

МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ТЕАТРУ, КІНО І
ТЕЛЕБАЧЕННЯ ІМЕНІ І. К. КАРПЕНКА-КАРОГО

Кваліфікаційна наукова праця
на правах рукопису

ЛЕВИЦЬКИЙ ОЛЕКСАНДР РУСЛАНОВИЧ

УДК 792.028.3:793.32](043.5)

НАУКОВЕ ОБҐРУНТУВАННЯ
ТВОРЧОГО МИСТЕЦЬКОГО ПРОЄКТУ
«РОЛЬ ПСИХОФІЗИЧНОЇ КООРДИНАЦІЇ В ОРГАНІЗАЦІЇ
ПРОЦЕСУ КОЛЕКТИВНОЇ ХУДОЖНЬОЇ ТВОРЧОСТІ
ПРИ СТВОРЕННІ ТЕАТРАЛЬНОЇ ВИСТАВИ»

026 «Сценічне мистецтво»

02 «Культура і мистецтво»

Подається на здобуття освітньо-творчого ступеня доктора мистецтва

Наукове обґрунтування творчого мистецького проєкту містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

 О. Р. Левицький.

Творчий керівник:
Старостін Юрій Олександрович,
доцент, заслужений діяч мистецтв України

Науковий консультант:
Лягущенко Андрій Геннадійович,
професор, кандидат мистецтвознавства,
заслужений діяч мистецтв України

КИЇВ – 2026

АНОТАЦІЯ

Левицький О. Р. Роль психофізичної координації в організації процесу колективної художньої творчості при створенні театральної вистави. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Наукове обґрунтування творчого мистецького проєкту на здобуття освітньо-творчого ступеня доктора мистецтва за спеціальністю 026 «Сценічне мистецтво». – Київський національний університет театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, Міністерство культури України, Київ, 2026.

Актуальність дослідження зумовлена сучасними тенденціями розвитку театрального мистецтва, що характеризуються жанровою та стилістичною багатовекторністю, активним пошуком нових форм сценічної виразності та інтеграцією різних художніх практик. У таких умовах зростають вимоги до професійної підготовки актора, зокрема до його здатності швидко адаптуватися до різноманітних творчих завдань і сценічних умов. Психофізична координація в цьому контексті постає як ключовий інструмент, що забезпечує цілісність акторського існування, поєднання внутрішнього психоемоційного наповнення із зовнішньою формою та стабільність виконання в різних жанрових і стилістичних системах.

Водночас, попри наявність значної кількості досліджень, присвячених психофізичному апарату актора, питання ролі психофізичної координації в організації процесу колективної художньої творчості залишається недостатньо висвітленим. Особливої ваги воно набуває в педагогічному контексті, де психофізична підготовка викладача та здобувачів освіти безпосередньо впливає на ефективність навчального процесу та якість творчого результату. Таким чином, дослідження психофізичної координації як інтегративного чинника, що поєднує індивідуальний і колективний виміри творчої діяльності, є актуальним і своєчасним у контексті сучасної театральної практики та освіти.

Мета дослідження. Простежити вплив психофізичної координації на процес колективної художньої творчості з точки зору акторської, режисерської та викладацької діяльності.

Методи дослідження. *Системно-аналітичний* метод, який дозволив створити джерельну базу дослідження і зібрати необхідний матеріал стосовно предмету дослідження; метод *порівняння*, який знадобився для визначення розбіжностей між особливостями акторського існування в різних запропонованих обставинах; метод *компаративного аналізу* для порівняння особливостей акторської, режисерської та викладацької роботи в процесі колективної художньої творчості; *експериментальний* метод, який полягав у пошуку ефективних вправ і тренажів для роботи над психофізичною координацією, а також для подальшої адаптації цих вправ відповідно до поставлених задач; метод *спостереження*, застосований для ознайомлення з різними педагогічними підходами в освоєнні акторської майстерності, а також для ознайомлення з основними вимогами до сучасного актора; метод *аналізу отриманих даних*.

Наукова новизна. У дослідженні *вперше* здійснено комплексний аналіз взаємозв'язку між рівнем психофізичної координації актора та його творчим діапазоном. Практичні напрацювання дослідників даної теми *дістали подальшого теоретичного розвитку* та були *доповнені* новими спостереженнями, що можуть слугувати науково-методичною основою для вдосконалення освітніх і тренінгових програм як у системі професійної підготовки акторів, так і в діяльності аматорських творчих студій та колективів різного рівня підготовленості. Також *вперше* досліджено роль психофізичної координації режисера-педагога в організації процесу колективної художньої творчості при створенні театральної вистави.

У першому розділі здійснено теоретичне осмислення поняття психофізичної координації, визначено її місце в системі акторської майстерності та розкрито взаємозв'язок внутрішньої і зовнішньої техніки актора; новизна полягає в уточненні цього поняття як цілісного процесу взаємодії психоемоційних і фізичних компонентів сценічного існування.

У другому розділі проаналізовано особливості підготовки психофізичного апарату актора, розкрито вплив профільних пластичних дисциплін (ритміка, основи сценічного руху та сценічний бій) на вдосконалення психофізичної координації та вперше прослідковано роль даного елемента акторської техніки у різних сферах творчої діяльності.

У третьому розділі здійснено теоретичний аналіз усього підготовчого та репетиційного процесу створення театральної вистави, роботи над сценічними образами, а також вперше розкрито вплив психофізичної координації на організацію процесу колективної художньої творчості при створенні театральної вистави.

Наукове обґрунтування складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків.

