

МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ ТА ІНФОРМАЦІЙНОЇ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ КУЛЬТУРИ
ФАКУЛЬТЕТ СЦЕНІЧНОГО МИСТЕЦТВА
Кафедра режисури

Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня «Магістр»

**ТРЕНІНГ ЯК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА
КОНСТАНТА РОБОТИ РЕЖИСЕРА У СЦЕНІЧНОМУ
МИСТЕЦТВІ**

Виконала:

здобувач вищої освіти
галузь знань 02 «Культура і мистецтво»
спеціальність 026 «Сценічне мистецтво»
Юлія ПЕРЕДАНЕНКО

Науковий керівник:

кандидат мистецтвознавства,
доцент кафедри режисури ХДАК
Роман НАБОКОВ

Наукові рецензенти:

1) кандидат мистецтвознавства,
доцент кафедри режисури естради та масових
свят КНУКіМ

Микола КРИПЧУК;

2) кандидат мистецтвознавства,
доцент кафедри режисури ХДАК
Світлана ШУМАКОВА

Допущено до захисту
Зав. кафедри _____ / Сергій ГОРДЄЄВ /
21 грудня 2022 р.

Харків
2022

Харківська державна академія культури
Факультет сценічного мистецтва
Кафедра режисури
Ступінь вищої освіти «Магістр»
Галузь знань 02 «Культура і мистецтво»
Спеціальність 026 «Сценічне мистецтво»

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Завідувач кафедри режисури

_____ /Сергій ГОРДЄЄВ/

18 жовтня 2021 року

ЗАВДАННЯ

на виконання кваліфікаційної роботи здобувача вищої освіти

Юлії ПЕРЕДАНЕНКО

1. Тема магістерської роботи:

«Тренінг як психолого-педагогічна константа роботи режисера у сценічному мистецтві»

науковий керівник: доцент кафедри режисури ХДАК, кандидат мистецтвознавства **Роман НАБОКОВ**

затверджені рішенням кафедри режисури від 18 жовтня 2021 року.

2. Строк подання роботи – 21 грудня 2022 року

3. Вихідні дані – в роботі досліджується театральний тренінг як педагогічний процес і основа виховання психофізичного апарату фахівців в галузі сценічного мистецтва.

4. Зміст магістерської роботи (питань, що потребують розробки):

ВСТУП

**РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ
КОНЦЕПЦІЙ ТЕАТРАЛЬНОГО ТРЕНІНГУ**

**РОЗДІЛ 2. БАГАТОАСПЕКТНІСТЬ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ
РЕЖИСЕРА**

**РОЗДІЛ 3. ТЕАТРАЛЬНІ ТРЕНІНГИ ТА ЇХ ВИКОРИСТАННЯ В
СУЧАСНИХ АРТ-ПРАКТИКАХ**

ВИСНОВКИ

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ДОДАТКИ

5.Консультанти розділів магістерської роботи

Розділи	Відомості про консультантів розділів магістерської роботи	Підпис і дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Доктор культурології, проф. А.А.Кікоть	16.09.2021	
Розділ 1	Викладач кафедри режисури О.Ю.Лачко	21.10.2021	
Розділ 2	Викладач кафедри режисури О.Ю.Лачко	22.02.2022	
Розділ 3	Викладач кафедри режисури О.Ю.Лачко	02.05.2022	
Висновки	Доктор культурології, проф. А.А.Кікоть	15.09.2022	
Список використаних Джерел	Доктор культурології, проф. А.А.Кікоть	26.09.2022	
Додатки	Доктор культурології, проф. А.А.Кікоть	14.10.2022	

6.Дата видачі завдання – 18 жовтня 2021 року

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№	Назва етапів магістерської роботи	Строк виконання	Примітки
1.	Вступ	17.10.2021	
2.	Розділ 1	19.01.2022	
3.	Розділ 2	26.04.2022	
4.	Розділ 3	10.06.2022	
5.	Висновки	31.11.2022	
6.	Список використаних джерел	?	
7.	Додатки	04.11.2022	
8.	Редагування тексту	22.11.2022	
9.	Збір рецензій		

Здобувач вищої освіти _____

(підпис)

Науковий керівник роботи

(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ КОНЦЕПЦІЙ ТЕАТРАЛЬНОГО ТРЕНІНГУ

1.1. Аналіз джерельної бази.....

1.2. Методологія дослідження.....

1.3. Визначення основних понять: «тренінг», «майстерність
режисера», «драматерапія».....

Висновки до розділу 1.....

РОЗДІЛ 2. БАГАТОАСПЕКТНІСТЬ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ РЕЖИСЕРА.....

2.1. Компетенції та психолого-педагогічні особливості
режисерської діяльності.....

2.2. Відомі методики та програми тренінгів.....

2.3. Драматерапія як сучасна ланка діяльності режисера.....

Висновки до розділу 2.....

РОЗДІЛ 3. ТЕАТРАЛЬНІ ТРЕНІНГИ ТА ЇХ ВИКОРИСТАННЯ У СУЧАСНИХ АРТ-ПРАКТИКАХ.....

3.1. Використання тренінгів для розвитку креативного мислення у
здобувачів освіти (на прикладі роботи кафедри режисури ХДАК)....

3.2. Використання засобів театрального мистецтва в інклюзивному
театрі «Дивосад» (Чернігів).....

3.3. Школа «Тісто» як найпопулярніший простір арт-практик
у Харкові.....

Висновки до розділу 3.....

ВИСНОВКИ.....

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....

ДОДАТКИ.....

ВСТУП

Обґрунтування вибору теми дослідження. Багато з діячів сценічного мистецтва неодноразово у своїх працях висвітлювали якою має бути постать режисера. Аналізуючи безліч існуючої літератури, можна зробити висновок, що професія «режисер» є надзвичайно складною та багатопрофільною. Це стосується не лише опанування необхідних вмінь та навичок, а й організації подальшої творчої діяльності після закінчення ВНЗ. Сучасне сценічне мистецтво передбачає роботу кваліфікованого спеціаліста в багатьох галузях одночасно. Адже дійсно, режисерська професія вимагає бути педагогом, актором, драматургом та постановником, тому підготовка творчого апарату потребує комплексного підходу і закладення значних зусиль для засвоєння матеріалу. До того ж, безперервні зміни в соціально-культурному та мистецькому просторах змушують до постійного самовдосконалення і розширення професійних та особистісних меж.

Для виховання майбутнього спеціаліста використовують багато методик, але найефективнішою залишається тренінг, який формує необхідні для режисера навички та вміння, тим самим розширюючи професійно важливі якості. Мистецтвознавчі, педагогічні, психологічні концепції є невід'ємними частинами тренінгу, адже серед усього різноманіття видів мистецтва, саме у театральній практиці є потреба у художньому, психологічному і педагогічному осмисленні процесу. Роль тренінгу, його місце і призначення у вихованні майбутнього спеціаліста завжди буде актуальним питанням у сфері сценічного мистецтва. Виходячи з цього, спектр виникаючих проблем потребуватиме від театральних педагогів модернізації підходів і методів в роботі зі здобувачами. Саме тому формування професійних якостей майбутніх спеціалістів в галузі сценічного мистецтва висвітлено в дослідженні як педагогічний процес, який являє собою симбіоз методів, форм та засобів навчання та у якому безпосередньо відбувається професійне становлення та зріст. Крім того, актуальним

залишається питання популяризації неформальної мистецької освіти, яка потребує від викладачів наукового переосмислення педагогічних підходів, задля забезпечення ефективності та результативності творчої діяльності. На нашу думку, відзначені проблеми завжди викликатимуть особливий інтерес серед викладачів та здобувачів.

Актуальність обраної теми зумовлена недостатньою кількістю наукових праць, присвячених театральному тренінгу як педагогічному процесу, а також стрімким розвитком сценічного мистецтва, яке висуває нові вимоги і потребує осмислення.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Магістерське дослідження виконано відповідно до плану наукових досліджень кафедри режисури та плану Харківської державної академії культури 2016–2020 рр., затвердженого на засіданні Вченої ради (протокол № 12 від 10 лютого 2016 р.), та є складовою теми «Актуальні науково-дослідні пошуки в контексті сценічного дискурсу».

Мета і завдання дослідження. *Мета* – розкрити специфіку і значення театрального тренінгу у становленні майбутнього спеціаліста в галузі сценічного мистецтва.

Досягнення мети передбачає вирішення таких завдань:

- узагальнити та охарактеризувати теоретичні знання щодо основних елементів режисерської майстерності;
- розглянути психологічну природу особистості режисера як творця;
- висвітлити психологічні та рефлексивні процеси, що відбуваються впродовж творчого процесу;
- визначити основні поняття: «майстерність режисера» (навички та вміння), «театральний тренінг», «драма терапія»;
- проаналізувати особливості театально-педагогічної діяльності Стелі Адлер, методичку акторської школи Ути Хаген, феномен акторського методу Тадаші Сузукі (зокрема тренінгу «Грамматика

ніг»), школу М. Сен-Дені та виявити специфіку акторського тренінгу «Імпровізація в масці.

- дослідити сутність та зміст сучасних тренінгів на прикладі занять з предмету «Креативне мислення в режисерській арт-практиці» В. Бугайової, діяльності інклюзивного театру «Дивосад» та школи акторського мистецтва «Тісто».

Об'єкт дослідження – професіограма професії «режисер».

Предмет дослідження – театральний тренінг як важлива складова виховання та розвитку творчо-педагогічного потенціалу майбутнього спеціаліста в галузі сценічного мистецтва.

Методи дослідження. Методологічною основою дослідження є два підходи: культурологічний і мистецтвознавчий, що вможлиблює розгляд тренінгу як психолого-педагогічної константи в роботі режисера у сценічному мистецтві. Складність і багатоаспектність обраної теми, недостатня її розробленість зумовили використання методу міждисциплінарного синтезу із долученням культурологічної думки, історичних, педагогічних, та інших джерел. Аналіз культурологічних і театрознавчих концепцій здійснено на основі комплексної методології, що містить загальні та спеціальні методи: герменевтичний, аксіологічний, компаративний, метод семіотичного аналізу, структурно-функціональний, метод спостереження і узагальнення, безпосередня участь у підготовці та проведенні тренінгів у мистецьких закладах, контент-аналіз літератури, Інтернет-джерел, а також, у межах мистецтвознавчого підходу, метод аналізу тренінгу у креативно-онтологічному ракурсі.

Наукова новизна одержаних результатів.

Удосконалено концепцію тренінгу в системі майстерності режисера-педагога.

Дістала подальшого розвитку методика виховання майбутніх спеціалістів в галузі сценічного мистецтва.

Практичне значення одержаних результатів. Одержана у дослідженні інформація може використовуватися у лекційних заняттях, застосовуватися під час арт-практик, бути корисною для молодих науковців, психологів та театральних педагогів.

Апробація результатів дослідження. Основні результати роботи обговорювалися на засіданні кафедри режисури Харківської державної академії культури.

Основні положення і висновки магістерського дослідження були апробовані на двох міжнародних конференціях: XI Міжнародна науково-практична конференція «International scientific innovations in human life» (Манчестер, Великобританія), IV «Innovations and prospects of world science» (Ванкувер, Канада).

Публікації. Основні ідеї та положення магістерського дослідження висвітлені в публікаціях:

1. Переданенко Ю.О. Сучасні тенденції виховання студента-режисера на шляху професійного становлення // International scientific innovations in human life. Proceedings of the 11-th International scientific and practical conference. Cognum Publishing House. Manchester, United Kingdom. 2022. Pp. 21–27.

2. Переданенко Ю.О. Імпровізація як метод виховання психофізичного апарату актора // Innovations and prospects of world science. Proceedings of the 14-th International scientific and practical conference. Perfect Publishing. Vancouver, Canada. 2022. Pp. 240–244.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел з 80 найменувань, додатків, основний зміст – 72 сторінки, загальний обсяг роботи – 120 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ КОНЦЕПЦІЙ ТЕАТРАЛЬНОГО ТРЕНІНГУ

1.1. Аналіз джерельної бази

При написанні роботи була опрацьована наукова джерельна база (методологічна література, дисертації, періодичні видання, підручники, електронні ресурси та ін.)

Для створення плану, визначення мети, завдань, об'єкта та предмета роботи, методів дослідження було використано наукову розробку, а саме навчальний посібник з написання магістерської роботи, створений викладачами кафедри режисури ХДАК С. Гордеєвим та С. Шумаковою.

При розгляді психолого-педагогічних компетенцій режисерської діяльності ми звертались до статей українських науковців, а саме: М. Мельника, Н. Донченко, Н. Гусакової, Н. Середи, Н. Тимошенко, які в своїх працях широко розрили специфіку театральної педагогіки, виклали основні елементи творчо-педагогічної майстерності, описали складові професійного самовдосконалення й сучасні вимоги до режисера як фахівця.

Другим кроком стане аналіз та вивчення відомих методик та програм тренінгів. У руслі зазначеного підходу зразковими представляються роботи А. Бартоу «Акторська майстерність: американська школа», Е. Сараб'ян «Біблія акторської майстерності», У. Хаген «Гра як життя». В наведених книгах детально описані методики провідних майстрів з додаванням практичних вправ і особистих рекомендаціях педагогів щодо виконання вправ. Збагатив картину дослідження цікавий сучасний погляд на нову ланку режисерсько-педагогічної діяльності, а саме драматерапію П. Горностай у своїй статті «Психодрама – дія для душі», де проаналізував вплив засобів театрального мистецтва на психоемоційний стан людини, описав методику

проведення занять й специфіку роботи театрального педагога в наведеній сфері.

Для дослідження процесу театральної освіти варто звернути увагу на те, що кожен режисер на своєму творчому шляху обов'язково проходить через три іпостасі: учень — практик — педагог. Істотний внесок у розвиток цієї теми в контексті педагогічної спадщини режисера робить праця А.В. Грицана «Виховання режисера: психофізичний та інтелектуальний тренінг», де автор виклав педагогічні ідеї видатних майстрів минулого й сьогодення та проаналізував творчо-педагогічні пошуки майстрів.

Також матеріал дослідження склали низка наукових статей, що дало змогу більш детально вивчити психолого-педагогічні особливості роботи режисера-педагога.

Таким чином, виходячи з вищезазначених джерел дослідження, можна зробити висновок, що цей список використаних джерел був використаний як основа для аналізу проблем, розглянутих у магістерській роботі.

1.2. Методологія дослідження

Специфіка теми й авторські задачі передбачають міждисциплінарний підхід, який відображає інтегративні тенденції пізнання, поєднуючи в собі: мистецтвознавство, театрознавство, психологію творчості, театральну педагогіку. Комплексний характер роботи визначає єднання підходів, що ми обрали, а саме:

- театрознавчий підхід з метою дослідження художнього змісту розглядуваного нами театрального тренінгу;

- культурологічний підхід для аналізу режисерського тренінгу в культурно-історичному контексті, простеження шляхів розвитку тренінгу в якості одного з важливих елементів виховання майбутнього фахівця сфери сценічного мистецтва.

У свою чергу, методологія дослідження вибудована на принципі ретроспективного аналізу, тому доречним є використання наступних методів:

- метод аналізу тренінгу для вивчення актуального режисерсько-педагогічного досвіду;

- метод аналізу творчості режисера для аналітики театральнопедagogічної діяльності авторів відомих тренінгів, з метою виявлення специфіки підготовки майбутнього спеціаліста;

- метод інтерпретації для виявлення смислової сторони тренінгу, реконструкції його розвитку протягом часу і змін у педагогічних принципах;

- системний метод для вивчення режисерського тренінгу як феномена театального мистецтва у зв'язках його психологічно-педагогічних аспектів;

- аксіологічний метод для вивчення театального тренінгу як інструмента, що формує професійні навички на ціннісні установи майбутнього режисера;

- структурно-функціональний метод для дослідження внутрішньої побудови та ролі тренінгу у професії режисера;

- метод соціометричного аналізу для встановлення місця та значення тренінгу в структурі професійного виховання режисера;

Загальнонаукові методи для розгляду окремих складових режисерського тренінгу в їх взаємозв'язку: компаративний метод, дескриптивний метод, метод узагальнення, метод аналізу джерел, метод контент-аналізу.

1.3. Визначення основних понять: «тренінг», «майстерність режисера», «драма терапія»

Першочерговою потребою для вирішення поставлених завдань є визначення основних понять, які будуть використані у магістерському дослідженні. Центральним поняттям у роботі є «тренінг» (англ. training від train – навчати, виховувати. За словником-довідником професійного

тезауруса майбутнього актора, тренінг – спосіб передачі накопичених знань, засвоєння практичних навичок та вмінь у різних галузях людської діяльності [55]. Якщо вдаватись до поняття більш конкретизованої до галузі сценічного мистецтва дефініції, тренінг – комплекс спеціальних вправ, які розширюють творчі можливості за рахунок формування професійно важливих акторських та режисерських навичок [24].

До основних елементів, що розвиває тренінг входять

- Сценічна увага
- Уява та фантазія
- Почуття віри й правди
- Сценічне спілкування
- М'язова свобода

Крім того, не існує тренінгу, який би не поєднував у собі тренування декількох складових майстерності. Майже кожна вправа спрямована на комплексний підхід у вихованні психофізичного апарату актора.

Ще одним ключовим поняттям дослідження є майстерність режисера в контексті обов'язкових для фахівця навичок та вмінь потрібних для успішної творчо-педагогічної діяльності. Отже, майстерність – це комплекс властивостей особистості, які сприяють високому рівню професійної діяльності на рефлексивній основі [40]. Враховуючи, що тренінг у дослідженні розглянуто як педагогічний процес, то нижче розглянемо поняття «педагогічна майстерність», яка є невід'ємною складовою майстерності режисера.

