспрямовано виділяє дану категорію елементів, щоб підійти до проблеми їх розвитку за допомогою тренінгу. До таких елементів внутрішнього сценічного самопочуття Станіславський відносить артистизм і здатності його вираження, природні дані актора [3, с. 302].

Таким чином, тренінг в українській акторській школі стає основним механізмом формування навичок підпорядкування всього психофізичного апарату волі актора. Він стає способом зняття блоків, розкріпачення особистості, а також навчання прийомам єднання психічного і фізичного окремо взятої особистістю.

Також до елементів творчого стану акторів прийнято відносити пре-експресивність. Під нею розуміється спосіб формування існування актора на сцені. Дане визначення було вперше дано і розроблено в роботах Е. Барби і стало системоутворюючим елементом його робіт. Дані види тренінгів засновані на системі роботи Е. Гротовського і неодноразово довели свою ефективність в

роботі з акторами.

Пре-експресивність - це динамічний стан актора, готового до творчості. При цьому ця риса не виробляється в ході посилення репетиційної частини роботи актора. Його джерелом стає внутрішня енергія людини, його готовність керувати нею і направляти в потрібне русло. Для визначення шляхів вивільнення цієї енергії потрібна професійна допомога і наставництво режисера. [1, с. 256].

Висновки. Таким чином, творчий стан актора повинен стати результатом постійної роботи над собою, в тому числі і в результаті постійних тренінгів. Основними критеріями даного процесу стають:

1. Творче самопочуття (внутрішнє перемикання актора з побутового стану на непобутовий);
2. Психофізичне розблокування (зняття фізичних і психологічних затискачів);
3. Досягнення пре-експресивного стану (накопичення енергії і готовність направити її в творчість).

Тренінг стає важливим інструментом роботи актора над власним внутрішнім світом, через який досягається стан свободи і вміння мимоволі створювати певні образи на сцені.

Література

1. Барба Э., Саварезе Н. Словарь театральной антропологии. Тайное искусство исполнителя / Пер. И. Васюченко, М. Даксбури Александровской, Г. Зингера, Е. Кузиной. Москва: Артист. Режиссер. Театр, - 2017. - 320 с.
2. Гиппиус С.В. Гимнастика чувств. Секреты развития психики. Санкт-Петербург: Прайм-Еврознак, - 2015. - 290 с.
3. Станіславський К.С. Зібрання творів: У 9 т. Т. 2. Робота актора над собою. Частина 1: Робота над собою у творчому процесі переживання: Щоденник учня / Ред. і авт. вступ. ст. А.М. Смілянський. Ком. Г.В. Крісті і В.В. Дибовського. Москва: Мистецтво, - 2016. - 511 с.