Ключові слова: *психофізична координація, пластика, сценічний рух, сценічний бій, ритміка, театр, сценічне мистецтво, хореографічне мистецтво, акторська техніка, процес колективної художньої творчості, спосіб існування.*

ABSTRACT

Levytskyi, O. R. The Role of Psychophysical Coordination in Organizing the Process of Collective Artistic Creation During the Production of a Theatrical Performance. – Qualifying scientific work on the rights of the manuscript.

Scientific justification of a creative art project for obtaining the degree of Doctor of Arts in the specialty 026 "Performing Arts" (field of study 02 "Culture and Arts"). - Kyiv National I. K. Karpenko-Karyi University of Theatre, Cinema and Television, Ministry of Culture of Ukraine. Kyiv, 2026.

The relevance of this research stems from contemporary trends in the development of theatrical art, characterized by genre and stylistic diversity, an active search for new forms of stage expression, and the integration of various artistic practices. Under such conditions, demands on an actor's professional training are increasing, particularly regarding their ability to quickly adapt to diverse creative tasks and stage conditions. In this context, psychophysical coordination emerges as a key tool that ensures the integrity of the actor's performance, the combination of internal psycho-emotional content with external form, and the stability of performance across various genre and stylistic systems.

At the same time, despite the existence of a significant body of research devoted to the actor's psychophysical apparatus, the role of psychophysical coordination in organizing the process of collective artistic creation remains insufficiently explored. It takes on particular importance in an educational context, where the psychophysical training of teachers and students directly influences the effectiveness of the educational process and the quality of the creative outcome. Thus, the study of psychophysical coordination as an integrative factor that unites the individual and collective dimensions of creative activity is relevant and timely in the context of contemporary theater practice and education.

Research Objective. To examine the influence of psychophysical coordination on the process of collective artistic creativity from the perspective of acting, directing, and teaching.

Research Methods. A *systematic-analytical* method, which enabled the creation of a source base for the study and the collection of necessary material related to the subject of the study; a *comparative* method, which was used to identify differences between the characteristics of an actor's work in various proposed circumstances; the comparative analysis method for *comparing the characteristics* of acting, directing, and teaching work in the process of collective artistic creation; the *experimental* method, which involved searching for effective exercises and training routines to work on psychophysical coordination, as well as for the subsequent adaptation of these exercises in accordance with the set tasks; the *observation* method, used to familiarize oneself with various pedagogical approaches to mastering acting skills, as well as to understand the basic requirements for a contemporary actor; the method of *analyzing the obtained data*.

Scientific novelty. This study is the first to conduct a comprehensive analysis of the relationship between an actor's level of psychophysical coordination and their creative range. The practical findings of researchers in this field have been further developed theoretically and supplemented with new observations that can serve as a scientific and methodological basis for improving educational and training programs, both in the system of professional actor training and in the activities of amateur creative studios and groups of varying skill levels. Additionally, the role of the director-teacher's psychophysical coordination in organizing the process of collective artistic creation during the production of a theatrical performance has been investigated for the first time.

The first chapter provides a theoretical exploration of the concept of psychophysical coordination, defines its place within the system of acting skills, and examines the interconnection between an actor's internal and external techniques; the novelty lies in the clarification of this concept as a holistic process

of interaction between the psycho-emotional and physical components of stage performance.

The second chapter analyzes the specifics of training the actor's psychophysical apparatus, reveals the influence of specialized physical disciplines (rhythmics, fundamentals of stage movement, and stage combat) on the improvement of psychophysical coordination, and, for the first time, traces the role of this element of acting technique in various spheres of creative activity.

The third chapter provides a theoretical analysis of the entire preparatory and rehearsal process of creating a theatrical production and working on stage characters, and for the first time reveals the influence of psychophysical coordination on the organization of the process of collective artistic creativity in the creation of a theatrical production.

The scientific study consists of an introduction, three chapters, conclusions, a list of references, and appendices.

Keywords: *psychophysical coordination, plasticity, stage movement, stage combat, rhythm, theater, performing arts, dance, acting technique, process of collective artistic creation, mode of existence.*

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА

Наукові праці, де опубліковані основні наукові результати дослідження

1. Левицький О. Актор і музика: координація, взаємодія, партнерство. *Науковий вісник Київського національного університету театру кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого*. 2024. № 35. С. 109–114. DOI: <https://doi.org/10.34026/1997-4264.35.2024.318074>
2. Левицький О. Психофізична координація актора як чинник ефективності сценічного бою. *Науковий вісник Київського національного університету театру кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого*. 2025. № 37. С. 46–53. DOI: <https://doi.org/10.34026/1997-4264.37.2025.345145>

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дослідження

1. Левицький О. Збереження традицій сценічного фехтування в сучасних інтерпретаціях класичних п'єс (Preserving the Traditions of Stage Fencing in Modern Interpretations of Classical Plays): доповідь. *VII Міжнародна наукова конференція «Традиція та сучасність»*. Batumi Art State Teaching University (м. Батумі, Грузія, 26 квітня 2024 р.), с. 73-74.
2. Левицький О. Підготовка актора до викликів сучасного мистецтва: доповідь. *Міжнародна науково-практична конференція «Митець. Мистецтво. Споживач. Зміна диспозицій»*. Інститут проблем сучасного мистецтва НАМ України (м. Київ, 26 червня 2024 р.), с. 138-141.
3. Левицький О. Професіоналізм молодого актора в сучасному кіновиробництві: доповідь. *Круглий стіл «Актуальні проблеми розвитку культури і мистецтва у динаміці сьогодення»*. Київський національний університет театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого (м. Київ, 21 жовтня 2024 р.), с. 37-39.
4. Левицький О. Взаємодія актора з музикою в контексті психофізичної координації: доповідь. *IX Міжнародна науково-практична конференція «Сучасні дослідження в галузі культури і мистецтва»*

Київський національний університет театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого (м. Київ, 24 жовтня 2024 р.), с. 107-108.