І. Зязюн визначав педагогічну майстерність як симбіоз методичних навичок, вмінь, особистісних якостей, наукових знань в певній галузі, які забезпечують високий рівень професійної роботи [25, с. 79-80].

М. Фіцула вважав, що педагогічна майстерність – це сукупність індивідуальних якостей які надають високий рівень професійної майстерності перебуваючи у своїй єдності. А саме: професійні знання та здібності, педагогічна техніка, педагогічна етика, педагогічна харизма,

здатність до емоційного саморегулювання, об'єктивність, самоконтроль, культура, тощо [66, с. 57-58].

К.С. Станіславський наголошував, що творчість та етика, акторська і режисерська техніки та морально-духовні цінності є нерозривними складовими професійної майстерності, особливо театрального педагога.

Третьою ключовою складовою дослідження є поняття драматерапія, що було введено психологом Я. Морено. Отже, драматерапія – один з напрямів арт-терапії, у якій використовується прийом драматизації, розігрування певних життєвих подій з ціллю досягнення психотерапевтичного ефекту.

Чеський психолог М. Валента визначав драматерапію як лікувально-виховну дисципліну, що використовує засоби театрального мистецтва для послаблення психічних розладів, а також для підвищення рівня соціального розвитку особистості.

Висновки до розділу 1

1. У першому розділі нами було розглянуто теоретично-методологічну базу нашого наукового дослідження. Також було проаналізовано джерела за темою магістерської дисертації: наукові статті, інтернет-ресурси, дисертації а також підручники.

2. У дослідженні, зважаючи на комплексний аналіз роботи, було залучено наступні підходи: театрознавчий та культурологічний. Нами використовувались наступні методи: аналізу тренінгу та творчості режисера, інтерпретації, системний, аксіологічний, структурно-функціональний, соціометричний та контент-аналізу. Загальнонаукові методи: компаративний метод, дескриптивний метод, метод узагальнення, метод аналізу джерел.

РОЗДІЛ 2

БАГАТОАСПЕКТНІСТЬ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ РЕЖИСЕРА

2.1. Компетенції та психолого-педагогічні особливості режисерської діяльності

Формування спеціалістів нового типу у галузі культури та мистецтва спирається на постійний розвиток професійних та особистих якостей здобувача. На нашу думку, великий вплив на формування майбутнього режисера має також й мінливість, швидкість сучасного світу, процес діджиталізації та неупинний розвиток сфери культури, науки, театрального мистецтва і шоу-бізнесу [48]. Через вищенаведені фактори виникає потреба у нових прийомах роботи як викладачів так і здобувачів. Один з видів навчання, а саме дистанційний, потребує ще й сучасного оснащення та вміння володіти комп'ютерними технологіями [42, с. 126-130]. Модернізація освітнього процесу, залучення інноваційних підходів, швидка адаптація до змін у професійних вимогах – необхідні складові розвитку сучасного режисера. Крім того, значний вплив на процес навчання матиме рівень наявних знань у галузі культури та сформована система цінностей [20, с.123-131]. Проаналізувавши наявні за десятиліття висновки різноманітних досліджень з даної теми, можна стверджувати, що режисер – творчо-педагогічна професія, яка торкається широкого кола питань. Тож спеціалістам необхідно орієнтуватись в багатьох сферах життя і мистецтва аби бути не просто кваліфікованим, а й дійсно компетентним фахівцем.

Отже, основними необхідними для здобувачів освіти в галузі сценічного мистецтва є знання:

1. історії світового та вітчизняного мистецтва
2. культурно-історичних подій минулого та сьогодення
3. театрального термінологічного апарату

4. технологій створення спектаклів та шоу-програм (від розробки режисерського задуму до його реалізації)
5. інноваційних технологій сценічного мистецтва
6. правових норм, економічних складових (через комерціалізацію сфери культури)

Вважаючи на увазі нерозривність теоретичних знань та практичного досвіду викладаємо нижче обов'язкові професійні уміння:

1. здійснювання виконавсько-постановочну діяльність у сферах різних жанрів сценічного мистецтва (арт-проект, театралізований концерт, шоу-програма та інше)
2. вміння працювати в команді, керувати колективом, організовувати творчий процес та налагоджувати комунікацію між всіма членами постановочної групи
3. генерувати креативні ідеї, мислити латерально
4. розробляти логістику, план реалізації майбутнього видовища

Існує тенденція, що здобувачі освіти в сфері театрального мистецтва після закінчення ВНЗ стають педагогами. Через це майстри роблять акцент на усіх сферах діяльності сучасного режисера, створюють певні курси, які спрямовані на вивчення основ педагогіки та методики викладання спеціальних дисциплін. Під час занять обговорюються не тільки теоретичні засади діяльності викладача, а й особистісні якості та компетенції. Наприклад: здатність до самовиховання, перцептивні здібності (емпатія, проникливість), педагогічна харизма, навички планування та прогнозування [20, с. 94-106]. Також важливою складовою формування здобувача як театрального педагога є вміння робити аналіз наявного педагогічного досвіду, а саме: результативність використовуваних іншими майстрами методів, визначення форм та засобів впливу на учнів, окреслення проявів педагога як організатора, вихователя і керівника. Педагогічні аспекти діяльності режисера в більшій мірі виражаються у його практичній творчій

діяльності. Важливим спостереженням є те, що теоретичні знання майстра з режисури та акторської майстерності використовуються більш вузько, ніж комунікативні навички, перцептивні вміння та обізнаність у педагогічній і психологічній науці [16, с 42-46]. Ми вважаємо, педагогічне спілкування є основою творчого процесу між здобувачем та викладачем. На думку фахівця з педагогічної психології Б.Ф. Ломова, людина стає особистістю лише в процесі спілкування і саме воно є внутрішнім механізмом існування колективу. Процес контакту передбачає ясне розуміння співрозмовників, в даному випадку викладача й учня, унікальності одне одного й визнання права бути собою, що є принциповим у творчому колективі. Культура спілкування буде залежати не тільки від комунікативного потенціалу режисера-педагога, а й від набутого досвіду, здатності до емоційної саморегуляції. Крім того, професійний викладач повинен вміти обирати індивідуальний підхід до кожного учня, знаходити засоби спілкування, відповідні до особистісних особливостей, розпізнавати виключні психологічні риси. Робота творчого колективу це взаємодія індивідуальностей, узгодженість у поглядах та переживаннях групи.

Безсумнівним фактом є те, що психіка педагога знаходиться під постійним емоційним збудженням. Специфіка професії передбачує щоденний творчий процес у якому відбувається постійне рольове перетворення: Я – педагог, Я – режисер, Я – глядач, Я – актор. Це потребує від педагога вміння керувати власним психоемоційним станом, мобілізуючи творчі елементи акторської системи, а саме: увага, фантазія та уява, пам'ять фізичної дії, віра, почуття життєвої правди, пластичність, м'язова свобода, володіння голосом. Треба зауважити, що процес виховання потребує не тільки постійного емоційного напруження, а й створення умов, в яких викладач самотійно впливає на учнів психологічно. Задача майстра – пробудити творчу природу, створити необхідну атмосферу та самопочуття всієї групи. Саме тому ми вважаємо, що педагог здебільшого передає знання не шляхом викладанням конкретного матеріалу, а через живе спілкування. Це підтверджує

опитування здобувачів ХДАК. Більшість з них зазначило, що інтерес до особистості педагога, його творчих і життєвих принципів формує зацікавленість предметами, які він викладає [53].

Виходячи з цього можна зробити висновок, що на навчальний процес, рівень засвоєння матеріалу учнями суттєво має вплив створений емоційний фон. Відтак, можна впевнено стверджувати, що цілісність режисерсько-педагогічного процесу є головним аспектом у формуванні майбутнього режисера як фахівця [16, с. 42-46]. Загальновідомо, що характерною ознакою сучасного суспільства є постійні, стрімкі зміни, що вимагає наявності soft-skills якостей, професійної мобільності та самовдосконалення. Саморозвиток та професійна реалізація – головний фактор успішності та умова реформ у галузі сценічного мистецтва. Крім того, вищезазначені процеси нерозривно зв'язані із особистісним пізнанням та саморегуляцією і потребують від режисера постійною невдоволеністю своїми працями [62, с 158-161]. Виходячи з цього, однією з важливих рис творчої людини є прагнення до самовдосконалення. Професія «режисер» потребує постійного розширення знань в області загальних наук, культури та сценічного мистецтва, вдосконалення фахової майстерності, що потребує самодисципліни [16, с 42-46]. Діяльність театрального педагога має синтетичний характер та гармонійно поєднує драматичне мистецтво, художнє слово, почуття ритму і темпу, володіння пластичною виразністю. Це сприяє формуванню навички бачити естетичне в оточуючій дійсності, удосконалювати наявні професійні риси [33].

Наразі процес демократизації в Україні і створення нових умов життєдіяльності надає кожному громадянину країни можливість реалізуватись у полі свого таланту та наявних здібностей. Підсумком цього процесу стає формування особистості як творчої, духовно розвиненої і професійно реалізованої. Проте важливим буде зауважити, що в творчих галузях це потребує наявності особливого складу мислення та певних характерологічних властивостей. Це відбувається через те, що в процесі

педагогічно-навчальної діяльності учні та педагоги вирішують нестандартні, креативні задачі, окрім організаційних, виховних та керівних завдань. Дійсно, театральна та педагогічна діяльність мають схожі риси у своїй направленості. А найголовніше, спільну мету – впливання на людину шляхом емоційного переживання, застосовуючи для цього творчі засоби [53]. Підсумовуючи зауважимо, що творча та педагогічна діяльність в професії «режисер» є цілісними, взаємопов'язаними поняттями. Дані галузі спираються на індивідуальний склад особистості і можуть існувати і бути ефективними лише при постійному розвитку та багатоплановій практичній діяльності [17, с. 48-56].

2.2. Відомі методики та програми тренінгів

На сучасному етапі розвитку сценічного мистецтва в Україні до педагогів та майбутніх режисерів висувається велика низка компетенцій та особистісних, психоемоційних задатків, що потребують розвитку і вдосконалення. Відомий британський режисер Р. Пріор, досліджуючи процес підготовки майбутніх акторів і режисерів дійшов до висновку, що навіть маючи акторську природу від народження або граючи у театрі без базової драматичної освіти варто постійно розвиватись у професії. Театральний тренінг служить інструментом не тільки поглиблення знань, а й допомагає осмислювати себе та оточуючу дійсність. На думку Пріора, актора не можливо навчити діяти на сцені за допомогою будь-якої системи тренажу, але саме він допоможе розкрити власний потенціал та талант. Більшість закладів вищої освіти як в Україні так і по всьому світу поєднують різні театральні школи, не зважаючи на певну еkleктичність учбового процесу в більшості ВНЗ. На нашу думку, тільки такий симбіотичний характер навчання є ефективним. Тому ідея дослідження багатьох систем, їх системна практика допомагає розкриттю творчого потенціалу найбільш [27, с. 93-100].

Сьогодні існує безліч театральних шкіл та методик за допомогою яких виховують професійних режисерів і акторів. Вони мають різну направленість, цілі і завдання, проте базуються і беруть свої витoki з системи Станіславського. Видатний режисер і педагог, теоретик театру К.С. Станіславський присвятив більшу частину життя театральному мистецтву. Накопичивши багатий досвід він систематизував набуті знання, створивши знамениту систему [2, с. 5]. Учні Станіславського створювали власні новаторські школи акторського мистецтва й передавали набуті знання по всьому світові [32]. Поширення його методу відбулось і в Америці під час гастролей акторів МХТ у Нью-Йорку. Американці були вражені реалізмом і технікою виконання акторської гри трупи. Це стало першим поштовхом для впровадження і вивчення системи Станіславського в Америці, не дивлячись на те, що раніше американські театри прагнули до символізму та експресіонізму. Великий внесок у цей процес зробив Річард Болеславський, який заснував Американську театральну лабораторію, де і проводив лекції і практичні заняття по системі Станіславського [2, с. 6]. Це підтверджує, що творчі пошуки К.С. Станіславського надали великого значення для подальшого піднесення театального мистецтва. Система, створена видатним режисером, стала визначальним фактором для розвитку мистецтва режисерів та акторів. Беззаперечним є той факт, що всі існуючі театральні школи посилаються на досвід системи Станіславського, проте вони зазнали значної інтерпретації і театральні педагоги змінювали її виходячи з власного бачення [72, с. 135-141].

Техніка акторської майстерності Стелли Адлер

Стела Адлер – американська актриса, одна з найвідоміших педагогів у Нью-Йорку, яка створила школу акторської майстерності «Stella Adler of Acting». Доречним буде згадати, що вона була єдиною ученицею К.С. Станіславського серед американських акторів. Це свідчить про те, що

заснована Стеллою Адлер методика викладання акторського мистецтва, є інтерпретацією відомої системи. Серед її учнів були такі відомі особистості як: Джон Ріттер, Роберт Де Ніро, Марлон Брандо, Мелані Гріффіт та Бетт Мідлер [76, с. 506-12]. Метод Стелли Адлер виступає одночасно як засіб освоєння техніки актора, процес роботи актора над роллю і самодослідження себе як особистості. У системі Стелли Адлер звісно ж зустрічаються принципи школи К.С. Станіславського. Проте, вони набули певних змін у термінології, а саме: «сценічне спілкування» визначається як «досягнення партнера», «надзавдання п'єси» режисерка називає «метою автора», «коло уваги» переформулювала у «теперішнє», а «підтекст» трансформує як «життя за межею» [72, с. 135-141]. Однією з провідних ідей методики Адлер було виявлення емоційної природи творчого апарату актора [78]. Стелла Адлер, створюючи школу, намагалась зробити її місцем, де учень формується як особистість, творчість якої є віддзеркаленням навколишніх подій у суспільстві. На думку майстра школа забезпечувала виживання вихованців у творчому житті. А про створену систему тренінгів висловлювалась таким чином: «У Вашому виборі Ваш талант».

Для Стелли поняття «акторський розвиток» та «особистісний розвиток» є тотожними. Тому вона виділяла три складових, які забезпечують особистісний зріст: дослідження мистецтва, вивчення людської природи та історії. Для режисерки було принципово важливим аби актор міг пристосовувати наявні знання під час роботи над роллю [1, с. 76-100]. На її думку, це забезпечувало зв'язок між «Я – персонаж» та «Я – особистість», виправдовувало та пояснювало логіку поведінки персонажа. Спираючись на вищенаведені положення цілком можливо стверджувати, що Стелла Адлер не вважала свій метод набором чітких правил, що обов'язкові до виконання. Вона сприймала створену театральну систему як спосіб існування, що приймає художню форму. Саме це дозволяло необмежено використовувати чуттєву, розумову людську природу та психофізичний апарат актора. Результатом навчання у школі Стелли Адлер має бути незалежність актора

від системи. Адже на її думку актор – самостійна система, усі творчі задатки існують лише всередині нього. Однією з особливостей школи режисерки є те, що вона не розмежовує вже існуючі акторські техніки, а вважає їх взаємозалежними [79].

Отже, Методика Адлер має три основних пункту: фундамент, авторська інтерпретація тексту та робота актора над роллю. Основу тренінгу склали вправи на уяву. Саме вони в її системі носили назву «фундамент». Адлер стверджувала: «...уява містить в собі все – від мистецтва до ідеї, поезії, колективного несвідомого усього людства, минулого й теперішнього. Все, що ми говоримо, робимо, думаємо та відчуваємо на сцені, повинно бути профільтровано через власну уяву.» Логічним є ствердження, що в основу поняття «фундамент» покладено вміння бачити неіснуюче та відтворювати його таким чином, ніби воно знаходиться перед нами. Впевненість актора на сцені, за думкою С. Адлер, залежить від вірної та яскравої кінострічки внутрішнього бачення. Після того, як актор створить образ в уяві, його потрібно обжити, а сценічний простір під час цього повинен виражатись через актора. Для тренування фантазії режисерка пропонує вправу «Квітка». Завдання полягає у тому, щоб побачити квітку, роздивитись та запам'ятати її у найдрібніших подробицях. Після потрібно розповісти про квітку таким чином, щоб слухачі побачили її так само як і Ви. На цьому етапі підключаються й інші важливі акторські навички, а саме: вміння налагодити контакт зі слухачами, тримати в голові чіткий образ і головне – донести його, використовуючи потрібні слова та рухи. Особливе значення під час виконання вправи мало саме слово. Проводячи аналогію із п'єсою, майстер наголошувала: «..п'єса – це не слова, п'єса – це ідеї, думки». Вона вимагала від актора гарного, літературного мовлення і хотіла аби він занурювався у підтекст. Це безумовно сприяло глибокому розумінню тексту. Доречним буде згадати й другу вправу – «перифраз». Для її виконання режисерка обирала глибокі за думкою есе, котрі потребували від актора аналізу і чіткого особистісного відношення до теми. Звісно, елементи психофізичного апарату

актора безумовно має велике значення. Сценічна віра в запропоновані обставини, володіння тілом та голосом, акторське «спілкування» є базою. Але водночас з тим, Адлер стверджувала, що гра актора насамперед дія, яку пробуджує уява. Тобто витоком сценічної дії є створені образи, котрі виражаються через актора і вимагають від нього конкретної поведінки та самопочуття на сценічному майданчику. Повернемось до концепції постійного особистісного та інтелектуального саморозвитку актора. Даний принцип у відіграє велику роль під час роботи актора над персонажем. За авторською методикою Адлер процес перевтілення відбувається через пошук «нового себе» в ролі. Режисерка має філософський підхід до роботи над персонажем та вважає, що чим ближче актор знаходиться до злиття з роллю, тим більш пізнає себе. У школі пропонувалось декілька методів перевтілення:

1. Від внутрішнього до зовнішнього. Зближення із образом відбувається за допомогою пошуку у собі почуттів тотожних почуттям персонажа.
2. Від зовнішнього до внутрішнього. Прийом базується на виявленні об'єктів або предметів, котрі пробудять творчий апарат й створять потрібну атмосферу.
3. Принцип абстрагування. Розгляд персонажу з точки зору його соціальної протилежності. Наприклад, на бідняка треба дивитись очима заможної людини.