Інформація про апробацію творчого мистецького проєкту

Апробація творчої мистецької складової відбувалася на базі кафедри хореографії та пластичного виховання Київського національного університету театру кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, зокрема:

- постановка сценічного бою та участь у виставі «ПокИдьки» Ідейного театру (реж. Зоряна Цвик) в рамках апробації мистецької складової творчого проєкту (Київський центральний будинок художника, 28-29 грудня 2023 р.);
- цикл майстер-класів на тему «Психофізична координація в акторській майстерності» зі студентами 1-АМТіК (В);
- майстер-клас на тему «Пластичний самоконтроль на сцені» в рамках Всеукраїнського фестивалю дитячих та молодіжних театральних колективів «Мельпомена FEST – 2025» (м. Хмельницький, 02 травня 2025 р.);
- майстер-клас для вихованців дитячих театральних колективів та педагогів театрального жанру в Полтавському обласному центрі естетичного виховання учнівської молоді Полтавської обласної ради на тему «Психофізична координація в акторській майстерності» (м. Полтава, 03 червня 2025 р.);
- постановка сценічного бою у виставі «За двома зайцями» (реж. – Олена Щурська) студентів 3-АМТіК (В) (худ. керівник – Богдан Бенюк) на сцені Навчального театру КНУТКіТ імені І. К. Карпенка-Карого;
- постановка пластичних сцен та участь у дипломній виставі студентки 4-РДТ курсу Дар'ї Сергєєвої «Хлопець без апендиксу», О. Тернова (17 травня 2025 р.);

- розробка фехтувального етюду до екзамену з основ сценічного бою зі студентами 2-АМТіК (А) курсу («Дванадцята ніч», В. Шекспір);
- постановка сценічного бою та участь у виставі «Вождь червоношкірих», О. Генрі (режисерка – Дарена Сухацька, «Театр вільних людей») (30 грудня 2025 р.);
- демонстрація вистави «Багато галасу з нічого», В. Шекспір зі студійцями дитячої театральної студії «Синій Птах» (Київський культурний кластер «Краків», 28-29 квітня 2025 р.);
- демонстрація вистави «Чайка Джонатан Лівінгстон», Р. Бах зі студійцями дитячої театральної студії «Синій Птах» в рамках апробації мистецької складової творчого проєкту (Київський культурний кластер «Краків», 26 грудня 2025 р, 17 січня 2026 р).
- демонстрація вистави «Чайка Джонатан Лівінгстон», Р. Бах зі студійцями дитячої театральної студії «Синій Птах» в рамках Всеукраїнського фестивалю дитячих та молодіжних театральних колективів «Мельпомена FEST» (Хмельницька дитяча школа мистецтв, 26 березня 2026 р.);
- виступ із доповіддю на тему «Вплив шукань Леся Курбаса на процес створення колективного сценічного образу (на прикладі роботи з навчальним ансамблем)» на Всеукраїнській науково-практичній конференції «Вплив шукань Леся Курбаса на перформативні мистецтва» 23 квітня 2026 р.
- публічний показ творчого проєкту – вистави «Чайка Джонатан Лівінгстон», Р. Бах зі студійцями дитячої театральної студії «Синій Птах» на сцені Навчального театру КНУТКіТ імені І. К. Карпенка-Карого (м. Київ, 07 квітня 2026 р.).

ЗМІСТ

ВСТУП	12
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОФІЗИЧНОЇ КООРДИНАЦІЇ В АКТОРСЬКІЙ МАЙСТЕРНОСТІ	21
1.1 Поняття «психофізична координація» та її місце в акторській майстерності.....	21
1.2 Дослідження ритму, пластики і руху як невід’ємної складової психофізичної координації.....	27
1.3 Практичне підґрунтя теоретичних праць українських дослідників.....	34
1.4 Роль психофізичної координації в організації процесу колективної художньої творчості.....	40
РОЗДІЛ 2 ПСИХОФІЗИЧНА КООРДИНАЦІЯ В ПЛОЩИНІ ПРАКТИЧНОГО ЗАСТОСУВАННЯ	46
2.1 Особливості процесу підготовки акторського інструмента.....	46
2.2 Вплив пластичних дисциплін (ритміка, основи сценічного руху, сценічне фехтування) на вдосконалення психофізичної координації.....	50
2.3 Психофізична координація як універсальний інструмент акторської майстерності.....	62
РОЗДІЛ 3 ПРАКТИКА СТВОРЕННЯ ТЕАТРАЛЬНОЇ ВИСТАВИ (НА ПРИКЛАДІ ТВОРЧОГО ПРОЄКТУ «ЧАЙКА ДЖОНАТАН ЛВІНГСТОН»)	68
3.1 Творча частина роботи над проєктом.....	68
3.2 Організаційна частина роботи над проєктом.....	78
ВИСНОВКИ	81
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	84
ДОДАТКИ	94

ВСТУП

Обґрунтування вибору теми дослідження. В сучасному театральному світі, який відзначається великою розмаїтістю та експериментами в формах виразності, питання психофізичної координації актора стає особливо актуальним. Зростаюча багатовекторність театральних жанрів, від традиційних до експериментальних, вимагає від акторів не лише високого рівня майстерності у виконанні ролі, але і вдосконаленої психофізичної готовності до взаємодії з різноманітними сценічними ситуаціями та творчими викликами.

У сучасному театрі актори можуть бути задіяні у різних театральних проєктах: від традиційних драматичних вистав до вуличного театру, від пластичних постановок до музичних експериментів, від інтерактивних вистав до перформансів із використанням сучасних технологій на сцені. Ця різноманітність створює професійний виклик для акторів у плані психофізичної готовності до адаптації під різні театральні контексти та стилі.

Психофізична координація стає ключовим інструментом, який дозволяє акторові ефективно адаптуватися до вимог жанрового розмаїття сучасного театального мистецтва. Вона допомагає виконавцям краще розуміти та втілювати специфіку кожного жанру, забезпечуючи не лише високу якість виконання, але і виразність акторського сценічного існування в межах кожного нового театального пошуку.

Процес колективної художньої творчості може відрізнятися певними організаційними особливостями та естетичними поглядами учасників, однак мета цього процесу завжди одна: створення мистецького продукту. Безумовно, важливим чинником, який впливає на ефективність роботи колективу, є загальноприйняті правила професійної етики, що стосуються взаємоповаги, дисципліни, самоорганізованості тощо. Однак у даному випадку мова йде про процес колективної *художньої творчості*, що передбачає також вміння організувати творчий процес. Роль психофізичної

координації в організації процесу колективної художньої творчості раніше не досліджувалася.

Психофізична координація в акторській майстерності також надає важливий контекст для розвитку методик підготовки акторів та розуміння напрямків оптимізації їх творчого потенціалу. Іншими словами, відкриває можливість проаналізувати вже наявний досвід, систематизувати його і адаптувати до сучасних вимог і потреб. Для педагога важливо не лише досконало знати теоретичну базу тих дисциплін, які він викладає, а й провести зв'язок із практичним застосуванням отриманих знань. В контексті профільних пластичних дисциплін, таких як *акторська ритміка*, *основи сценічного руху* та *сценічне фехтування*, вміння передати здобувачам теоретичні знання, підкріпивши їх практичними вміннями і навичками, посідає чільне місце. Психофізична підготовка викладача має великий вплив на успішність та якість підготовки молодих акторів.

У власній театральній та викладацькій практиці автору цього мистецького проекту не раз доводилося проводити заняття з профільних практичних дисциплін як для студентів закладу вищої мистецької освіти, так і для дітей-аматорів, яких не обирали відповідно до їхніх природних даних та творчого потенціалу. Цей досвід надав можливість проаналізувати та порівняти особливості процесу художньої творчості у різних колективах, напрацювати методику підготовки актора-студента й актора-аматора, а також визначити роль психофізичної координації як педагога, так і акторів у процесі створення театральної вистави.

Теоретичні та методичні засади взаємозв'язку пластики та внутрішнього психоемоційного стану досліджувалися в роботах Франсуа Дельсарта, Еміля Жака-Далькроза, Михайла Чехова, Степана Бондарчука, Жака Лекока, Іванни Чабак, Івана Коха, Юрія Старостіна та ін. Окремі аспекти функціонування психофізичного апарату актора висвітлено у працях Дені Дідро, Костянтина Станіславського, Леся Курбаса, Григорія Елькіса, Назара Майбороди, Миколи Юдова, Олега Роєнко, Марії Івашечкіної та ін. Однак, питання ролі психофізичної координації в

організації процесу колективної художньої творчості наразі залишається не дослідженим.

Усе вище сказане зумовлює актуальність даної теми, оскільки наукове обґрунтування творчого мистецького проєкту досліджує психофізичну координацію не лише як індивідуальну професійну навичку актора, а як інтегративний чинник організації колективної художньої творчості. Це дослідження має важливе значення для акторів, режисерів, викладачів та науковців, щоб сприяти вдосконаленню процесів навчання та виступу в сучасному театральному середовищі.

Зв'язок з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано відповідно до планів наукової роботи кафедри хореографії та пластичного виховання Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого.

Об'єкт дослідження – психофізична координація як інструмент акторської техніки, що надає необхідні практичні навички актору, режисеру та викладачу для процесу колективної художньої творчості.

Предмет дослідження – методичні принципи та практичні способи використання психофізичної координації в акторській, режисерській і викладацькій діяльності як чинника організації колективного творчого процесу на базі репетиційно-дослідницького етапу роботи над твором Річарда Баха «Чайка Джонатан Лівінгстон».

Мета дослідження. Простежити вплив психофізичної координації на процес колективної художньої творчості з точки зору акторської, режисерської та викладацької діяльності.

Реалізація означеної мети зумовила виконання таких **завдань**:

- дослідити наявну теоретичну базу, яка стосується понять «психофізика» та «координація»;
- виокремити основні елементи в організації процесу колективної художньої творчості;
- розглянути досвід вітчизняних і зарубіжних викладачів, їхні наукові праці і педагогічні напрацювання;

- проаналізувати навчальні програми профільних пластичних дисциплін та їхній вплив на розвиток психофізичної координації;
- висвітлити значимість психофізичної координації для якісного та переконливого акторського існування в різних запропонованих обставинах;
- виявити особливості впливу психофізичної координації на організацію взаємодії учасників творчого колективу в репетиційному процесі;
- розробити комплекс вправ і тренажів для вдосконалення акторської техніки;
- охарактеризувати роль психофізичної синхронізації у формуванні цілісності сценічної дії та художнього результату;
- опрацювати та інсценізувати твір Річарда Баха «Чайка Джонатан Лівінгстон»;
- реалізувати практичний творчий проєкт – виставу «Чайка Джонатан Лівінгстон», спрямований на апробацію методичних концепцій в контексті сучасних театральних, організаційних та учбових процесів.