Третя складова методу С. Адлер «інтерпретація сценарію» нагадує іконографічний аналіз обраного літературного твору. На цьому етапі режисерка із учнями збирає відомості про автора, обставини життя за яких було написано текст, історичну та соціальну обстановку того часу. Сенс полягає не тільки у досконалому вивченні матеріалу, а й в спробі зрозуміти його актуальність сьогодні. На відміну від застольного періоду, де актори звикли обговорювати подібні питання, Адлер працює над кожною сценою, супроводжуючи її відповідним історичним матеріалом [1, с. 76 - 100].

Підсумовуючи вищевказане можна стверджувати, що інтерпретація системи Станіславського Стелою Адлер є досить складною для опанування. Вона потребує постійної роботи над собою не тільки в акторському ремеслі, а й в особистісній сфері.

Школа акторської майстерності Ути Хаген

Значне місце серед усіх існуючих акторських методів посідає школа Ути Хаген. Серед її вихованців велика кількість відомих особистостей: Лайза Мінелі, Роберт де Ніро, Аль Пачіно та інші. Накопичений за 70 років роботи в сфері театрального мистецтва досвід, ретельне дослідження складних питань акторства та довготривала педагогічна кар'єра допомогли Хаген створити власний метод і надалі передавати його учням в студії Герберта Бергхофа. Розробляючи власну систему майстриня змогла не тільки визначити ключові психологічні аспекти в роботі актора, а й глибоко проникнути в людську натуру [1, с. 195-238]. Саме людина із неповторним внутрішнім світом, унікальним життєвим досвідом та індивідуальним світосприйняттям стала базою для системи Ути Хаген. Вона не заперечувала важливе значення вигостреної акторської техніки та її постійного вдосконалення. Навпаки, на думку педагога дисципліна служить фундаментом. Це стосується як професійної діяльності, так і особистісного самовиховання.

Основу методу складають лише 10 вправ, проте вони будуть супроводжувати актора від початку роботи над роллю до її завершення (додаток А). Виконуючи їх треба спиратись на наявний життєвий досвід, вишукувати власне «Я» у персонажі. Це потребує щоденного дослідження себе як особистості. Тільки тоді актор набуває можливості не копіювати образ, а шукати його всередині себе. Адже у житті ми завжди граємо певні ролі, які змінюються в залежності від оточуючих обставин. У своїй книзі «Гра як життя» Ута писала: «...навіть чи нам вдасться відшукати в собі риси

іншої людини, якщо в нас однобоке та нереалістичне уявлення про самих себе. Ми впевнені, що неможливо зіграти персонажа, який не відповідає нашому характеру, переконанням, а можливо лише зобразити його. Проте, чим більше ми занурюємося у власний внутрішній світ, тим простіше нам поєднатися з героями, котрі не схожі на нас». Наслідування власним інстинктам, довіра до почуттів, привнесення себе у роль робить її живою. Це сприяє й більш природньому акту перевтілення, котрий не менш потребує й праці уяви та чіткого аналізу ролі [5, с.18-27]. В системі Хаген наведений процес називається «заміщення». Мається на увазі, що актор замінює «я-особистість» на «я-образ», але при тому виконує свої звичайні людські функції. Даний метод допомагає впевнитись у реальності того, що відбувається на сцені, оживити простір й запропоновані обставини. Як результат, дія на сцені виходить природньою, деколи спонтанною. Ута стверджувала, що виток «заміщення» бере з різних джерел: життєвий досвід, перегляд фільмів, відвідування музеїв та інше. Існує й небуквальний його варіант. Хаген закликала приймати до уваги свої емоційні реакції, їх причини, запам'ятовувати текстури, кольори, запахи навколо, фіксувати викликані ними асоціації. До того ж, вищенаведене залишається у нашій сенсорній та емоційній пам'яті. Заслужує на особливу увагу її зауваження щодо роботи зі спогадами.

Використання в акторській практиці життєвих подій, які мали сильний вплив на психічний стан актора можуть нашкодити здоров'ю і не викликати очікуваного ефекту. Відмітимо, що не варто сприймати запропонований метод тільки як спосіб утягнути себе у те, що відбувається на сценічному майданчику. Це повноцінна частина роботи актора, яка підкріплює його віру, підтримує достовірність поведінки персонажа. Нічого, за методикою режисерки, не має носити відокремлений характер. Також, Утою встановлено, що режисер не може допомогти акторові створити заміну, адже кожен живе власне життя самостійно. Його місія – максимально занурити у запропоновані обставини, прояснити «роман» життя персонажа та

взаємовідносини з іншими героями. Попри те, що концепція системи Хаген спирається на пошук персонажа в собі, треба зважати, що сценічне життя має відмінності від звичайного. Актор має зобов'язання перед драматургом, тому необхідною потребою є брати з життя лише те, що має глибинний сенс. Окрім базових питань: «яке моє надзавдання?», «що хотів сказати автор?», Хаген сформулювала ще низку питань для подолання бар'єру між собою та персонажем (додаток А). Чітке розуміння поставлених задач – основа правдивого існування актора. Вона додавала, що тільки суб'єктивне ставлення до запропонованих обставин, відмова від існуючих стереотипів й поступове додавання вихідних даних про роль зробить сценічну дію природньою. Хаген була запропонована пропорція 10/90. Об'єктивні судження про персонажа становлять 10%, суб'єктивні – 90%.

Як підсумок зазначимо, що театральне мистецтво не є імітацією щоденних реалій, воно має перед собою високі духовні, виховні, естетичні та гедоністичні цілі. Змінюється мода, культура, наука, але людські почуття залишаються незмінними. Тож, глибинне вивчення власного «Я» в комбінації з щоденною акторською муштрою – найдієвіший метод стати професіоналом на думку Ути Хаген [77].

Феномен методики акторського тренінгу Тадаші Сузукі

На сучасному етапі розвитку сценічного мистецтва однією з найпопулярніших світових акторських технік виховання режисерів та акторів вважається тренінг Тадаші Сузукі. Т. Сузукі – найвідоміший японський режисер і засновник театру авангарду «Васеда Шо-Гекіо». Нині театр має назву «Театр Сузукі в Тозі». Майстер займає активну позицію щодо культурного життя Японії. Він є режисером першого міжнародного фестивалю в Японії, власником шести театрів, засновником акторських студій, вихованці яких у подальшому мають можливість працювати у його театрі. Техніка Т. Сузукі базується на поєднанні канонів театру Давньої

Греції та бойовому мистецтві, що передбачає вміння актора концентруватися, поглиблюватися у себе і виражати це у художній формі [63, с. 209]. Варто зазначити, що метод майстра було повністю систематизовано у 2012 році під час симпозиуму в Тогамурі. Основна увага у творчій філософії митця приділяється чотирьом принципам: енергія, дихання, центр інерції та імідж. Тренінг спирається на фізичні і пластичні можливості акторського апарату, а тіло виступає центральною фігурою, за допомогою якої актор переосмислює дійсність. Крім того, створені вправи актор може виконувати щоденно, не «прив'язуючи» їх до певної ролі [80].

Т. Сузукі формує фахівців нового типу, тому однією з відмінностей його системи від інших є те, що вона виховує актора спроможного працювати на сценічних майданчиках де понад 5000 глядачів. Тому акцентом у навчанні стає пластичне виховання, робота над голосовим апаратом і мімікою [63, с. 209]. Сучасному театру характерна екзистенційна рефлексія, яка спирається на унікальний, неповторний внутрішній світ актора. Це включає в себе спогади, фантазії, сни і життєвий досвід. На нашу думку, такий підхід суттєво розвиває кінострічку внутрішнього бачення. Т. Сузукі створив авторську теорію театрального енергообміну і доповнив її власно створеним тренінгом, намагаючись модернізувати театральне мистецтво Японії. Суть теорії полягала у сценічній матеріалізації внутрішніх енергій і психологічних процесів, які відбуваються під час творчості актора. Система вправ, створена режисером бере витоки з власної філософії майстра. Т.Сузукі вважав, що кожна людина має в собі тваринну енергію і лише при з'єднанні актора із нею, вираженні тваринної енергії на сцені, театр набуває великого соціального значення [34]. Сузукі зазначав: «...справжній витвір мистецтва робить невидиме видимим. Або принаймні дає людині можливість уявити це невидиме. Адже сутність людини – невидима.» [57]. Енергія – головний «двигун» мистецького та повсякденного життя людини. Стосовно місця енергії у створеному тренінгу майстер зазначив: «Енергетичний центр людини знаходиться в нижній частині його тіла, і стан акторського тіла для

мене важливіший, ніж вираз обличчя. Тому для тренінгу ми використовуємо прийоми і класичного балету, і Пекінської опери, і, зрозуміло, нашого традиційного театру» [56]. Цікавим є те, що Сузукі скептично відносився до системи Станіславського і зазначав, що виховання за системою видатного режисера не розкриває усі зовнішні засоби вираження актора. Курс навчання у майстерні Т. Сузукі йде протягом трьох років. Нестандартним рішенням у підготовці майбутніх акторів стає перший етап – боротьба із витоками енергії творчості. На думку Сузукі творча енергія народжується з вад, таких як: нарцисизм, страх, егоїзм, психологічні затиски.

Основним завданням на початку є досліджування себе як індивідуальної особистості, що сприяє подальшому розвитку як особистості творчої. На перших етапах засвоєння професії в своїх тренінгах Сузукі приділяв увагу тілу актора та вірному диханню, згодом додавав до вправ мовні засоби. Вважаючи, що енергія знаходиться в нижній частині тіла, майстер надавав їй найбільшого значення під час тренажу. Верхня частина тіла залишається майже нерухомою, а обличчя являє собою театральну маску, яка не відтворює жодних емоцій. Фокус уваги зміщується на ноги і стопи, які відтворюють рухи, тим самим тренуючи фізичну пам'ять й вдосконалюють контроль актора над тілом. Специфічним моментом під час виконання вправ є перевага тіла над сенсом тексту виконуваного твору. Це є найголовнішою відмінністю методу Тадаші Сузукі від інших, які спираються переважно на міміку при передачі емоційного стану героя. Таким чином, тіло, голос і дихання в своєму поєднанні, як продукт енергії актора, пробуджували афективну пам'ять, тим самим поєднуючи минуле і сьогодення. Артисти театру Сузукі в своїй творчості чітко розділяють поняття «свідоме – несвідоме», передаючи глядачу головну ідею не за допомогою слова, а через тіло та ритм. Ключовим поняттям при цьому стає «осмислення». Головне при цьому актор-виконавець, як інструмент, що відтворює певну роль йдучи від сласного его. У багатьох театральних школах відмовляються в роботі від акценту на нижню частину тіла, віддаючи

перевагу рухам голови і міміці, що й робить метод майстра виключним серед інших. Проте, для Т. Сузукі це є першоджерелом творчості актора. Крім того, створений режисером унікальний тренінг «Грамматика ніг» вчить актора не тільки глибокому володінню власним тілом, а й відчувати сценічний простір (*додаток Б*). На думку режисера актор як коріння дерева вбирає навколишній простір стопами. Саме тому у його методі основу складають вправи на рух. Тривале повторення вправ сприяє розвитку фізичних можливостей актора і допомагає протягом тривалого часу тримати рівень власної енергії. Концентрація займає центральне місце у тренінгу. Заняття відбуваються у повній тиші, адже спілкування душі і тіла можливі лише через внутрішній монолог. Даний підхід має витоки з театрального мистецтва Японії. Основним акцентом у спектаклях театрів Японії виступає тупотіння ногами, яке символізує виклик духів, тобто енергії певного об'єкта. Доречним буде згадати, що на стопах людини розташовані нервові закінчення, які сприяють пробудженню нервової системи. Метод Тадаші Сузукі, на відміну від інших, не спрямований на розвиток чуттєвої сторони акторського мистецтва. Фокус уваги спрямовано на тілесну складову діяльності. Це не означає, що почуття є неважливими у системі Сузукі, було застосовано інший підхід. Режисер шукав витоки і «пульсацію» почуттів, їх взаємозв'язок. Сузукі вважав, що почуття є природнім процесом, цьому неможливо навчити, треба дивитися глибше й шукати імпульс. Тіло й внутрішній світ є нерозривно пов'язаними елементами. Теорія Сузукі нагадує метод Чехова, який працював над психологічним жестом, сприяючи руху актора засобами психології. Проте, філософія Сузукі все ж таки спирається на тілесне усвідомлення більшою мірою.

Підсумком навчання за методом Т. Сузукі є знайдення гармонії та єдності між «зовнішнім» та «внутрішнім», яке в подальшому дає акторові змогу віднайти приховані чуттєві можливості особистості. Це сприяє вірному розумінню заданого акторського образу, знайденню відповідних виразних засобів для його втілення. Головною метою тренінгу є вдосконалення

професійних якостей актора, а саме: пам'ять фізичних дій та відчуття актора у просторі, образне мислення, розвиток фантазії і акторської уваги та спілкування. Все вищезазначене дозволяє акторові зосереджувати власну енергію, контролювати її і відшукувати нові засоби внутрішньої та зовнішньої виразності [63, с. 209].

Акторський тренінг «Імпровізація в масці» Майкла Сен-Дені

«Імпровізація в масці» - акторський метод французького театрального режисера, педагога, засновника Лондонської школи Олд Вік, розробника навчальної програми для акторів Королівської шекспірівської трупи М. Сен-Дені. Специфіка авторської методики режисера є малодослідженою, тому є актуальною у сучасному сценічному мистецтві. На початку кар'єри Сен-Дені спирався на досвід і розвиток праць актора та режисера Ж. Копо. Найбільшу увагу при цьому приділяючи акторській імпровізації. Його метою було оновлення професій «актор» та «режисер».

У пошуках нового стилю в акторській грі Сен-Дені звертався до італійської комедії «дель арте», саме звідси походить назва тренінгу майстра. Основними засобами досягнення цілей було невинне дослідження та щоденна практика. Акторський тренінг міг відбуватись як в групі так і в індивідуальному форматі. Індивідуальним завданням учня було вигадування персонажа, його розвиток для подальшого введення в групову імпровізацію. Персонаж створювався за допомогою пластики, пантоміми, актори багато працювали із маскою. Здебільшого це мало імпровізаційний характер й займало центральне місце у тренінгу. Особливий акцент Сен-Дені робив на репрезентації створеного акторського образу вищезгаданими елементами виразності. До речі, текст у акторів був майже відсутнім. Частіше вони виражали емоції та почуття через ритм, музику, рухи та самостійно вигадану мову. Школа М. Сен-Дені у вихованні майбутніх акторів була спрямована на всебічний розвиток учнів. Вони вивчали не тільки основи акторської

майстерності, а й мистецтво сценографії, драматургію, режисуру і навіть дизайн. У програмі майстра переважали курси зі створення комічної або нейтральної маски, сценічного руху, мовної та тілесної імпровізації, вокалу.

Вплив на створення авторського тренінгу Сен-Дені, звісно ж, мала система К.С. Станіславського. В значній мірі їм було досліджено вправи на імпровізацію, які режисер вважав занадто реалістичними. Проте, Сен-Дені відмічав, що вправи на імпровізацію в системі Станіславського надають практичних навичок, які сприяють роботі підсвідомості актора. Крім того, майстер вважав, що класична драматична освіта є обов'язковою для актора і стає відправною крапкою у творчих пошуках та професійній реалізації. Для М. Сен-Дені маска була інструментом, який допомагає позбавитись акторських штампів, концентрувати увагу під час емоційних сцен, контролювати тілесний апарат й розвивати його можливості. Варто згадати, що маска, як атрибут сценічного мистецтва, в усі часи був притаманним лише розвинутому суспільству в різних соціально-культурних просторах й була задіяна для розвитку індивідуальності акторської гри. У давні часи маска використання маски було поширене під час виконання обрядів та ритуалів. Згодом в античному театрі позначала та характеризувала персонажа й була майже на одному рівні по значенню з виконавською майстерністю актора. І лише в Середньовіччі вона стала узагальненим символом. Звісно ж найвідомішими були маски комедії дель-арте, з яких черпав натхнення М. Сен-Дені. Нейтральна маска у системі Сен-Дені вимагає від актора гіперболізованих рухів та максимального чуттєвого оголення. Тіло грає одну з визначних ролей. Це основний інструмент, завдяки якому виникає можливість «прочитати» персонажа. Позбавлення звичних зовнішніх засобів змушує актора шукати виразність у рухах. Результат процесу імпровізації залежить від психологічних особливостей особистості актора та професійної майстерності. Адже він не виключає вміння художньо перевтілюватись, розвивати сценічну дію динамічно й гостро переживати створену історію. Лише за цих умов закладений сенс сценічної дії буде

донесено до глядача. Важливим аспектом у тренінгу є те, що маска знеособлює актора. Вирішення цієї проблеми майстер знайшов у забороні роздивляння актором себе у дзеркалі під час тренінгу. Оцінюючи свій вигляд актор починає створювати певні образи і характеристики відповідно до побаченого. Це робить творчий пошук складним через важкість процесу абстрагування від попередньо створеного образу, який буде у подальшому направляти творчу діяльність. Аналіз й оцінка зовнішнього вигляду актора у масці, на думку Сен-Дені, відштовхує його вірні емоційні пошуки та їх втілення на другий план. Ще одним методом боротьби була тренувальна форма учнів. Сьогодні студенти ВУЗів на заняттях з акторської майстерності займаються переважно у трико. Сен-Дені впровадив однакові для всіх учнів цільні тренувальні костюми. В основі тренінгових етюдів було покладено легенди, міфи, особисті фобії та сновидіння. Стосовно комічної маски було створено дещо інший підхід. Порівняно від нейтральної маски, яка носить ритуальний характер, маска характерна є більш чутливою та розкутою. При роботі з характерною маскою акторові дозволяється дивитись на себе у дзеркало для відшукування виразних засобів та характерності. Пластика та жести є менш яскравими, проте вони відіграють значну виразну роль. Систему Сен-Дені можна порівняти із методом «актор – надмаріонетка» Крега. Спільним є мета розвитку інтелектуальних можливостей актора, вміння створювати глибокі, філософські сенси образу й розробка унікального, індивідуального творчого стилю [41, с. 195-198]. Актори, займаючись за тренінгом Сен-Дені опановують усі види драми, набувають широкий спектр вмінь у хореографічному, вокальному, пластичному, музичному мистецтві. Вони є розкутими, мають розвинений психо-фізичний апарат та збагачене образне мислення.

«Імпровізація в масці» - метод, який широко використовується у педагогічній практиці канадських та американських театральних шкіл [72, с. 267-274]. Стосовно використання театральної маски в процесі виховання акторів та режисерів сьогодні хочеться зауважити, що цей принцип не є

розповсюдженим. У педагогів та студентів є інтерес, проте відсутність досконалої методики не дає можливості стовідсотково оволодіти основами майстерності. Сучасний ритм та спосіб життя молоді впливає на ступінь володіння тілесним апаратом й віддзеркалюється у професійній праці.

2.3. Драматерапія як сучасна ланка діяльності режисера

Мистецтво – вираження оточуючої дійсності через суб'єктивно-особистісне сприйняття. Творчий продукт завжди відображає соціальні та політичні події і моральні зміни, а театр є своєрідною панорамою життя. В своїй основі театральне мистецтво використовує володіння емоціями, психологічними станами в різні історичні та культурні часи. Метод арт – терапії, як спосіб лікування існував на усіх етапах розвитку людства. Споглядання творів мистецтва, відвідування театрів, прослуховування музики мали ефект зцілення на думку жерців. Таким чином вони лікували інфекційні захворювання і головний біль. Видатні наукові пошуки в даному напрямку відбувались і у ХХ столітті, коли в таких сферах як: медицина, управління і педагогіка стали використовуватись методи групової терапії. Проте на той час вони не мали наукового обґрунтування Тренінгові форми терапії розраховані на різні сфери діяльності та вікові категорії: учні, педагоги, робітники різних спеціальностей. Усе різноманіття тренінгів спрямовано на розвиток гнучких якостей, креативності та соціально важливим навичкам. А саме: вміння працювати в команді, лідерські та комунікативні якості.

Дейл Карнегі у 1912 р. один з перших використав тренінг у своїй практичній діяльності, заснувавши «Dale Carnegie Training», який досі функціонує. Методики Дейла Карнегі допомагають людям перебороти страх публічного виступу, навчитись працювати у команді та стати більш впевненим у собі [72, с. 267-274]. Значний вклад у розвиток тренінгу зробив К. Левін – американський психолог, який досліджував сутність та

проблематику поняття «тренінг», як засобу корекції поведінки та дослідження власного «Я».

Основними факторами, що лягли в основу створення груп тренінгу були:

1. Існування та функціонування людей можливе лише у групі
2. Нерозуміння особистості власних емоцій та чинників, які впливають на їх утворення
3. Намагання людини знайти своє місце та роль у соціумі

У 1947 році К. Левіним було створено Національну лабораторію тренінгу у США (National Training Laboratory for GROUP development), де проводив практичні заняття з елементами акторської майстерності. Головною метою було встановлення міжособистісних стосунків, виявлення навичок комунікації засобами театрального мистецтва. Проте, на той час діяльність К. Левіна потребувала значних вдосконалень та пошуків [72, с. 267-274]. На теренах України тренінг, як вид діяльності, спрямований на корекцію особистості почали використовувати у 70-х роках. Поступово викладачі Київського національного університету ім. Шевченко сприяли відкриттю національної школи тренінгу. Член України АПР Т. Яценко разом із практикуючими психологами такими як : С. Дружинін, А. Гірник, С. Хоружій популяризували даний напрямок. Їх ідея була та залишається перспективною у полі сценічного мистецтва та психології. При складанні соціально-психологічного тренінгу було покладено такі принципи театрального мистецтва:

1. Принцип «тут і тепер». Тренінг здебільшого носить імпровізаційний характер і потребує колективної дії та активності усіх учасників. Цей принцип також є невід'ємною складовою системи Станіславського. Проте, у сценічному мистецтві він має інше трохи значення – переживати роль інакше ніж у попередній раз.

2. Принцип персоніфікації. Ця складова полягає у відмові безособового вираження емоцій та особистої точки зору. Таким чином, людина «приміряючи маску» вивільняється психологічно під час тренінгу.
3. Принцип пріоритетності почуттів у процесі тренінгу. Під час виконання вправ кожен з учасників повинен концентруватися на власних і партнерських почуттях, їх виникненню та наглядному вираженню [18, с.16].

На наш погляд, сьогодні застосування мистецьких творів та засобів театрального мистецтва задля соціально - психологічної корекції залишається актуальним. Стрімкий розвиток сценічного мистецтва в Україні вимагає актуальних підходів всебічного формування спеціалістів [14, с. 276].Терапія засобами театрального мистецтва широко використовується в різних сферах. Наприклад: освітня галузь, соціальна робота, бізнес. Характерним терапевтичним ефектом є висвободження від негативних емоцій, закриття особистих гештальтів і проживання набутого травмуючого досвіду, редукція тривожних станів, усвідомлення певних життєвих процесів і ситуацій [38, с. 22-31].

Драматерапія – відносно новий метод створення творчої індивідуальності, який базується на синтезі двох наук: педагогіка та психологія. Засновником терміну «драматерапія» вважається американський психолог та соціолог Якоб Леві Морено. Драматерапія – метод, який дозволяє не тільки виявити причини «неправильних» моделей поведінки, а й сприяє особистісному зросту людини. Процес терапії, моделюючи життєві ситуації, створюючи яскраві характерні образи, нагадує театральну виставу. Таким чином цілком можливим є проживання конкретних життєвих ситуацій у незвичних для себе ролях, тим самим самоідентифікуючись у ній [21, с. 112-117]. На його думку драматерапія порушує дуалізм поміж життєвою реальністю та людськими фантазіями для того, щоб дійти до цілісності, як похідного елемента. Вона може використовуватись у клінічних (як спосіб лікування) та неклінічні (як засіб самопізнання та особистісного росту).У

практиці обидва напрямки використовуються одночасно через те, що використовуваний метод «драматерапія» орієнтована на роботу з особистістю, а не з турбуючими симптомами. Крім того, створена Морено система була призначена не лише для фахівців у сфері театрального мистецтва, а перш за все для усього людства в цілому задля забезпечення психічного здоров'я і для людей з особливими потребами. Проте лікування засобами театрального мистецтва безпосередньо не зв'язана із медициною, а базується на пізнанні сенсу та витоків своїх почуттів. Сучасний світ дуже швидко змінюється і потребує швидкої адаптації до нових умов. Складність соціокультурних факторів поширює проблему постійної психологічної напруги, через яку здебільшого виникають конфлікти, страх вираження емоцій, невміння встановити контакт та взаємодіяти із оточенням. Драматерапія створює умови в яких кожна людина має можливість використовувати наявні дані в цілях корекції поведінки та психологічного стану шляхом застосування елементів акторської та режисерської майстерності. Нове створене середовище примушує людину пристосовувати в процесі терапії критичне мислення, емоційний інтелект і формувати себе як мислячу творчо, нестандартно людину, невід'ємною частиною є розвиток елементів акторської творчості: пластичність, уява, увага, спілкування.

Драматерапія має безліч форм, які за своєю структурою мають певний «ритуал», що переносить особистість у вигадану реальність у якій тільки він сам є режисером. При цьому характерною особливістю є почуття безпеки, що дає творчу свободу. Основними поняттями, на яких базується драматерапія є:

1. Рольова гра

У звичайному житті люди мають рольову модель поведінки, яка формується з самого дитинства. Сутність поняття полягає у створенні та виконанні ролі. Особливим аспектом є відсутність заборони у виборі амплуа та сценічного образу. Для вираження турбуючої проблеми і власних почуттів учасник тренінгу може вигадати навіть нереалістичне створіння. Створенням

ролі займаються учасник тренінгу та психолог, якого умовно називають режисером. У ролі терапевта керівник тренінгового процесу допомагає «акторам» змінити невдалі, колишні моделі поведінки. З одного боку, як фахівець, він повинен надати свободу у вираженні емоцій. З іншого, як режисер, вмiло керувати процесом спектаклю. Як аналітик, психолог повинен відслідковувати, редагувати лінію поведінки членів групи, давати компетентні коментарі, аналізувати реакції учасників і вміння підлаштовуватися під сценічну дію, яка відбувається. Розповсюдженим методом роботи у драматерапії є введення «допоміжного Я» - персонажа протагоніста. У більшості випадків їм виступає професійний актор, який за допомогою власного акторського досвіду може підмічати деякі особливості поведінки об'єкта і виконує ряд функцій як учасник сценічної дії. А саме: втілити роль, задуману членом тренінгу для спектаклю, зробити видимими взаємини із суспільством, яких учасник не помічав, керування драматичною дією, допомога у психологічному переході від дії на сцені до реального життя. До речі, актор, виконуючий роль «допоміжного Я» під час спектаклю може вирішувати й усвідомлювати власні психологічні проблеми також.

2. Спонтанність

У драматерапії майже у всіх випадках не існує фіксованого, заздалегідь написаного сценарію та ролі. Учасникам пропонується групова імпровізація в запропонованих обставинах. Це дозволяє кожному з них здійснити спробу змінити стару модель поведінки, ствердити власне «Я» під час тренінгу, висвободитись від затисків й стати впевненим у собі. Саме спонтанність дозволяє людині спробувати й протестувати новий спосіб поведінки не боячись засудження. Наявні проблеми під час драматерапії не обговорюються, як на прийомі у психолога, а програються із застосуванням засобів театрального мистецтва. Сутність перебування «тут і зараз» дає можливість учаснику тренінга у поточній, сформованій ситуації

підготуватись до майбутніх життєвих подій. Проте, заняття не виключають проживання минулого життєвого досвіду.

3. Теле

Теле (відповідно думки Дж.Морено) – одиниця почуттів, процес обміну емоціями, що виникають між людьми. У драматерапії це процес передачі емоції клієнта психологу. Помінявшись ролями, поділившись емоціями під час виконання вправ з іншими учасниками, дослідивши їх власне і відбувається процес «теле». Можна зробити висновок, що даний процес допомагає клієнту відслідковувати і аналізувати наше ставлення до оточуючих людей та розвиває імпатію.

4. Катарсис

Поняття «катарсис» активно досліджував З.Фрейд. Він вважав, що найкращим засобом лікування психічних розладів і патологій є емоційне висвободження і вираження незнайомих нам емоцій, що й називав катарсисом. За допомогою розігрування драматичної ситуації учасники мають змогу пережити його. Сила катарсису залежатиме від рівня спонтанності учасників тренінгової групи під час сценічної дії. Крім того, вторинний катарсис може відчувати й аудиторія, яка не приймає участь у дії, через емоційне залучення до ігрової ситуації.

5. Інсайт

Інсайт – термін у психології, означаючий раптове виникнення рішення та розуміння проблеми. Він може виникати під час сценічної дії, катарсису або обговорення тренінгу після його завершення. Групова драматерапія є умовою, що сприяє виникненню інсайту, використовуючи різноманітні прийоми.

Класичне заняття з драматерапії складається з трьох етапів. Першою фазою виступає психічна розминка. Вона включає в себе роботу над тілом, вправи на акторську увагу, стимуляція емоційного апарату для подальшої

терапії. Розминка є важливим етапом особливо для тих учасників тренінгу, для яких психологічно важко говорити про певні теми і як результат виражати у подальшій практиці. При наявності такої проблеми викладач використовує здебільшого групові вправи для зниження тривожності людини. Розминка може проводитись у вербальному та невербальному форматі, це залишається на розсуд терапевта. По завершенню першої фази розпочинається основна частина заняття – організація психодраматичної дії. Під час розминки режисер виявляє члена групи, який найбільш психологічно налаштований стати протагоністом дії і навіть може визначити майбутню тему вистави. У деяких випадках учасник тренінгу добровільно висуває свою кандидатуру. Після обрання головного героя, той розкриває групі особистісну тему у деталях. Ця інформація стає основою драматичної дії та видовища в цілому. При організації сцени, її змісту протагоніст обирає другорядних героїв (допоміжних «Я») самостійно відштовхуючись від придуманих ролей. На розподілення ролей може впливати його особистісне відношення до членів групи, поведінкова чи зовнішня схожість із реальними людьми, котрі приймали участь в конкретній життєвій ситуації. Крім того, психодраматичні уявлення головного героя не обов'язково мають бути реалістичними. Драматичні дія може спиратись на власне бачення проблеми та уявлення життя у майбутньому. Варто зауважити, що постановка вистави у руслі драматерапії є психологічно важким процесом. Тому режисер постійно контролює психічний стан «акторів». При виникненні сильних емоційних переживань творчій процес може бути призупиненим або доведеним до кінця, що дає змогу відчувати інсайт. Подальша доля постановочного процесу вирішується за бажанням члена групи. Й нарешті остання фаза драматерапії – інтеграція. На цьому етапі усі учасники процесу висловлюють власну думку щодо результату творення сценічного продукту, помічених емоційних реакцій.

В деяких випадках члени групи можуть запропонувати власне бачення вирішення проблеми й дати поради. Одним з найпопулярніших видів театру,

який використовується у процесі драматерапії – playback театр [12]. Цей вид театру широко відомий та розповсюджений в Європі з 1975 року, а в Україні з'явився лише у 2001 році, завдяки засновнику playback театру у Будапешті Киш Дьордь Адаму. У різних країнах playback театр трактується по-різному й має відмінні цілі. Деякі країни використовують такий театр як форму психотерапії, інші вважають це лише різновидом мистецтва. Але беззаперечним лишається факт, що різновиди арт-терапії як: психодрама, театр спонтанності, соціодрама, створені Якобом Леві Морено, є прообразом playback театру. Першу особливість playback театру складає імпровізація під час розігрування спонтанних життєвих ситуацій. Саме спонтанність служить каталізатором сценічної дії і вимагає креативної реакції від актора. Друга складова – життєва історія пацієнта, як драматургічний матеріал. Цей фактор потребує сміливості, безпечного самопочуття і середовища [38, с.22-31]. Автор книги «Граємо реальне життя у Плейбек-театрі» Джо Салас зазначав: «Наш спосіб мислення вибудовує історії. Нам необхідні історії аби бути емоційно здоровими та відчувати своє місце у світі. Все життя ми шукаємо можливості послухати і розказати» [52, с. 28]. Але все ж таки головним завданням є не просто поділитися власним життєвим досвідом, а його переосмислити, надати форму і виразити метафорично, через художні образи. Важливою умовою при цьому є становлення індивідуальної історії особистості частиною колективної творчості. Розповідь, яка набуває художньої форми та глибокого змісту під час творення і є терапевтична практика, через те, що під час творчого процесу відбувається систематизація набутого травмуючого досвіду. Посилення терапевтичного ефекту забезпечує саме колективне проживання емоцій, яке призводить до катарсису. Учасником колективу playback театру може бути будь-яка людина, яка має здатність до емпатії і вміння пристосовуватись к постійно змінюваним запропонованим обставинам. Такий різновид арт-терапії має багато спільних вимог до «акторів» із театральним мистецтвом. Проте на відміну від справжнього, професійного театру у драматерапії не роль

«обирає» актора згідно амплуа, а актор обирає її [38, с. 22-31]. Саме «роль» стала одним з ключових понять у концепції драматерапії Якоба Леві Морено, яке він запозичив у термінології театрального мистецтва. Але всупереч вищесказаному автор психологічної концепції висловлював і таку думку: «Не роль народжується із самоті (self), але самість з'являється із ролі.» [44]. Якщо провести аналогію із класичним драматичним театром, пацієнти, проходячи арт-терапію, відтворюють діяльність типової театральної трупи. По - перше терапія, як і театр, мистецтво колективне у даному випадку. По - друге, плейбек театр займається вдосконаленням психофізичного апарату, розвиває навички soft skills за допомогою акторсько-режисерського тренінгу. І третє, наявність репетиційного процесу. Суттєвою відмінністю у діяльності плейбек театру виступає оброблення акторами власного матеріалу, на відміну від театру драматичного. Процесом терапії керує ведучий, що виконує функції режисера. Він обирає історію для відтворення, керує ходом перфомансу, контролює психологічний стан пацієнта та за необхідністю завершує перфоманс, допомагає глядачам стати учасниками дії. В залежності від досвіду роботи та професійного рівня глядачами перфомансу та асистентами можуть виступати психотерапевти і психолого. Нерідко глядачем бувають й звичайні люди.

Особливе значення під час виступу має музичне оформлення, яке допомагає передавати емоційний стан, сприяє творчій, особливій атмосфері [38, с. 22-31].