Методи дослідження. *Системно-аналітичний* метод, який дозволив створити джерельну базу дослідження і зібрати необхідний матеріал стосовно предмету дослідження; метод *порівняння*, який знадобився для визначення розбіжностей між особливостями акторського існування в різних запропонованих обставинах; метод *компаративного аналізу* для порівняння особливостей акторської, режисерської та викладацької роботи в процесі колективної художньої творчості; *експериментальний* метод, який полягав у пошуку ефективних вправ і тренажів для роботи над психофізичною координацією, а також для подальшої адаптації цих вправ відповідно до поставлених задач; метод *спостереження*, застосований для ознайомлення з різними педагогічними підходами в освоєнні акторської майстерності, а також для ознайомлення з основними вимогами до сучасного актора; метод *аналізу отриманих даних*.

Теоретичну базу наукового обґрунтування становлять:

- наукові праці світових психологів та філософів про особливості творчого процесу та про поняття «психофізика» (Аристотель, Д. Дідро, Е. Фромм, Г. Т. Фехнер та ін.);
- теоретико-методологічні праці про природу акторського існування (Ф. Дельсарт, Е. Жак-Далькроз, Лесь Курбас, Е. Г. Крег, К. С. Станіславський, В. Е. Мейерхольд, Ж. Лекок, І. Е. Кох, І. Чабак, А. І. Захарченко та ін.);
- вітчизняні публікації практичного спрямування щодо викладання пластичних дисциплін (С. Бондарчук, Г. Я. Елькіс та ін.);
- сучасні дослідження ключових компонентів акторської техніки (Г. М. Фількевич, Т. І. Сільченко, М. В. Івашечкіна та ін.);
- теоретичні узагальнення сучасних викладачів-практиків провідних творчих університетів України (Ю. О. Старостін, Н. В. Майборода, О. О. Роєнко, А. О. Маслов-Лисичкін та ін.);
- загальнотеоретичні дослідження педагогічного спрямування (А. М. Алексюк, З. Н. Курлянд, С. Гвоздій та ін.);
- праці з історії українського театру (О. Ю. Клековкін, Н. П. Єрмакова, Н. М. Корнієнко, Н. В. Владимірова, А. Г. Лягущенко, М. О. Гринишина та ін.);
- теоретичні дослідження особливостей та проблем організації процесу колективної художньої творчості (І. Д. Безгін, О. І. Безгін, А. Г. Лягущенко, В. В. Корнієнко та ін.).

Наукова новизна отриманих результатів. У дослідженні *вперше* здійснено комплексний аналіз взаємозв'язку між рівнем психофізичної координації актора та його творчим діапазоном. Практичні напрацювання дослідників даної теми *дістали подальшого теоретичного розвитку* та були *доповнені* новими спостереженнями, що можуть слугувати науково-методичною основою для вдосконалення освітніх і тренінгових програм як у системі професійної підготовки акторів, так і в діяльності аматорських творчих студій та колективів різного рівня підготовленості. Також *вперше*

досліджено роль психофізичної координації режисера-педагога в організації процесу колективної художньої творчості при створенні театральної вистави.

Практичне значення отриманих результатів. Результати мистецького проекту мають практичну цінність для акторів, режисерів та викладачів, які працюють над вдосконаленням акторської техніки та шукають способи реалізації потенціалу творчого діапазону в театральних проєктах. На основі даного проєкту розробляється спеціальний навчальний курс «Психофізична координація в акторській майстерності». Навчально-наукові узагальнення щодо практичного застосування психофізичної координації у процесі роботи над сценічним образом можуть бути корисні для учасників аматорських театральних студій і творчих колективів, студентів (бакалаврів, магістрів, аспірантів) і викладачів мистецьких навчальних закладів 3-го та 4-го рівня акредитації.

Апробація матеріалів дослідження. Результати наукової складової висвітлено в доповідях на міжнародних наукових конференціях і круглих столах, це зокрема: VII Міжнародна наукова конференція «Традиція та сучасність», тема доповіді «Збереження традицій сценічного фехтування в сучасних інтерпретаціях класичних п'єс» («Preserving the Traditions of Stage Fencing in Modern Interpretations of Classical Plays») (Batumi Art State Teaching University, м. Батумі, Грузія, 26.04.2024); Міжнародна науково-практична конференція «Митець. Мистецтво. Споживач. Зміна диспозицій», тема доповіді «Підготовка актора до викликів сучасного мистецтва» (Інститут проблем сучасного мистецтва НАМ України, м. Київ, 26.06.2024); IX Міжнародна науково-практична конференція «Сучасні дослідження в галузі культури і мистецтва», тема доповіді «Взаємодія актора з музикою в контексті психофізичної координації» (Київський національний університет театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, м. Київ, 24.10.2024); Круглий стіл «Актуальні проблеми розвитку культури і мистецтва у динаміці сьогодення», тема доповіді «Професіоналізм молодого актора в сучасному кіновиробництві»

(Київський національний університет театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, м. Київ, 21.10.2024).