Невід'ємною частиною процесу драматерапії є робота з тілесним апаратом. У сучасній психології даний напрямок широко використовується у практичній діяльності. Використання тілесно-орієнтованих елементів у драматерапії призводить до встановлення зв'язку між тілом та внутрішнім станом та самовідчуттям, формує позитивний тип мислення, знижує тривожність і створює здоровий психологічний фон. Такий метод роботи ставить за мету «зцілення душі» за допомогою роботи над тілом. При роботі з групою використовуються принцип поетапності, індивідуального підходу

та гуманізму В усі часи воно сприймалось як «власне Я» та складала основу особистості. Беззаперечним фактом є те, що тіло – одиниця, яка виражає та робить зримим прояви емоційного стану. Розвиваючи тілесно-почуттєву природу, людини об'єднують та уособлює себе як цілісну одиницю, приймає своє єство, знаходить баланс між розумом, діями та серцем. Процес створення танцювально-рухової терапії є багатофакторним і базується на досвіді провідних шкіл у Німеччині та США. Розвиток , як самостійної дисципліни, терапії рухом в Україні вже започатковано та дуже стрімко набуває популярності та самостійності у діяльності психологів та в програмі театральних шкіл [23, с. 98].

Засновником терапії тілом є В. Райх – австрійський та американський психолог, власник школи психоаналізу, учень З. Фрейда. На його думку, кожній людині властивий стан фізичного та психічного здоров'я. Проте, від народження або у процесі розвитку дитини в утробі може виникнути деструктивний процес. Його наслідками є порушення у роботі м'язів, органів дихання, розлади розумових здібностей та зниження чутливості, низький рівень навичок спілкування. В. Райх стверджував, що м'язова напруга сприяє напрузі духовної і називав це «панциром характеру». Як приклад психолог наводив стан, коли людина стримує сльози. Зсередини людина може відчувати біль, розпач, злість, а зовнішньо це буде виражатись у напрузі м'язів навколо очей, горлі і навіть діафрагми. Такі своєрідні «панцири» найточніше виражають думки і почуття за допомогою рухів, поз, жестів. До інших основних понять в системі Райха є енергія. Вільна життєва енергія виступають основним фактором забезпечення функціонування здорової людини. Вона накопичується не тільки під час харчування, а й під час задоволення власних гедоністичних потреб, у тому числі й споглядання та створення творів мистецтва. Групи, які займаються драматерапією, залучаючи тілесні аспекти, заохочують вираження власних думок та емоцій, тим самим вивільняючи негативні емоції й пробуджуючи енергію [61, с. 55-57].

Одним з основних елементів тілесно-орієнтованої терапії є хореографічне мистецтво. Свій початок така практика бере від народження сучасного танцю, який за напрямом спирається на вираженні почуттів за допомогою рухів. Першою, хто змістила центр уваги з техніки виконання хореографічних рухів на психоемоційну складову була Меріон Чейз. Вираження особистісних проблем через пластику вона випробувала на хворих психіатричним розладом людей у 1946 р. Після вдалого експерименту тілесні практики активно розпочали використовувати у процесі лікування та реабілітації хворих. Згодом такі практики впроваджувались при роботі з невротичними розладами, тривожністю, при посттравматичному синдромі і роботі зі здоровими людьми. А у 1966 р. було засновано Американську асоціацію танцювально-рухової психотерапії. Відтоді даний напрямок є самостійною дисципліною. Великий вклад, створивши програми тренінгу, у розвиток танцювально-рухової терапії зробили також Т. Шуп, Б. Еван, М. Уайтхаус. Є припущення, що засновницею тілесної терапії є театральна режисерка Габрієлла Ротт, яка створила всесвітньо відомий танець «п'яти ритмів». Вона внесла у терапію спеціальні вправи і розділила тілесний апарат на 7 зон; перша – голова та шия, друга – плечі, третя – лікті, четверта – кисті рук, п'ята – хребет і таз, шоста – коліна, сьома – ступні ніг. Це лягло в основу правил виконання вправ і дозволило легше виявити проблему пацієнта. Наприклад, скованість у зоні ліктів каже про замкнутість й надмірну скромність. Зона ступнів ніг буде виражати готовність до змін, рішучість та амбітність. Під час терапії керівник повинен досліджувати характер дії та руху, намагатись зрозуміти вкладені пацієнтом відчуття, чи він взаємодіє з іншими учасниками тренінгу, як проявляється «власне Я» у русі. Окрім вищезазначеної методики існує декілька основних форм ТРТ:

- Кінестична емпатія. Основна ціль - фокусування на внутрішньому стані пацієнта та його видиме відтворення. За словником психологічних термінів емпатія це – механізм осягнення емоційного

стану іншої людини, завдяки котрій у подальшому відбувається вибудування спілкування. Терапія за допомогою методу кінестичної емпатії ставить мету домогтися аналітичного розуміння, а чуттєво-емпатійні враження при цьому співвідносяться із дійсними життєвими процесами та ситуаціями. Це слугує основою лікування.

- Автентичний рух. Як і в інших формах ТРТ наявність хореографічних здібностей не є обов'язковою. Задача полягає у відтворенні духовного стану тілом, сприймаючи власні імпульси. Вони можуть мати фізичний характер: затиски, напруження в різних частинах тіла, м'язові скорочення. А також емоційний: розчарування, тривога, злість та інше. Великий вплив також матимуть образи, створені в уяві людини. У подальшому вони розвиваються під час руху пацієнта. Симбіоз фізичних та емоційних імпульсів стають відправною крапкою для створення власної творчої історії і мають імпровізаційно-почуттєвий характер через те, що образи не вигадуються заздалегідь. У такій формі зазвичай приймають участь дві сторони – «рухомий» та «спостерігач». Завдання «рухомого» : заплющити очі, відчутти внутрішні імпульси та поєднати їх із музикою. Це потребує сильного зосередження на внутрішньому світі та емоційному стані. Автентичний, природний рух є потоком людського несвідомого, сприяючий висвободженню прихованих у підсвідомості тем, проблем і почуттів. Завданням «спостерігача» є споглядання створеної історії, спроба співпереживання, але ніяк не оцінки результату. Згодом автентичний рух перетворився на цілий напрямок у хореографічному мистецтві й отримав назву «модерн».
- Метод трансформації руху в комунікацію. Дана техніка використовується здебільшого при роботі з людьми, які мають психічні та фізичні розлади. Особливістю тренінгу є те, що пацієнти

знаходяться на відстані один від одного. Це дає потужний стимул для взаємодії. Вправи, що використовуються нагадують акторський тренінг на спілкування та увагу. Наприклад, у тренінгу з хворими на аутизм дітьми часто дають завдання ворушити пальцями перед очима партнера. Це символізує привітання. Другий учасник повинен відповісти подібним чином, але не повторяти жест. У подальшому вправа розвивається за діалогічним принципом спілкування. Кожен наступний жест є відповіддю на попередній [11, с. 25-31].

Все вищезазначене успішно практикується при роботі з людьми, які мають вади розвитку [21, с. 112-11].

Одним з яскравих прикладів, який підтверджує початок інклюзії державних професійних театрів на теренах України, є історія Віталія Пронька. Вихованець Цюрупинського будинку-інтернату для дітей інвалідів нині є артистом драми другої категорії академічного музично-драматичного театру ім. Куліша Хлопець успішно завершив навчання на факультеті культури і мистецтв Херсонського державного університету та здійснив свою мрію – присвячення життя мистецтву. Визначною та дебютною роботою у кар'єрі юнака став спектакль С. Павлюка «Каліка з острова Інішмаан (додаток Г). У виставі він зіграв людину хвору на ДЦП, що є дуже показовим результатом. Віталій має велику творчу біографію та приймає участь у багатьох виставах і театралізованих програмах театру ім. Куліша: «За двома зайцями», «Лавина», «Лісова пісня», «Майська ніч», «Кайдаш&Sons», «Легенда про Дракона» та інші [46]. До речі, актор має власний моноспектакль під назвою «Vitalius» (додаток Г). Цікавим фактом є то, що Віталій допоміг влаштуватися на роботу до театру й своїм друзям із вадами розвитку. Хлопці успішно працюють в різних цехах театру Куліша [71, с. 297-307]. Арт-терапія засобами театрального мистецтва активно застосовується в країнах Європи як засіб всебічного розвитку майбутніх педагогів. Реформи освіти в Словаччині, Франції, Італії, Чехії та Німеччині сприяли включенню в навчально-виховну програму вищих навчальних

закладів студентського театру. Це є підтвердженням потреби арт-терапії у різних галузях діяльності людини [37, с. 176-187].

Висновки до розділу 2

1. У другому розділі магістерського дослідження нами була проаналізована специфіка професії «режисер». Ми звернули увагу на когнітивні, психоемоційні, художньо-естетичні, акторські, особистісні задатки майбутніх режисерів. Розглянули відомі системи акторських методів на прикладі режисерів Стелі Адлер, Тадаші Сузукі, Майкла Сен-Дені та Ути Хаген. Описавши сутність їх систем було виявлено специфіку тренінгу та особливості педагогічної майстерності.

2. Досліджуючи відомі системи тренінгів ми прийшли до висновку, що існує лише одна фундаментальна система, якою користуються усі театральні педагоги – система Станіславського. На нашу думку, можливість створювати, впроваджувати в сферу сценічного мистецтва авторські акторські школи та називати їх власним ім'ям мали право ті викладачі, які якісно суб'єктивно-особистісно інтерпретували класичну школу.

3. Нами було висвітлено відносно нову ланку професійної діяльності – драматерапія. Проаналізувавши існуючі тренінги та їх трансформацію протягом часу, зроблено висновки про популяризацію засобів акторського мистецтва на теренах інших професій, нагальну потребу при реабілітації хворих людей та застосування для розвитку гнучких якостей (soft skills). Визначено, що це сприяє відкриттю приватних шкіл акторського мистецтва, яких стає дедалі більше.

РОЗДІЛ 3

ТЕАТРАЛЬНІ ТРЕНІНГИ ТА ЇХ ВИКОРИСТАННЯ В СУЧАСНИХ АРТ-ПРАКТИКАХ

3.1. Використання тренінгів для розвитку креативного мислення у здобувачів освіти (на прикладі роботи кафедри режисури ХДАК)

Креативність займає значне місце в творчій діяльності молодих митців. До того ж, здатність бачити «незвичайне в звичайному» дуже цінується при відборі фахівців на посаду Видатний британський психолог Едвард де Боно казав: «Креативність – це не природній талант, а радше навик, якому можна навчитись» [10]. Дійсно, стандартне та латеральне мислення мають суттєві відмінності між собою. Традиційна думка є чіткою, спрямованою. Якщо ж вона не відповідає наведеним критеріям, то веде до хибних суджень і невірних результатів. В креативному мисленні, навпаки ж, не існує помилок. Його процес є багатоплановим й може проходити одразу в декількох напрямках, що розширює пошукове поле. Системність, обмеження та заборони є «гальмами» для генерації ідей в даному випадку. Адже в режисерській діяльності задум оцінюється з точки зору функціональності, доречності його застосування в конкретних умовах. В режисерській практиці це являє собою спроби реалізувати ідею, перевірити її на фізичному рівні [47, с. 73-78]. З наведеними вище тезами не можливо не погодитись, сучасне сценічне мистецтво вимагає від режисерів особливого втілення задуму, наявності незвичного куту бачення предметів, явищ, змін в суспільстві. До того ж інтеграційний характер творчості потребує вміння поєднувати традиції та новації, одночасно працювати з різними видами й жанрами мистецтва, що в підсумку роботи режисера повинно «вилитися» у новий сценічний твір. Тому кваліфікований спеціаліст в галузі сценічного мистецтва повинен постійно всебічно й комплексно розвиватися в професійному напрямку.

Не можна не звернути увагу на те, що на формування майбутніх творчих навичок режисерів шоу та арт-проектів впливає і особистість викладача, його наявні творчі здібності. Важливим є і форма спілкування педагога зі здобувачами. Заняття повинні ґрунтуватися на творчій співпраці, де кожен матиме змогу проявити себе як індивідуальність. З цього виходить, що існує нагальна потреба в формуванні нових методик виховання режисерів, які були б здатні відповідати вимогам часу. Вирішуючи дану проблему кафедра режисури ХДАК створила нову освітню програму за фахом «Режисура шоу та арт-проектів» [48]. Одним з ключових фахових предметів наведеної програми є «Креативне мислення в режисерській арт-практиці», створений доцентом, кандидатом мистецтвознавства та викладачкою кафедри режисури ХДАК В. Бугайовою. Головною метою дисципліни є виховання у здобувачів латерального мислення, здатності генерувати нові ідеї, знаходити інноваційні рішення творчих задач. На заняттях розглядаються основні техніки розвитку творчого мислення, структурно пояснюється яким чином відбувається генерація нових ідей. По закінченню курсу здобувач повинен не тільки володіти теоретичними основами предмету, а й успішно застосовувати отримані знання у професійній діяльності: бути відкритим до постійного творчого пошуку, вміти логічно обґрунтовувати режисерський задум, організовувати репетиційний процес із залученням сучасних технологій, приймати участь у розробці музичного, світлового оформлення та сценографії, знайшовши цікаві ідейно-тематичні акценти. Зауважимо, що дисципліна «Креативне мислення у режисерській арт-практиці» вимагає щоденної роботи над власним творчим апаратом і більшість завдань виконується здобувачами самостійно, у вільний від навчання час. Якщо звертатись до виконання практичних завдань в аудиторії, їх проведення відбувається у формі тренінгу і потребує певного психологічного стану та завчасного обговорення умов проведення. По-перше, це пояснення основних правил тренажу, його цілей та завдань. По-друге, це активне залучення кожного учаснику до творчого

процесу, прояв толерантності по відношенню до інших. Зазначимо, що отримані результати не повинні бути розкритикованими. На заняттях викладач та учні є відкритими до діалогу, тому додаткове введення або зміна правил є цілком можливим. На нашу думку, важливими рисами дисципліни «Креативне мислення» є можливість осмислення творчого процесу з точки зору психології. Дійсно, тренінги, що використовуються на заняттях надають можливість різнопланово розглядати креативний твір. Виходячи з вищенаведених фактів, можна стверджувати, що даний курс не тільки вчить мислити латерально й застосовувати отримані навички на практиці, а є основою творчої діяльності та суттєво розширюють її межі [8, с. 9-16].

Одним з важливим понять у дисципліні В. Бугайової є «інсайт». Наведену дефініцію можна замінити словом «осяяння». За психологічним словником, інсайт – несподіване для самої людини, раптове знаходження шляхів вирішення проблеми, над розв'язанням якої вона довго і наполегливо думала, момент осяяння, здогаду, раптового зрозуміння [54, с. 124]. За сучасним психологічним словником Шагара осяяння – це раптове, миттєво виникаюче і невиведене з минулого досвіду нове розуміння, збагнення істотних відносин, завдань, проблем і структури ситуації в цілому, за допомогою якого досягається осмислене вирішення проблеми [67]. Нова ідея дійсно може виникати випадково й неочікувано, проте для цього творчий апарат режисер повинен отримувати зовнішні та внутрішні стимули. Для пробудження фантазії В. Бугайова пропонує метод одного з найвпливовіших експертів в області креативного мислення Едварда де Боно «Шість капелюхів». Поштовхом для створення власного методу став фактор мінливості сучасного світу, який потребує від особистості швидкого й нестандартного вирішення проблем. Інструментами Едварда де Боно нині користуються провідні міжнародні бізнес компанії: Total, IBM, Siemens, British Airways та інші. Цікавим спостереженням психолога є те, що в школах та ВНЗ є прагнення надати якомога більшу кількість інформації, але не вчать мисленню. Це є суттєвим недоліком, адже при потраплянні в критичну

ситуацію спеціалістам досить важко миттєво знайти вихід. Де Боно використовував термін «водна логіка» коли мова йшла про способи вирішення виникаючих проблем. Вона є протиставленням давнім логічним принципам, які на сьогодні не є досить ефективними. На його думку, водна логіка сприяє розвитку soft skills якостей, поліпшує людські взаємини та навички міжособистісної комунікації [69, с. 162-167]. Отже, метод творчого мислення «Шість капелюхів» пропонує концентрувати увагу на одному розумовому процесі протягом певного проміжку часу, використовуючи методику рольової гри. Кожен капелюх має свій колір та пропонує певні задачі:

1. *Білий колір*. Мислення фактами, об'єктивними наявними знаннями. Даний етап не передбачає наявності емоційної оцінки ситуації.
2. *Зелений колір*. Генерація нових ідей та репрезентація старих. Створення особливої атмосфери для розвитку задуму.
3. *Жовтий колір*. Пошук переваг і представлених можливостей. Аргументування перспективності ідеї.
4. *Синій колір*. Пробудження організаційних навичок. Продумування поетапного й логічного втілення ідеї.
5. *Чорний колір*. Виявлення недоліків, об'єктивна критика по відношенню до творчого продукту.
6. *Червоний колір*. Спирання на інтуїцію та емоційну складову діяльності. Висловлення відчуттів без логічного пояснення та критики [7, с. 222] .

Одягнувши головний убір здобувач розглядає наведену проблему під певним кутом. Змінивши його, ракурс розгляду проблеми відповідно перемінюється, а учень перевтілюється в нову роль. Тренінг починається з обговорення умов і постановки задачі. Далі йде робота з капелюхами, послідовність використання яких визначає викладач. Модератором в процесі тренінгу виступає викладач, підтримуючи здобувачів й допомагаючи дійти до вірних висновків. Окреслюючи переваги методу «Шести капелюхів», підсумуємо:

1. Метод надає можливість розглядати проблему в багатьох площинах одночасно
2. Спосіб наведеного творчого процесу сприяє розвитку самоосвіти, стратегічних вмінь і розумових здібностей
3. Простота умов тренінгу робить його доступним для спеціалістів з різних галузей

Щодо наявності недоліків відмітимо, що в даному випадку вони будуть критися в особистісних якостях здобувачів. Наприклад, яскраве вираження власного «єго», невміння вислуховувати й толерантно ставитись до думок інших, нездатність стримувати негативні емоції [69, с. 162-167]. Наступний тренінг, що широко використовується В. Бугайовою під час практичних занять з предмету «Креативне мислення» - «Ментальні карти». Його розробником є британський психолог, коуч Тоні Бьюзен. Сутністю його методу є зображення процесу мислення, за допомогою малювання схем. Завдяки цьому поліпшується пам'ять, в тому числі й зорова, що відіграє значну роль в стимуляції креативних процесів. Загальновідомим фактом є те, що ліва частина мозку відповідає за логічне мислення, дії математичного характеру, а права відповідає за вирішення абстрактних, творчих завдань. Виходячи з цього, Тоні Бьюзен дійшов висновку, що розробляючи ментальні карти людина швидше та стисліше фіксує інформацію, об'єднуючи її у смислові блоки за власною логікою, задіє увагу, пам'ять і творче мислення. Це змушує працювати обидві півкулі мозку одночасно, тим самим інформація запам'ятовується швидше та в більших обсягах. Нині процес створення карти називають майндмеппінг (від англ. «Mind mapping»/ «Mind map») – техніка, завдяки якій фіксується інформація, генеруються та закріплюються нові ідеї [64, с. 66]. За технікою Бьюзена карта оформлюється наступним чином: головна дефініція розташовується в центрі мапи, а з'явленні асоціації поруч на гілках, що йдуть від центру. Вільна форма фіксації дозволяє й застосовувати малюнки. Отже, процес створення мапи збуджує нервову

систему і творчий апарат, завдяки чому з'являються нові образи та генеруються ідеї.

Особливу увагу в процесі розвитку творчого, нестандартного мислення заслуговує залучення В. Бугайовою настільних ігор. На нашу думку, саме цей метод є найбільш результативним та цікавим. Наприклад, частіше всього на заняттях використовується психологічна гра «Імаджинаріум». Основним завданням гри є вигадування асоціацій на запропоноване зображення та відгадування малюнку на карті іншого учасника, прослухавши його асоціації. Завдання можуть бути ускладнені деякими обмеженнями. Наприклад, асоціація повинна бути викладена за допомогою чотирьох слів, на основі кінофільму, пов'язана із відомим брендом, викладена у формі питання і т.д. (додаток Д). Викладач В. Бугайова під час занять вводить свої правила. Згідно з ними здобувачу потрібно уважно роздивитись карту протягом хвилини, запам'ятати її в дрібних деталях та відкласти. Далі потрібно вгадати розповідь, що буде відповідати зображенню. Ідеальним виконанням завдання вважається розповідь яка має глибоку ідею, носить повчальний або філософський характер [45]. Наведена вправа сприяє розвитку фантазії, зорової пам'яті, вчить абстрагуватись й швидко приймати рішення під час вирішення творчої проблеми. Доречним буде згадати, що важливе значення в режисерській діяльності відіграє сміливість у творчих пошуках і новаторських рішеннях. Існує багато психологічних установок, які заважають особистості діяти. Аби позбавитись таких затисків в програмі дисципліни «Креативне мислення в режисерській арт-практиці» використовується вправа «Фальшиві обличчя». Сутність тренінгу полягає в тому, аби спростувати психологічну установку, запропонувавши й аргументувавши будь-який шлях вирішення проблеми. Головною умовою є безсумнівність в тому, що кожна ідея має значення і є цілком можливим варіантом розв'язання складної ситуації. Наведена вправа нагадує класичний мозковий штурм, тому отримані у підсумку результати можуть бути використаними в практичній діяльності.

Позитивно на розвиток креативної складової в діяльності здобувачів ХДАК впливає й залучення техніки SCAMPER, створеною Робертом Еберлі. В основі техніки лежить наведений далі перелік процесів: адаптація, розширення, заміна на протилежність, поєднання, використання з іншою метою, видалення, модифікування. Залучаючи дані процеси здобувачу потрібно створити новий, не існуючий в побуті, предмет й вигадати його призначення. Можливим варіантом є і функціональна зміна вже створеного об'єкту. Допоміжним засобом можуть стати питання: Як і для чого я можу змінити продукт? Чи можливо використовувати предмет не за призначенням? Де саме? Чи можна видалити або додати якусь деталь? та інші. Для комфортних умов й створення вільної атмосфери спочатку завдання можна робити в маленьких групах, а вже згодом працювати індивідуально [73].

Таким чином, можливо зробити низку висновків:

1. Креативне мислення – процес, що дозволяє поглянути на світ під іншим кутом. Надає здатність відчувати глибше й бачити більше в навколишньому середовищі. Вважаємо креативне мислення однією з найважливіших складових професії «режисер».
2. Представлений курс містить в собі прогресивні педагогічні методики, які суттєво збагачують творчий потенціал здобувачів, поглиблюють професійні знання та навички, розширюють світогляд й надають власного творчого погляду на явища.
3. Наявність в програмі навчання режисерів шоу та арт-проектів предмету «Креативне мислення в режисерській арт-практиці» сприяє також й розвитку організаційних навичок. Це є дійсним через те, що наведені приклади вправ виховують комунікативні якості, вміння працювати в команді, брати на себе ініціативу, прислухатись та ставитись з повагою до творчих задумів інших членів групи.

3.2. Використання засобів театрального мистецтва в інклюзивному театрі «Дивосад» (Чернігів)

Сьогодні Україна перебуває на новому етапі розвитку для якого характерні якісні перетворення в усіх сферах життя громадян. Сучасні процеси модернізації суспільства притримуються методики впровадження власних, новітніх ідей, які залучатимуть до участі в громадському житті усі верстви населення, незалежно від віку, статусу та стану здоров'я [26, с. 146-152]. Безсумнівно, великий вплив на цей процес мала Конвенція Генеральної Асамблеї ООН, що була прийнята у 2006 році. Її основна ціль – залучити інвалідів до усіх сфер життя, надавши відповідні умови та сприяти їх реалізації і соціальному захисту. Україна ратифікувала наведену конвенцію, що стало поштовхом для розвитку інклюзивної освіти в галузі театрального мистецтва в тому числі [75, с. 11]. Як наслідок почала зростати кількість інклюзивних або «особливих» театрів, де кожна особистість має нагоду не тільки саморозвиватись, а й одночасно з тим проходити процес реабілітації. Актуальність використання арт-терапії як засобу реабілітації в Україні невпинно росте через те, що досі більше 7% населення країни за причиною вад здоров'я не приймає участь у її культурному та духовному розвитку [71, с. 297-307]. Слід враховувати і той факт, що з 2018 року більшає кількість людей з особливими потребами, 80 % з них – працездатного віку [74, с. 196-203].

Яскравим прикладом залучення засобів інклюзії на теренах України є Чернігівський театр реабілітації та творчої інтеграції «Дивосад», який створює умови для спілкування та реалізації «особливих» акторів. Учасники творчого колективу театру – люди із обмеженими фізичними можливостями які мають діагнози ДЦП, епілепсія, синдром Дауна та шизофренія тощо (додаток В). Великий внесок у створення та підтримку колективу «Дивосад» зробила кандидат філософських наук, доцент кафедри філософії та культурології Національного університету «Чернігівський колегіум» імені

Т.Г. Шевченка Марина Каранда. Театральна студія була заснована нею на базі Чернігівської обласної благодійної організації «Аратта» у 2006 році. Великий пласт творчої та педагогічної діяльності Марини Каранди також займає соціальний театр, який вона успішно розвиває із своїми вихованцями. Нею був створений проєкт «Соціальний театр – мода на добре мистецтво», який переміг у конкурсі культурних проєктів. Головною метою і соціальною місією проєкту є залучення людей з особливими потребами до мистецтва. З 2010 року й до сьогодні художнім керівником та головним режисером театру є Ірина Пісня. Саме її режисерсько-педагогічна діяльність допомагає учасникам творчого колективу театру подолати відчуття ізольованості, стати рівноправним членом суспільства за допомогою використання засобів театрального мистецтва. Дійсно, психоневрологічні особливості акторської трупи впливають на пам'ять та емоційні можливості, проте усі учасники успішно реалізують театральні постановки й виконують поставлені перед ними завдання. Звісно ж, мета керівництва складається не тільки в створенні спектаклю, а й в налагодженні продуктивності творчого процесу. Репетиції та тренінги переважають над сценічним продуктом в даному випадку. Зазначимо, що до вихованців не висувуються високі вимоги виконавської майстерності. Виходячи з того, що акторський склад є неоднорідним за фізичними та розумовими здібностями, корекційно-розвиткові засади є основою виховання. За їх допомогою в акторів поліпшується дрібна моторика, навички комунікації, покращується фізичний стан, розвивається мовлення й суттєво розширюється словниковий запас. Також однією з особливостей інклюзивного театру «Дивосад» є індивідуальне написання сценарію майже для кожного артиста, виходячи з наявної особливості стану здоров'я та психіки.

Сьогодні творчий колектив складається із тринадцятьох людей, які мають різні діагнози та досить велику різницю у віці. Наймолодшому члену колективу сім років, а найстаршому – сорок. Варто зазначити, що серед акторського складу є і здорові люди. Крім того, поруч із особливими

акторами на сцені грають так звані «актори-волонтери». Їх основна задача – творча та морально-психологічна підтримка учасників колективу під час спектаклю. Це свідчить про те, що усі бажаючі можуть стати частиною команди, незалежно від статі, віку та стану здоров'я.

В житті театру «Дивосад» є і творчі здобутки. Наприклад, театр щороку їздить до Польщі на фестиваль «прекрасних театрів» для людей з обмеженими можливостями. Доречі, у 2014 році «Дивосад» був єдиним представником України на фестивалі серед 36 колективів з різних країн [21, с. 112-117]. Діячами науки, психологами Л. Музичко та Х. Сайко протягом 2018 року було проведено аналіз результативності діяльності театру. Досліджуваними були учасники колективу, діти з особливими потребами віком від 14 до 17 років. Використовувались методи анкетування, аналізу проходження занять та вивчення учбових матеріалів. Аналізувалось власне ставлення учнів до тіла (*додаток Е*), оцінка себе та особистісних переконань (*додаток Е*). В ході дослідження виявилось, що показники групи в досліджуваних аспектах поліпшились. Даний результат було отримано завдяки використанню І. Піснею комплексного підходу під час творчої роботи. Під час реабілітації учасники колективу займаються не тільки акторською майстерністю, а й образотворчим мистецтвом, вчать основи етикету та кулінарії, займаються спортом. Проте переважну кількість часу в організації «Аратта» учні займаються саме театральним мистецтвом, вважаючи його найрезультативнішим важелем терапії.

В основі роботи над роллю в методиці режисерки лежать класичні тренінги за системами Станіславського, включно із вивченням його етики, та біомеханіки Мейерхольда.

Працюючи над основними елементами акторської психотехніки І. Пісня здебільшого використовує відомі вправи, які розвивають увагу, сценічне спілкування, уяву й емоційну рухливість (*додаток Ж*). Невід'ємною частиною тренінгу є робота над мовним та фізичним апаратом (*додаток З*). Проте, розумовому та емоційному розвитку надається більше значення, адже

у діяльності актора наявність розумових здібностей відіграє важливу роль. До того ж, творча уява підживлюється завдяки інтелектуальним здібностям та емоційній пам'яті, що й розвиває тренінг. Таким чином, чим ширше обсяг знань, тим плодотворнішою є робота уяви. Вправи що використовуються на заняттях допомагають не тільки оволодіти голосом, вірною технікою дихання, а й здобути м'язову свободу та навчитись «народжувати» образи, власну думку, чітко й зрозуміло сформулювавши її. Вищезгадані складові майстерності є корисними для особливих акторів, адже ці якості – невід'ємні частини людського буття, які безсумнівно розкривають і виражають їх індивідуальність. Це підтверджує й висловлювання К.С. Станіславського: «...Кожна людина розкриває в собі та звільнює для творчості своє зерно, свою любов цілковито особливим й неповторним образом, що складають його індивідуальну неповторність, його таємницю. Тому таємниця творчості одного не придатна для іншого...» [50, с. 228]. Наведені в додатках вправи регулярно виконуються учасниками театру, що сприяє процесу реабілітації якнайкраще та допомагає їм успішно втілювати ролі на сценічному майданчику.

Як висновок можливо сказати, що учні І. Пісні працюють не тільки над професійними акторськими якостями, а й розвивають фізичні й когнітивні навички, займаються саморозвитком, пристосовуючись до суспільного життя. Цьому сприяє й довірлива, творча атмосфера під час занять. Таким чином, учасники колективу «Дивосад» стають все розкутішими та більш пристосованими, відкритими до життя. Додамо, що в них формуються такі важливі складові особистості як: мотивація, емоційний інтелект, самооцінка, самостійність та ініціативність, вміння формувати і виражати власну думку. До того ж, творча діяльність театру допомагає учням здобути власні світоглядні цінності та навчає життєвим мудрощам [36, с. 206-213].

3.3. Школа «Тісто» як найпопулярніший простір арт-практик у Харкові

Неформальна мистецька освіта набуває широкої популярності на теренах сучасної України. Її художньо-творча діяльність реалізовується завдяки просвітницьким ініціативам діячів культури з різних регіонів країни та ставить перед собою завдання розвинути додаткові вміння і навички дорослих громадян різних соціальних верств населення. Крім того, така практика дозволяє популяризувати й розвивати інтелектуальний та культурний потенціал держави. Діяльність неформальних освітніх закладів розгортається здебільшого на базах спеціалізованих мистецьких організацій або на створених і облаштованих для занять майданчиках [3]. Наведеному освітньому простору, як сфері діяльності людини, притаманна варіативність, гнучкість, об'єднання ідей виховання, формування та розвитку особистості [29, с. 107-113].

Про популяризацію даного напрямку освіти свідчить наявність приватних шкіл акторського мистецтва в багатьох українських містах. Наприклад, школа сучасних театральних напрямків «ArtSchool» (Харків), театр-студія SPLASH (Київ), театральна-психологічна студія «Образ» (Дніпро), студія акторської майстерності при громадській організації «Театр 23» (Чернігів), школа акторської майстерності від Одеської кіностудії «Art Max School» (Одеса).

На нашу думку, однією з найяскравіших приватних шкіл акторського мистецтва в Україні є «Тісто», що знаходиться у місті Харків. Даний простір було створено командою спеціалістів в галузі акторської майстерності, режисури і перформативного мистецтва. Керівником школи є актор театру «Прекрасні квіти», театральний педагог, перформер Ігор Ключник. Протягом восьми років існування школи було випущено більш ніж тисячу студентів віком від п'яти до шістдесяти років, а педагогічний склад розширився до сорока спеціалістів. Успіх школи Ігор Ключник визначає в адаптації під

ігровий формат відомих театральних тренінгів для практики непрофесійними акторами та наявності у педагогічному складі діючих фахівців в просторі сценічного мистецтва, психології, гештальт-терапії. Не можливо не погодитись, що гра, як педагогічний метод, надає можливість за короткий проміжок часу створити легку, творчу атмосферу, яка сприятиме прояву творчого потенціалу. Це є фундаментальним прийомом в роботі із людьми, які не мають театральної освіти і ніколи не були причетними до галузі сценічного мистецтва. Крім того, кожен з учнів має неповторний життєвий досвід, який мав вплив на нього, індивідуальні риси, якості і таланти, що потребує особливої уваги з боку викладача й спонукає до пошуку дієвих педагогічних методів [35, с. 16-20].

Девізом «Тісто» була обрана фраза: «Знайти себе та своїх». Діяльність школи беззаперечно виправдовує наведений вислів, адже насамперед мета школи – розвиток soft skills якостей (комунікація, емоційний інтелект, емпатія, аналітичне та творче мислення, тощо) розкріпачення, руйнування бар'єрів та страхів, придбання нового кола спілкування та інтересів. Серед викладачів школи є відомі Харківські актори: Марія та Іван Ванєєви (Харківський драматичний театр), Ольга та Олександр Кривошеєви (Харківський драматичний театр), Артем Вусик (театр «НАФТА» і «Прекрасні квіти»), Федір Бахмутченко (театр «НАФТА» та Харківський драматичний театр). Усі педагоги мають значні кар'єрні досягнення і багатий досвід викладання, не зважаючи на досить молодий вік. Переважна більшість з них займається науковою діяльністю, є організаторами міжнародних театральних фестивалей, шкіл та проєктів не тільки в Україні, а й за кордоном (Німеччина, Грузія, Лондон, Польща) [70].

Отже, школа «Тісто» пропонує п'ять курсів для навчання:

- «Базовий курс». Спрямований на розкриття творчого потенціалу та налагодження навичок комунікації.

- «Вимкни мозок». Метою курсу є «перезавантаження» себе як особистості. Запропоновані завдання навчають студентів проявляти ініціативу, рішучість та лідерські якості.
- «Театральна імпровізація». Заняття надають можливість навчитись активно діяти, легко пристосовуватись к постійним життєвим змінам та швидко генерувати нові ідеї.
- «Ораторський курс». Після проходження даного курсу студенти подолають страх публічних виступів, навчаться справляти перше враження і використовувати невербальну мову спілкування. І звісно, пропрацюють мовний апарат, що допоможе «знайти власний голос», розмовляти більш чітко та виразно.
- «Soft Skills». Ціллю курсу є формування гнучких якостей засобами театального мистецтва(акторський тренінг, виконання арт-терапевтичних вправ). Після закінчення школи студенти добре розпізнають емоції, вміють відстоювати особисті кордони й адекватно ставляться до критики, легко взаємодіють із людьми різних темпераментів.