Статті, у яких висвітлено основні положення наукового обґрунтування, представлено у публікаціях у наукових фахових виданнях України:

1. Левицький О. Актор і музика: координація, взаємодія, партнерство. *Науковий вісник Київського національного університету театру кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого*. 2024. № 35. С. 109–114. DOI: <https://doi.org/10.34026/1997-4264.35.2024.318074>

2. Левицький О. Психофізична координація актора як чинник ефективності сценічного бою. *Науковий вісник Київського національного університету театру кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого*. 2025. № 37. С. 46–53. DOI: <https://doi.org/10.34026/1997-4264.37.2025.345145>

Апробації мистецького проєкту. Творча мистецька апробація здійснювалася на базі Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, було проведено майстер-класи для здобувачів першого бакалаврського рівня вищої освіти, а також здійснено постановки пластичних та бойових сцен:

- для студентів бакалаврів 1-В курсу Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого (худ. керівник – В. І. Ніколаєнко) проведено цикл майстер-класів «Психофізична координація в акторській майстерності»;
- розробка фехтувального етюдів до екзамену з основ сценічного бою зі студентами 2-А курсу (худ. керівник – Д. С. Коник) за мотивами п'єси «Дванадцята ніч» В. Шекспіра;
- постановка сценічного бою у виставі «За двома зайцями» (реж. – Олена Щурська) студентів 3-В курсу (худ. керівник – Богдан Бенюк) на сцені Навчального театру КНУТКіТ імені І. К. Карпенка-Карого;

- постановка пластичних сцен та участь у дипломній виставі студентки 4-РДТ курсу Дар'ї Сергєєвої «Хлопець без апендиксу», О. Тернова (худ. керівник – В. А. Чхайдзе).

Окрім цього, апробація результатів творчого проєкту здійснювалася в рамках роботи над постановкою бойових сцен та безпосередній участі у виставах: «ПокИдьки» Ідейного театру (реж. – Зоряна Цвик, Київський центральний будинок художника, 28-29 грудня 2023 р.); «Багато галасу з нічого» , В. Шекспір (реж. – Олександр Левицький, Київський культурний кластер «Краків», 28-29 квітня 2025 р.); «Вождь червоношкірих», О. Генрі (реж. – Дарена Сухацька, «Театр вільних людей», 30 грудня 2025 р.).

Також був проведений майстер-клас на тему «Пластичний самоконтроль на сцені» в рамках Всеукраїнського фестивалю дитячих та молодіжних театральних колективів «Мельпомена FEST – 2025» (м. Хмельницький, 02 травня 2025 р.); майстер-клас для вихованців дитячих театральних колективів та педагогів театального жанру в Полтавському обласному центрі естетичного виховання учнівської молоді Полтавської обласної ради на тему «Психофізична координація в акторській майстерності» (м. Полтава, 03 червня 2025 р.).

26 грудня 2025 року та 17 січня 2026 року в Київському культурному кластері «Краків», а також 26 березня 2026 року в рамках Всеукраїнського фестивалю дитячих та молодіжних театральних колективів «Мельпомена FEST» у місті Хмельницькому відбулися апробації творчого мистецького проєкту «Чайка Джонатан Лівінгстон» за однойменною повістю Річарда Баха.

07 квітня 2026 року відбувся публічний показ творчого проєкту – вистави «Чайка Джонатан Лівінгстон» Річарда Баха на сцені Навчального театру КНУТКіТ імені І. К. Карпенка-Карого.

Особистий внесок здобувача полягає у поєднанні теоретичного аналізу наукових і методичних джерел з питань психофізичної координації та власного акторського досвіду в театрі та кіно, каскадерської практики та викладацької діяльності зі студентами профільних навчальних закладів і

вихованцями дитячих театральних студій. Отримані результати узагальнено, систематизовано та впроваджено у навчально-репетиційну діяльність.

Автор залучив до даного дослідження студійців театральної студії «Синій Птах», на курсі у яких він є викладачем з акторської майстерності. Автор виступив у ролі інсценізатора повісті «Чайка Джонатан Лівінгстон», викладача акторського тренінгу та акторської майстерності, розробника прикладного тренінгу з авторськими інноваціями, художника по костюмах та режисера-постановника вистави «Чайка Джонатан Лівінгстон» (творчого мистецького проєкту).

Структура та обсяг наукового обґрунтування творчого мистецького проєкту зумовлена його метою та реалізованими завданнями. Робота складається з анотації (українською та англійською мовами), вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (99 найменувань) та додатків. Загальний обсяг роботи становить 100 сторінок, з них основного тексту – 72 сторінки.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОФІЗИЧНОЇ КООРДИНАЦІЇ В АКТОРСЬКІЙ МАЙСТЕРНОСТІ

1.1 Поняття «психофізична координація» та її місце в акторській майстерності

Термін «психофізична координація» не має чіткого визначення у словниках, підручниках чи будь-яких інших дослідженнях з акторської майстерності. Однак, поняття «психофізика» використовується доволі часто (не кажучи вже про координацію). Перш ніж спробувати дати визначення даному терміну, варто розглянути окремо його складові – *психофізику* та *координацію*.

Вперше поняття «психофізика» ввів німецький фізик та філософ Густав Фехнер. За його визначенням *психофізика* «розуміється як точна теорія функціональних або залежних зв'язків між тілом і душею, або, загалом, між фізичним і психічним, фізичним і психологічними світами» [92, с. 8]. Фехнер мав на меті дослідити всі аспекти взаємозв'язку внутрішніх емоційних чинників та фізичного прояву. Його експерименти були зосереджені на тому, як рух, світло, час, зір, дотик впливають на поведінку людини. Важливим для нас є той факт, що Фехнер вважав беззаперечним існування функціональних взаємозв'язків між *тілом* і *душею*.

В контексті акторської майстерності термін «психофізика» згадується у роботах П. Паві, Леся Курбаса, К. Станіславського, В. Мейєрхольда, Ю. Старостіна, М. Івашечкіної та ін., і використовується для опису тих фізичних процесів, які відбуваються \ мають відбуватися внаслідок внутрішнього психоемоційного стимулу. Цікавим є той факт, що у «Словнику театру» П. Паві немає конкретного визначення дефініції «психофізика», однак воно згадується при тлумаченні поняття «рух»: «Прикладом можуть бути так звані “пускові механізми” <...> або чинник

розблокування актора <...>, який розкриває перед ним загальну дію, а вона своєю чергою задіює всі його психо-фізичні ресурси чи “настроєне тіло”» [69, с. 390]. Значення руху (або ж свідомої його відсутності) як єдиного зримого прояву будь-яких психофізичних дій є ключовим для даного дослідження. Варто додати, що і Фехнер для дослідження психофізики використовував виключно зовнішні прояви: «Усі дискусії та дослідження в психофізиці стосуються виключно видимої сторони фізичного та психічного світу, того, що або проявляється безпосередньо через внутрішнє чи зовнішнє сприйняття, або може бути виведене з видимого, або може бути сприйняте як відношення, категорія, зв'язок, послідовність чи закон видимого» [92, с. 8]. Таким чином, будь-які прояви фізичного руху в акторській майстерності можна вважати матеріалом для дослідження психофізики.

Існує велика кількість акторських систем та шкіл. Одні більше зосереджені на внутрішніх процесах акторського існування (К. Станіславський, М. Чехов, Є. Гротовський, І. Чаббак), інших першочергово цікавив зовнішній прояв людського єства на сцені (Леся Курбас, С. Бондарчук, В. Мейєрхольд, Б. Брехт, Ж. Лекок). Але в обох випадках можна прослідкувати взаємну залежність між внутрішніми та зовнішніми процесами актора. Наприклад, у Станіславського було поняття *фізичної дії*, яка, в свою чергу, повинна бути зумовлена внутрішньою мотивацією персонажа [75]; Всеволод Мейєрхольд наголошував, що кожен фізичний прояв викликає відповідний психологічний стан: «будь-які психологічні стани обумовлюються певними фізіологічними процесами. <...> З цілого ряду фізичних положень і станів виникають ті «точки збудливості», які забарвлюються тим чи іншим почуттям» [64, с. 28]; Іванна Чаббак присвятила окремий розділ «Маніпуляції» дослідженню особливостей фізичної взаємодії з предметами в залежності від намірів персонажа [88]; а в Михайла Чехова було поняття «психологічного жесту» – типового фізичного руху, що відображає внутрішній стан персонажа і акумулює емоцію [87]. З іншого боку, практики, які досліджували акторську

майстерність через зовнішні прояви, шукали причини руху всередині людського єства («Я піднімаю руку <...> тому, що внутрішня емоція змушує мене відчувати бажання її підняти» [95, с. 69], «...допустимо, що причиною, яку ми віднайшли, буде укус комара. А формальної ознаки ми не знаємо, нам завдання не дає. Безперечно ми її определимо як той же жест, що нам вище було дано, – удар по щоці» [9, с. 93]). Серед теоретичних праць українських дослідників-практиків, що торкаються питання психофізичної координації, варті уваги статті Марії Івашечкіної («Техніки опрацювання “тілесної виразності” як елемент психофізичного тренінгу актора в контексті аудіовізуальних мистецтв» [30], «Психофізичні техніки подолання м'язових блоків як елемент роботи режисера аудіовізуальних мистецтв з актором» [28]), де розглядається роль психофізики в контексті аудіовізуальних мистецтв; статті Тетяни Сільченко («Жест у пластиці рук як прийом художньої виразності в контексті образотворчого мистецтва: типологічний аспект» [72], «Художня виразність, уява і фантазія як цільові установки розвитку пластики рук у навчальному процесі» [73]), у яких ґрунтовно досліджується пластична виразність рук і значення жестів; праці українських каскадерів (монографія Назара Майбороди «Каскадерське мистецтво» [58], статті Андрія Маслова-Лисичкіна [63]), які зафіксували особистий унікальний досвід роботи над різноманітними трюками та батальними сценами на знімальному майданчику.

Більш детально ми зупинимося на дослідженні ритму, пластики і руху як складової психофізичної координації в наступному підрозділі. Зараз важливо відмітити, що, незалежно від акторської методики, зв'язок між внутрішнім психоемоційним станом та зовнішнім проявом є універсальним. У даному випадку, психофізику в контексті акторської майстерності можна розглядати як поєднання *внутрішньої* та *зовнішньої* акторської техніки. Зупинимося більш детально на даному твердженні.

До внутрішньої акторської техніки традиційно відносять такі елементи, як емоційний діапазон, темперамент, дисципліна, увага, пам'ять та робота з пережитим особистим емоційним досвідом. Ці елементи є

основними внутрішніми інструментами актора, вмiле використання яких забезпечує достовiрнiсть сценiчного iснування i психологiчну глибину художнього образу. Емоцiйна чутливiсть i варiативнiсть дозволяють акторовi органiчно реагувати на змiну запропонованих обставин, тодi як пам'ять i увага забезпечують цiлiснiсть сценiчної дiї, закономірне та логiчне iснування ролi, а також допомагають зберiгати стабiльнiсть та точнiсть вiдтворення внутрiшнiх станiв у багаторазових показах вистави.

До зазначеного перелiку можна також додати спецiальнi медитативнi практики, навички самоконтролю, а також роботу з внутрiшнiм енергетичним ресурсом. У рiзних культурних i теоретичних джерелах цi ресурси мали рiзні назви (чакри, лiбiдо, ци тощо). В контекстi акторської майстерностi вони можуть бути трактованi як умовнi позначення внутрiшнього потенцiалу напруги, iмпульсу та життєвої енергiї, що заряджає сценiчну дiю. Здатнiсть актора усвiдомлювати цi внутрiшнi процеси й керувати ними сприяє бiльш точному дозуванню емоцiйної напруги в сценiчному образi та запобiгає як психологiчному виснаженню, так i поверховостi виконання.