Розглянемо діяльність школи на прикладі курсу «Вимкни мозок», що включає в себе вісім занять тривалістю дві години. Максимальна кількість учасників – 12 осіб. Заняття будуть корисні для тих, хто відчуває втому та потребу у емоційному перезавантаженні, має комплекси та затиски. Викладачами курсу є Богдан та Олександр Кривошеєви, актори Харківського драматичного театру. Ними була сформована програма курсу:

1. Перше заняття. Знайомство студентів та формування згуртованої команди. Це дозволить людям різного віку і несхожих професій стати «єдиним організмом», що зробить заняття більш продуктивними і результативними. До того ж, дружня, довірлива атмосфера сприятиме більшому творчому та емоційному розкріпаченню.

2. Друге заняття. Подолання старих установок, нав'язливих думок, що заважають діяти у повсякденному житті. Позбавлення від внутрішнього спостерігача, спроби існування «тут і зараз». Пропрацювання навичок роботи в команді.
3. Третє заняття. Ознайомлення з такими інструментами акторської майстерності як з увага та уява.
4. Четверте заняття. Вивчення основ ритміки. Освоєння артикуляційної та дихальної гімнастики, а також прийомів, що дозволяють підготуватись до публічного виступу. Створення музичного перфомансу.
5. П'яте заняття. Робота з тілом. Метою заняття є вивчення фізичних можливостей власного тіла шляхом виходу із зони комфорту та отримання адреналіну і нових тілесних відчуттів.
6. Шосте заняття .Дослідження понять інтуїція та підсвідомість. Опанування способів роботи із власною енергією.
7. Сьоме заняття. Оволодіння мистецтвом імпровізації як способом мислення. Спроби втілення художніх образів, шляхом експромту. Створення інсталяції.
8. Восьме заняття. Підведення підсумків пройденого курсу, обмін враженнями та набутими знаннями. Аналіз значення отриманої інформації та використання її у сферах життєдіяльності кожного з учасників творчої групи.

Таким чином, перед курсом «Вимкни мозок» викладачі ставлять низку цілей, а саме:

1. Знайомство із власною творчою складовою, розвиток креативності, емоційного інтелекту, уяви та фантазії
2. Тренування навичок комунікації, що дозволять ефективно співпрацювати в команді (комунікативність, лідерство, ініціативність, довіра, відкритість для нового, вміння вислуховувати інших та чітко формувати і висловлювати власну думку)

3. Опанування публічного виступу за допомогою роботи над мовним апаратом та тілом. Подолання емоційних бар'єрів та затисків у тілі.
4. Надихнути студентів на подальший особистісний розвиток

Тренінг, що використовують на заняттях Богдан та Олександр складається з досвіду отриманого під час участі у міжнародних фестивалях та школах (Грузія, Польща, Британія, Німеччина). Проте переважну більшість вправ педагоги беруть з праць видатних режисерів та педагогів, а саме Ю. Альшица, М. Чехова та Є. Гротовського. Розглянемо учбовий процес на прикладі п'ятого заняття, присвяченого роботі з фізичним апаратом.

Отже, запропонований викладачами ігровий тренінг відбувається протягом 120 хвилин і має чотири частини:

Перший етап має назву «Check in». Студенти сідають у «творче коло». В ньому відбувається привітання учасників, постановку задач та цілей майбутнього заняття викладачами, обмін очікуваними від тренінгу результатами кожного студента школи. Невід'ємною частиною є визначення колективного настрою групи. Для цього педагоги пропонують ігрове завдання. Задача студентів відповісти на запитання: «Який/Яка ти сьогодні? Чому?». Крім того, відповідь потрібно обґрунтувати.

Варіанти запитань:

- Який ти сьогодні напій? Чому?
- Який ти сьогодні музичний інструмент? Чому?
- Яка ти сьогодні геометрична фігура? Чому?
- Яка ти сьогодні планета? Чому?
- Яка ти сьогодні пісня? Чому?

Мета вправи: Зміна побутових, звичних обставин на ігрові, «перетворення» навколишньої середовища в безоціночний та творчий простір. Під час виконання завдання кожен студент може поділитись внутрішнім самовідчуттям, емоціями, іноді проблемами та бути вислуханим. Це дозволяє висвободитись від обтяжливих обставин, налаштуватись на подальшу творчу діяльність та «вимкнути мозок». На нашу думку, дуже цікавою є ідея прямої

участі у тренінгу викладачів. Це дає кожному учаснику відчуття рівності, безпеки і підтримки.

Тривалість першого етапу – 20 хвилин. Другий етап – фізична розминка. Дана частина включає в себе комплекс вправ, які підготовлять тіло до ігрових вправ, зменшать ризик отримання травм, допоможе студентам стати бадьорими й налаштованими до роботи в емоційному плані.

Вправа «Розігрів»

Студентам пропонують розділитися на пари. Завдання одного учня стати рівно, розслабивши м'язи. Іншого – інтенсивно розтирати тіло партнера переміщуючись з верхньої частини (включно із вухами, шиєю, долонями та пальцями) до нижньої. Далі партнери міняються ролю та повторюють вправу.

Мета вправи: Розігрів фізичного апарату, боротьба із м'язовими та емоційними затисками шляхом близького тілесного контакту й отримання нових сенсорних відчуттів.

Вправа «Хаотичний рух»

Учасникам тренінгу пропонується хаотично пересуватись по всій території творчій майстерні в зручному для них темпі, не зачіпаючи один одного тілом. За командою педагога рух продовжується лише на одній половині простору, за наступним сигналом лише на чверті зали, далі знову хаотичне пересування, потім умовно ділимо простір на діагональ і продовжуємо рух на одній з частин залу, тощо. Вправа може бути ускладнена:

а) за допомогою задавання викладачем певних образів під час руху. (пересуватись в образі кішки, голлівудської зірки, повітряної кульки і т.п.);

б) додаванням задачі встановити взаємний зоровий контакт із іншим учасником тренінгу та привітатись, потиснувши руки. Основною умовою при цьому є непримусовий, природній контакт із партнером. Під час контакту важливо фіксувати емоцію партнера (радість, здивування, тощо).

Вправа «Плеск + ім'я»

Студентам пропонують стати у коло. Далі вони повинні передавати плеск іншому учаснику тренінгу й одночасно з цим називати ім'я того, кому адресують свій плеск. Той, хто отримав «імпульс» передає плеск далі. Задача ускладняється тим, що потрібно притримуватись чіткого ритму, який за проханням педагога може уповільнюватись або прискорюватись.

Мета вправи: Навчитись концентрувати увагу та енергію в тілі, цілеспрямовано передавати емоційний та фізичний «імпульс» конкретному об'єкту. Виховати почуття темпу та ритму [35, с. 16-20].

Мета вправи: Виховання відчуття простору, здатності до комунікації. Розкриття емоційного потенціалу та розвиток фантазії.

Вправа «Хі-Ха-Хо»

Викладачі пропонують студентам стати у коло. Учасники за допомогою рухів та голосової команди повинні передавати сигнал до дії іншим. Це відбувається наступним чином: студент, що розпочинає вправу згинає руки в ліктях та з'єднує долоні перед собою на рівні грудей. Голосно вигукуючи звук «хі», він різко опускає напружені руки донизу, випрямляючи їх в ліктях. Вигукуючи звук «ха» підіймає руки догори. Вигукуючи звук «хо» студент передає «імпульс» будь-якому учаснику, направляючи руки до нього. Долоні не розриваються під час рухів.

Мета вправи: Тренування координації та швидкості реакції. Виховання навички багатозадачності, адже перед студентами постають завдання тілесного та мовного характеру одночасно. Крім того, дії відбуваються в ігровій ситуації яка постійно змінюється, що потребує особливого «включення» в процес.

Тривалість другого етапу – 30 хвилин.

Третій етап – основна частина заняття. Виконання вправ, які спрямовані на знайомство із власним фізичним апаратом, подолання тілесних й психологічних затисків.

Вправа «Вантаж»

Учасники розбиваються на пари. Перший учень нахилиє корпус вниз до паралелі із підлогою. Коліна тримає трохи зігнутими для збереження балансу. Другий лягає йому на спину таким чином, щоб їх плечі торкались й були на одному рівні. Потім згинає ноги, підтягуючи стопи до сідниць та охоплює їх долонями. Перший учень бере другого за руки та натягує його на власну спину ніби рюкзак. Далі випрямляє корпус та починає хаотичний рух по залі. Після того партнери міняються задачами та повторюють вправу.

Мета вправи: Опанування нових тілесних навичок, боротьба із відчуттям страху й недовірою в партнерстві.

Вправа «Контакт»

Група розподіляється на пари. Один студент виконує роль ведучого, інший веденого. Учасники розташовуються лицем один до одного й торкаються вказівними пальцями. Знизу знаходиться палець ведучого, зверху веденого. Другий закриває очі та розслабляє тіло. Завдання ведучого вести партнера постійно змінюючи маршрут. Додатковим ускладненням може бути робота з рівнями. Тобто під час ходи ведучий може іти навприсядки, повзти на колінах. Відповідно ведений відзеркалює рух партнера. Також однією із складностей вправи стане одночасність руху усіх учасників тренінгу. Ведучому потрібно уважно будувати маршрут і уникати зіштовхування. Завдання веденого – стовідсоткова довіра до партнера та зосередження на власному тілі та його імпульсах.

Мета вправи: Встановлення контакту, почуття довіри між учасниками творчої групи. Розвиток уваги, концентрації й намагання відчувати енергію партнера.

Вправа «Біг із зачиненими очима»

Зала умовно поділяється на дві частини. Викладач пропонує студентам розташуватись в хаотичному, зручному для них порядку в протилежній від нього частині залу. Їм потрібно зробити крок вперед та зайняти положення тіла, що дозволить по команді викладача «Біжи» розпочати рух. Завдання ускладняється тим, що прийнявши відповідне положення тіла, учасник

тренінгу повинен заплющити очі й чекати команди. Вона може пролунати одразу, а може через деякий час. Тому студенту потрібно бути сфокусованим та уважним. Після сигналу учню необхідно швидко бігти вперед. На іншій стороні зали його буде ловити викладач. Наведена вправа виконується студентами по черзі.

Мета вправи: Отримання нових тілесних відчуттів, подолання страху перед невідомим. Невід'ємними складовими цілей є також розвиток вміння концентрації уваги в тілі, напрацювання навички перебування в стані алертності.

Вправа «Стрибок»

Зала умовно поділяється на дві частини. В одній половині розташовується перший учасник, що буде виконувати вправу, в другій інші учасники займають підготовчу позицію. Їм потрібно стати близько один до одного, сформувавши умовний натовп і підняти руки до гори. По команді викладача перший учасник, розбігається по напрямку до групи. Підбігаючи до них ближче робить стрибок у натовп. Група підхоплює учасника та підіймає його до гори на руках. Далі вправа повторюється до тих пір, поки кожен не виконає стрибок.

Мета вправи: Навчитись долати відчуття страху, вдосконалити навичку володіння тілом. Опанувати вірний розподіл фізичних дій у просторі.

Тривалість третьої частини – 50 хвилин.

Четвертий етап – заключна частина заняття.

Вправа «Check out»

Обговорення творчою групою відчуттів, переживань, емоцій, які виникали впродовж заняття. Аналіз отриманого досвіду, рефлексія щодо актуальності прожитого досвіду в повсякденному житті кожного студента. Іноді викладачі допомагають студентам підвести підсумки тренінгу, даючи їм навідні питання. Наприклад: «Що з отриманих навичок тобі знадобиться у власній діяльності?», «Які страхи ти подолав?», «Що було складним для тебе сьогодні?». Тривалість четвертого етапу – 20 хвилин.

Дослідження діяльності школи акторського мистецтва «Тісто» дало можливість зробити такий висновок:

Театральний тренінг сьогодні – універсальний інструмент, який є доступним для усіх верств населення. Про це свідчить широка популярність приватних шкіл акторської майстерності, учні якої є люди розбіжних професій, різних вікових та соціальних категорій. Це дозволяє їм стати активними учасниками суспільного життя, продуктивно й екологічно здійснювати комунікацію, налагоджувати стосунки, насамперед із власним «Я». Крім того, робота в тандемі із професійними акторами-педагогами/режисерами-педагогами викликає почуття безпосередньої причетності до театального мистецтва як творця, що для багатьох є недосяжним у повсякденному житті.

Висновки до розділу 3

У третьому розділі було висвітлено викладацьку діяльність режисера-педагога у трьох площинах, а саме: в роботі з обдарованими особистостями, з людьми, що мають вади розвитку та особами, що знайомляться з театральним мистецтвом в якості неформальної освіти і мають намір використовувати отримані навички у повсякденному житті. Проаналізувавши підходи викладача із здобувачами ХДАК на предметі «Креативне мислення», діяльність інклюзивного театру «Дивосад» та школи акторського мистецтва «Тісто», можна зробити висновок, що сучасний режисер повинен мати великий інструментарій задля того, щоб його педагогічний процес був дієвим та приносив очікувані результати. Безсумнівно, суттєве розширення ланок роботи театральних викладачів потребує особливого змістовно-емоційного функціонування, знання специфіки творчої взаємодії із різними верствами суспільства і володіння засобами інтенсифікації та активізації учбового процесу. Режисер-педагог нового часу – домінанта, яка за допомогою засобів театального мистецтва та педагогічної майстерності регулює вікові,

соціальні, гендерні особливості учнів, приводячи їх до поставленої мети. [39, с. 231-239].

ВИСНОВКИ

У магістерській дисертації здійснено аналіз специфіки театрального тренінгу з точки зору творчо-педагогічного процесу. Розкрито зміст та значення тренінгу як фундаментальної складової у вихованні майбутніх спеціалістів в галузі сценічного мистецтва. Нами були реалізовані поставлені мета та завдання, що дозволяє зробити наступні висновки:

1. Узагальнено теоретичні знання стосовно особливостей педагогічної майстерності режисера-педагога, його психологічно-емоційної природи. Проаналізувавши мистецькі, психологічні та педагогічні джерела інформації з'ясовано компетенції та новітні підходи і методи в викладацькій діяльності сучасного режисера. Розкрито сутність його роботи під час фахової підготовки майбутніх спеціалістів. Визначено, що творчо-педагогічний процес завдяки єдності змісту, форм та підходів у навчальному процесі надає якнайкращу можливість для розкриття наявних творчих здібностей здобувачів освіти та їх подальшій професійній реалізації. Сформульовано низку педагогічних навичок режисера, що включають в себе швидку адаптацію до несподівано змінюваних професійних вимог, аналіз існуючих та власних методів викладання для подальшого вдосконалення майстерності, пошук форм та засобів мотиваційного впливу на здобувачів, емоційну саморегуляцію і навички перцептивного спілкування. Досліджено відносно нові ланки професійної діяльності режисера, а саме робота із людьми з особливими потребами, організація театральних арт-практик, що мають певні психологічні цілі. Виявлено творчо-педагогічні аспекти, що дозволяють діяльності режисера бути результативною в наведених напрямках.
2. Систематизовано знання про театральний тренінг, як інструмента, що формує професійні навички та морально-духовні, ціннісні установки майбутніх спеціалістів. Встановлена змістовна, смислова сторона

тренінгу, його реконструкція та зміни у педагогічних принципах. Вивчено сутність та специфіку відомих систем тренінгів, з метою виявлення особливостей фахової підготовки майбутніх спеціалістів. Розкрито психолого-педагогічні складові тренінгу в контексті театральної педагогіки. Методика виховання акторів та режисерів дістала подальшого розвитку.

Водночас, магістерська робота не вичерпує вирішення всіх проблем, що пов'язані із дослідженням театрального тренінгу, як педагогічного процесу та фундаменту виховання творчого апарату акторів та режисерів. Визначена проблема потребує подальшої наукової розвідки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Актерское мастерство. Американская школа / Артур Бартоу. [б. м.] : [б. и.], 2006. 385 с.
2. Акторська майстерність: американська школа. Альпіна / ред. Артур Бартоу. М. : «Альпіна нон-фикшен», 2013. 406 с.
3. Аніщенко О. Неформальна мистецька освіта дорослих у контексті культурноосвітнього простору регіону // Культурно-мистецьке середовище: творчість та технології: матеріали Дев'ятої міжнар. наук.-творч. конф. (21 квіт. 2016 р., м. Київ) / за заг. ред. К. І. Станіславської. Київ: НАКККиМ, 2016. С. 3–5.
4. Афанасьєва, Н. Є., Перелигіна Л. А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: навч. посіб. / Нац. ун-т цивіл. захисту України. Харків : НУЦЗУ, 2015. 315 с. URL: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/4053/1/%D0%9C%D0%A1%D0%9F%D0%A2%20%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D1%87%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA.pdf>
5. Барнич М., Горбачук Н. Акторська майстерність: від уяви до перевтілення // Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Аудіовізуальне мистецтво і виробництво, Київ, 2021. Вип. 4(1). С.18–27.
6. Безручко О. В. Творча і мистецько-наставницька діяльність в Україні діячів театру і кіно : монографія : в 2 т. / Київ. нац. ун-т культури і мистецтв, Ф-т кіно і телебачення. Київ : Вид. центр КНУКиМ, 2017. Т. 1. 211 с. ; Т. 2. 216 с.
7. Бугайова В.О. Розвиток системно-креативного мислення майбутнього режисера естради та масових свят // Наукові записки Тернопільського

- національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: Мистецтвознавство / [за ред. О. С. Смоляка]. Тернопіль: Вид-во ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2014. Вип. 3. С. 284.
8. Бугайова В.О. Курс «Креативне мислення в режисерській арт-практиці»: інновація змістово-дисциплінарного оновлення фахового знання // Вісник КНУКіМ. Серія «Мистецтвознавство» : зб. наук. пр. / М-во освіти і науки України, М-во культури України, Київ. нац. ун-т культури і мистецтв. Київ : Видав. центр КНУКіМ, 2018. Вип. 39. С. 9–16.
 9. Великий тлумачний словник сучасної української мови / [уклад. і голов. ред. Бусел В. Т.]. Київ; Ірпінь : Перун, 2007. 1736 с.
 10. Вільний тлумачний словник. URL: <http://sum.in.ua/f/kreatyvnistj>
 11. Вільховченко Т. І. Розвиток танцювально-рухової терапії в Україні. // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки, 2017. № 2 (1), С. 25–31.
 12. Вознесенська Є., Савінов В. Чоловік і жінка: драма і терапія. Простір арт-терапії: структура, хаос, стихія: матеріали VI Міждисциплінар. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (м. Київ, Київський міський Будинок вчителя, Інститут соціальної та політичної психології АПН України, НПУ ім. М. П. Драгоманова, 26–28 лютого 2009 р.) / за наук. ред. А. П. Чуприкова, Л. А. Найдьонової, О. А. Бреусенка-Кузнєцова, О. Л. Вознесенської, О. М. Скнар. Київ: Міленіум, 2009. 132 с. С.111–115.
 13. Всупереч долі – історія херсонського актора Віталія Пронька надихає і дає крила. URL: <http://favoritekherson.co/2018/11/26/vsuperech-dol-storya-hersonskogo-aktora-vtalya-pronka-nadihaye-daye-krila/>
 14. Головатюк І. Г. Теоретичні основи застосування арт-терапії у процесі професійної підготовки фахівців // Молодий вчений / Педагогічні науки. 2017. № 7 (47) липень С. 276–278.

15. Грицан А. В. Виховання режисера: психофізичний та інтелектуальний тренінг / 2-е вид., переробл. та доповн. Івано-Франківськ : ПНУ ім. В. Стефаника, 2009. 188 с.
16. Гусакова Н. Основні складові формування творчої особистості майбутнього режисера-педагога театрального колективу // *Культура і сучасність.* / Нац. акад. керів. кадрів культури і мистецтв. Київ, 2017. № 1. С. 42–46.
17. Гусакова Н. М., Штефюк В. Д. Багатоплановість професійно-педагогічної діяльності творчої особистості режисера // *Актуальні проблеми історії, теорії та практики художньої культури* / Нац. акад. керів. кадрів культури і мистецтв. Київ, 2017. Вип. 38, С. 48–56.
18. Дем'янова А. І. Теоретичний аспект розвитку психотренінгу на території України // *Сучасна психологія: теорія і практика : матеріали міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 27–28 берез. 2015 р.).* Херсон : Видавничий дім «Гельветика», 2015. С.16–21.
19. Донченко Н. П., Дячук В. П. Основні принципи професійної підготовки режисера як майстра сценічного мистецтва // *Культура України : зб. наук. пр.* / М-во культури України, Харк. держ. акад. культури. Харків, 2013. Вип. 42 (1). С. 123–131.
20. Донченко Н., Зайцева І. Деякі аспекти естетичного виховання майбутніх акторів і режисерів засобами театрального мистецтва (до питання становлення національної еліти) // *Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Сценічне мистецтво.* Київ: КНУКіМ, 2019. Вип. 2(1). С. 94 С. 106.
21. Драгунова С. М. Використання драмотерапії в соціальній роботі // *Проблеми соціальної роботи: філософія, психологія, соціологія,* 2014. № 1(4). С. 112–117. URL: http://ir.stu.cn.ua/bitstream/handle/123456789/11611/AIE_1_4-112-117.pdf?sequence=1&isAllowed=y
22. Ершов П. М. Искусство толкования. В 2 ч. Ч. 1. Режиссура как практическая психология. Дубна : Феникс, 1997. 352 с.

23. Живцова Г. А. Авторська програма психокорекції тривожності у соціально активної молоді з використанням засобів тілесно-орієнтованої терапії // Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості: зб. наук. праць за матеріалами III Міжнародної науково-практичної конференції (м. Херсон, 30 вересня – 01 жовтня 2021 р.) / ред. колегія: І. Р. Крупник, О. Є. Блинова, Н. І. Тавровецька (відп. за випуск) та ін. Херсон: ФОП Вишемирський В. С., 2021. С. 98–100.
24. Жорник Д. В. Особенности тренингов в процессе обучения режиссеров эстрады и массовых праздников // Наукове мислення. URL: <https://naukam.triada.in.ua/index.php/konferentsiji/40-desyata-vseukrajinska-praktichno-piznavalna-internet-konferentsiya/143-osobennosti-treningov-v-protssesse-obucheniya-rezhisserov-estrady-i-massovykh-prazdnikov>
25. Зязюн І. А. Педагогічна майстерність: підручник для вищих навч. закл. Київ: «Вища школа», 2004. 422 с.
26. Іванов С. В. Модернізація України: сучасні погляди та можливості // Економічний вісник Донбасу. 2017, № 3 (49), С. 146–152. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ecvd_2017_3_22
27. Іващенко І., Стрельчук, В. Провідні методики професійного акторського тренінгу: емоційний аспект // Культура і сучасність / Нац. акад. керів. кадрів культури і мистецтв. Київ, 2018. № 2, С. 93–100.
28. Каліка з острова Інішмаан. Українська версія. URL: <https://www.radiosvoboda.org/a/28146730.html>
29. Касярум Надія Освітній простір: становлення поняття // Витоки педагогічної майстерності. Серія: Педагогічні науки. 2013. № 12, С. 107–113.
30. Кашуба В. Поняття та призначення режисерської експлікації в театральній постановці // Сучасні дослідження в галузі культури і мистецтв : збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної

- конференції. 26.04.2018 р. Київ : КНУТКТ імені І. К. Карпенка-Карого, 2018. С. 28–31.
31. Кваліфікаційна робота : методичні рекомендації до оформлення та захисту, галузь знань 02 «Культура і мистецтво», спец. 026 «Сценічне мистецтво» / М-во культури та інформ. політики України, Харків. держ. акад. культури, Каф. режисури; [розроб. : Сергій ГОРДЕЄВ, Світлана ШУМАКОВА]. – Харків : ХДАК, 2022. – 88 с.
32. Коленко А. В. Формування виконавської майстерності майбутніх бакалаврів з акторського мистецтва драматичного театру і кіно у фаховій підготовці : автореф. дис. ... канд пед. наук : 13.00.04 / Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2019. 24 с.
33. Короткова Р. І. Методика підготовки майбутніх соціальних педагогів до організації та керівництва театральним колективом. 2008. С. 80–85. URL: <http://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/4003/Korotkova.pdf?sequence=1>
34. Корнієнко Н. Театр і квантовий світ: Спокуси вільнодумства» : [монографія]. Київ: НЦТМ ім. Леся Курбаса, 2019. 160 с.
35. Кривошеєва О. В. Цифрові технології та проблема ігрової імпровізації у професійній підготовці майбутнього актора // Восточно-европейский научный журнал. 2021. № 11-5 (75), С. 16–20.
36. Курляк І. Є. Театротерапія як метод ресоціалізації соціально дезадаптованої молоді (на матеріалах Польщі) // Вісник Львівського державного університету безпеки життєдіяльності. Львів, 2016. № 13, С. 206–213.
37. Лимаренко Л. Використання студенського театру в європейських системах професійної підготовки майбутніх педагогів // Естетика і етика педагогічної дії : зб. наук. праць. Київ – Полтава, 2015. № 9. С. 176–187. URL: http://ipood.com.ua/data/Naukovi_VYDANNIA/Estetyka/9-2015_.pdf
38. Литвиненко Л. І. Плейбек-театр-театр чи психотерапія? 10 років плейбек-театру в Україні. Психодрама та сучасна психотерапія. 2012.

- № 1–2, С. 22–31. URL:
<https://www.psychodrama.in.ua/wp-content/uploads/2012/08/02-%C3%90%C2%9B%C3%90%C2%B8%C3%91%C2%82%C3%90%C2%B2%C3%90%C2%B8%C3%90%C2%BD%C3%90%C2%B5%C3%90%C2%BD%C3%90%C2%BA%C3%90%C2%BE-10.pdf>
39. Локарева Г. В. Театральна педагогіка в професійній підготовці: педагогічна дія, драматизація, педагогічна майстерність // Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки. Запоріжжя, 2014. № 2, С. 231–239.
40. Малнацька О., Мирончук Н. М. Педагогічна майстерність викладача ВНЗ // Модернізація вищої освіти в Україні та за кордоном : збірник наукових праць / за заг. ред. д.п.н., проф. С. С. Вітвицької, к.п.н., доц. Н. М. Мирончук. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. С. 61–64.
41. Медведєва А. О. Театральна маска як атрибут сценічного дійства // Українська культура: минуле, сучасне, шляхи розвитку: зб. наук. праць: наук. зап. Рівненського державного гуманітарного університету. У 2-х т. Рівне: РДГУ, 2012. Вип. 18 (1). С. 195–198. URL: https://rshu.edu.ua/images/nauka/ukr_kult_min_such_rozv_nm_vip18.pdf
42. Мельник М. М. Професійні якості режисера як фахівця сценічних мистецтв. Вісник Національної академії керівних кадрів культури и мистецтв : наук. журн. Київ, 2012. № 1 (2), С. 126–130.
43. Мистецтвознавство ХХ століття : хрестоматія-довідник [театральне мистецтво] / кол. авт. : А. Баканурський та ін.; упоряд. : А. Білик, С. Думасенко. – Херсон : ОЛДІ-ПЛЮС, 2017. 424 с.
44. Морено Я. Психодрама / пер. з англ. М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. 528 с.
45. Настольная игра Имаджинариум – заповедник мыслей. URL: <https://planeta-igr.com/imadzhinarium>

46. Обласний академічний музично-драматичний театр Куліша: Віталій Пронько. URL: <https://teatrkulisha.org/personal/vitaliy-pronko>
47. Павленко В. В. Метод Едварда де Боно «Шість капелюхів мислення» як засіб розвитку креативного мислення у школярів // Сучасні тенденції і пріоритети компетентнісного підходу в підготовці майбутніх фахівців дошкільної та початкової освіти: зб. наук.-метод. праць / за заг. ред. В. Є. Литнєва, Н. Є. Колесник, Т. В. Завязун. 2016. Ч. 1, С. 73–78.
48. Переданенко Ю. О., Набоков Р. Г. Сучасні тенденції виховання студента-режисера на шляху професійного становлення // International scientific innovations in human life. Proceedings of the 11-th International scientific and practical conference. Cognum Publishing House. Manchester, United Kingdom. 2022. PP. 555–560.
49. Психологічний словник / авт.-уклад. В. В. Синявський, О. П. Сергєєнкова ; ред. Н. А. Побірченко. Київ : Науковий світ, 2007. 274 с.
50. Полищук В., Сарабьян Э. Библия актерского мастерства. Уникальное собрание тренингов по методикам величайших режиссеров. М.: АСТ, 2014. 791 с. URL: http://loveread.ec/read_book.php?id=69606&p=1
51. Савінов В. В. Плейбек-театр як засіб арт-терапії: коли плинність завмирає // Простір арт-терапії: творча інтеграція та трансформація в епоху плинного модерну : матер. XV міжнар. міждисциплін. наук.-практ. конф. (м. Львів, 16–18 лютого 2018 р.) / за наук. ред. А. П. Чуприкова, Л. А. Найдьонові, О. Л. Вознесенської, О. М. Скар. Львів : ЛНУ ім. І. Франка, 2018. 196 с. С. 94–99.
52. Салас Джо. Играем реальную жизнь в Плейбек-театре ; пер. с англ. М. Ю. Кривченко. М. : Когито-Центр, 2009. 160 с.
53. Серєда Н. В. Елементи театральної педагогіки у формуванні педагогічної майстерності // Теорія і практика управління соціальними системами: науково-практичний журнал. Харків, 2011. № 2. С. 48–54. URL: <https://www.kpi.kharkov.ua/archive/%D0%9D>

- %D0%B0%D1%83%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0_%D0%BF
%D0%B5%D1%80%D1%96%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BA
%D0%B0/Tipuss/2011_2/Sereda.pdf
54. Синявський В. В., Сергєєнкова О. Психологічний словник / ред. Н. Побірченко. Київ: Науковий світ. 2007. 124 с.
55. Словник-довідник професійного тезауруса майбутнього актора / наук. редакція: Г. В. Локарева, Ю. В. Гончаренко. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2020. 300 с.
56. Тадаши Сузуки: театр существует за счет животной энергии // Коммерсант. 1998. URL: <http://www.kommersant.ru/doc/199311>.
57. Тадаши Сузуки: «Мой театральный центр можно назвать партией» // Театральный зритель. 2003. URL: http://www.smotr.ru/5chehov/5ch_suzuki.htm
58. Театральная энциклопедия: электронная библиотека культуры искусства URL: http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Culture/Teatr/_Index.php.
59. Театр Тадаси Сузуки-сан. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=g68-DV0AYe4>
60. Театральна студія «Дивосад». URL: <http://www.aratta.ho.ua/r310.htm>
61. Терлецька Л. Терапія рухом у роботі практикуючого психолога як засіб становлення соціалізації свідомості особистості // Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія. Педагогіка. Соціальна робота. Київ, 2013. № 1, С. 55–57.
62. Тимошенко Наталія Професійна самореалізація як один із компонентів професійного самовдосконалення особистості // Наукові записки [Кіровоград. держ. пед. ун-ту ім. В. Винниченка] Серія: Педагогічні науки. Частина II. Кіровоград: РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2013. Випуск 121(2). С. 158–161. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nz_p_2013_121%282%29__40

- 63.Хлистун О. С. Феномен методики акторського тренінгу Тадаші Сузукі // Актуальні питання культурології. 2017. Вип. 17. С. 208–215.
http://nbuv.gov.ua/UJRN/apkant_2017_17_44
- 64.Чергінець І. П. Майндмеппінг – зручний і ефективний спосіб організації творчого мислення учня // Актуальні питання природничо-математичної освіти : зб. наук. праць / Міністерство освіти і науки України, Сумський державний педагогічний університет ім. А. С. Макаренка. Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2015. Вип. 5/6. С. 66–71.
- 65.Філінюк А. Г., Трембіцький А. М. Наукова робота студента : методичні рекомендації для студентів і магістрантів усіх спеціальностей і форм навчання. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський державний університет, редакційно-видавничий відділ, 2007. 75 с.
- 66.Фіцула М. М. Педагогіка вищої школи: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2006. 352 с. (Альма-матер)
- 67.Шагар В. Б. Сучасний тлумачний словник. Харків: Прапор, 2007. 640 с.
- 68.Шевчук В. Акторський тренінг Майкла Сен-Дені: імпровізація в масці // Мистецтвознавчі записки: [зб. наук. пр.] / Нац. акад. керів. кадрів культури і мистецтв. Київ, 2021. Вип. 39, С. 267–274.
- 69.Шикір Ю. Метод «Шість капелюхів мислення»: історія, сутність, переваги. Креативність особистості як фактор інноваційного розвитку суспільства. 2020. № 2, С. 162–167.
- 70.Школа актерского мастерства «Тесто»: найди себя и своих. URL: <https://testoschool.com/>
- 71.Шлемко О. Особливий театр як дієвий інструмент художнього та арт-терапевтичного впливу // Мистецтвознавчі записки: [зб. наук. пр.] / Нац. акад. керів. кадрів культури і мистецтв. Київ, 2017. Вип. 31. С. 297–307.

- 72.Штефюк В. Д. Акторський тренінг стелли адлер: гра як форма соціальної взаємодії // Вісник КНУКіМ. Серія «Мистецтвознавство», Київ: КНУКіМ, 2021. Вип. 44, С. 135–141.
- 73.Шугайло Яна Можливості використання методики SCAMPER для розвитку креативності здобувачів вищої освіти під час викладання дисципліни «Основи інженерно-педагогічної творчості» // Актуальні питання гуманітарних наук. 2021. Вип 40, том 3. С. 285–290. URL: https://www.researchgate.net/publication/355312865_Possibilities_of_the_SCAMPER_technique_using_to_develop_the_creativity_of_higher_education_students_during_the_teaching_of_the_discipline_Fundamentals_of_engineering_and_pedagogical_creativity
- 74.Юдов М. О., Пивоварова К. В. Проблеми інклюзивної освіти у процесі підготовки акторів драматичного театру в умовах вищої школи // Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого: зб. наук. праць / Київський нац. ун-т театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого; редкол.: Сакун Айта (голова) та ін. Київ, 2018. Вип. 23. С. 196–203.
- 75.Якушенко Л. М. Актуальні проблеми соціального захисту людей з інвалідністю // Аналітична записка. Серія «Соціальна політика», 2019. № 9, С. 1–11. URL: <https://niss.gov.ua/sites/default/files/2019-12/analit-yakushenko-social-policy-9-2019.pdf>
- 76.Adler S. Stella Adler. Educational Theatre Journal, 1976. № 28(4), PP. 506–12.
- 77.Hagen U. Respect for acting. John Wiley & Sons. 2008. URL: https://static1.squarespace.com/static/578eb479f5e231d1bffb72ce/t/5c372eed40ec9ad078b4ada6/1547120368913/respect_for_acting.pdf
- 78.Kissel H. Stella Adler: the art of acting. Hal Leonard Corporation. 2000. URL: <http://cursteatrubucuresti.ro/wp-content/uploads/2015/09/Stella-Adler-The-Art-of-Acting.pdf>

79. Rotte J. H. The Principles of acting according to Stella Adler (Doctoral dissertation, City University of New York) 1983. URL: https://academicworks.cuny.edu/gc_etds/2209
80. Suzuki Method of Actor Training (workshop). URL: <https://www.youtube.com/watch?v=2YujjdfQrxw>