Важливою складовою внутрiшньої акторської технiки є також iнтелектуальний розвиток, що включає культурну ерудицiю, аналітичне мислення та здатнiсть до осмислення художнього твору. Iнтелектуальна робота над роллю дозволяє акторовi не лише iнтуїтивно переживати запропонованi обставини, а й свiдомо вибудовувати логiку вчинкiв i мотиви персонажа. Таким чином, внутрiшня акторська технiка постає як багаторiвнева система, в якiй емоцiйнi, психiчнi, енергетичнi та iнтелектуальнi складовi перебувають у постiйнiй взаємодiї.

Усi цi елементи внутрiшньої акторської технiки дають можливiсть глибше дослiдити та розвинути свою сутнiсть, той творчий матерiал, з якого i буде створюватися *художнiй образ*.

Однак для сценiчного втiлення художнього образу необхіднi засоби виразностi. Адже як донести до глядача всю внутрiшню палiтру емоцiй та переживань персонажа? Для цього акторовi потрiбно напрацювати та

постійно вдосконалювати зовнішню акторську техніку, що включає роботу над *голосом і тілом*.

Важко переоцінити значимість голосу в акторській майстерності. За допомогою слова актор доносить глядачам сюжетний зміст і ті проблеми, які турбують персонажа. Окрім цього, подача фраз, інтонування, тембр та швидкість мови можуть відображати внутрішній стан героя, ступінь його емоційного наповнення, його істинні мотиви. Доречно буде згадати відомий крилатий вислів, який приписують Сократу: «Заговори, щоб я тебе побачив». І дійсно, характер мови відображає характер дії, а в окремих випадках може бути і характером персонажа. Часто драматурги спеціально прописують окремі розмовні особливості для підкреслення певних рис характеру (наприклад, Проня Прокопівна та Свирид Голохвастов з комедії Михайла Старицького «За двома зайцями» або Возний з п'єси «Наталка Полтавка» Івана Котляревського). Для сценічного втілення таких образів необхідно вправно володіти своїм голосом і постійно вдосконалювати його, що включає в себе роботу над диханням, дикцією, темпом, тембром та інтонаційним діапазоном.

Тіло як акторський інструмент є не менш важливим, ніж голос (особливо в контексті сценічного мистецтва). Існує думка, що в кадрі всю акторську енергію передають очі, а на сцені – тіло. Тому розвиток пластичної виразності грає важливу роль у процесі вдосконалення акторської техніки. Як і у випадку з голосом, робота над тілом – процес багатогранний та кропіткий, який включає в себе покращення фізичної сили та витривалості, розвиток гнучкості, вміння контролювати розслаблення і напруження м'язів, вдосконалення пластичної виразності окремих частин тіла тощо. Але принциповим є безпосереднє залучення тіла як інструмента до процесу створення сценічного образу, що передбачає не лише зовнішню форму, а й емоційне внутрішнє наповнення. Якщо ж тілесна виразність на сцені не буде наповнена внутрішнім переживанням, сенсом, то тоді це перестане бути художнім існуванням сценічного образу, а перетвориться на механічну фізкультуру.

Окреме відпрацювання внутрішньої та зовнішньої акторської техніки має беззаперечну педагогічну й методичну цінність. Внутрішня техніка дозволяє акторові сформувати психологічну основу образу, вибудувати емоційну логіку дії, наповнити сценічне існування особистим змістом і мотивацією. Зовнішня ж акторська техніка забезпечує виразність, чіткість і зрозумілість пластичної форми, дозволяючи транслювати внутрішній імпульс через тіло та голос. Проте в процесі роботи над створенням сценічного образу ізольоване застосування лише внутрішньої чи лише зовнішньої акторської техніки виявляється недостатнім.

Практика сценічного мистецтва переконливо демонструє, що там, де наявне лише внутрішнє наповнення без належної зовнішньої виразності, сценічна дія втрачає чіткість і стає малодоступною для глядацького сприйняття. Водночас яскраво вибудована пластична форма, позбавлена внутрішнього психоемоційного фундаменту, перетворюється на незрозумілий зовнішній жест, який не несе художнього змісту й не створює повноцінного сценічного образу. У такому випадку акторське існування ризикує звестися або до внутрішнього переживання «всередині себе», або до демонстрації формальної тілесної вправності.

Саме в цьому контексті психофізика постає як принципово необхідний механізм поєднання зовнішньої та внутрішньої акторської техніки. Психофізика не заперечує цінності жодної з них, а, навпаки, розглядає їх як взаємозалежні складові єдиного процесу сценічного існування.

Тепер, для того щоб спробувати дати визначення поняттю «психофізична координація» в контексті акторської майстерності, потрібно з'ясувати, що таке, власне, *координація*. У тлумачному словнику української мови знаходимо два визначення. Перше: координація – це погодження, зведення до відповідності, установлення взаємозв'язку, контакту в діяльності людей, між діями, поняттями тощо. Друге: координація – узгодженість рухів, дій і т. ін. [74]. Для профільних пластичних дисциплін, таких як ритміка, основи сценічного руху, сценічне

фехтування та хореографія, друге визначення значно доречніше та зрозуміліше. Та для тлумачення *психофізичної координації* більш підходящим буде друге визначення, якщо зробити невеличкі корективи, а саме: координація – це *свідоме* погодження, зведення до відповідності, установлення взаємозв'язку, контакту між *внутрішньою психоемоційною* діяльністю та *відповідними зовнішніми проявами*.

Поняття «психофізична координація» не має однозначного й усталеного визначення в сучасній науковій літературі. У широкому розумінні психофізична координація постає як здатність людини до узгодженого функціонування психічних процесів і фізичних дій в межах єдиної діяльності. Така узгодженість забезпечує не лише ефективність дії, а й її адаптивність до змінних зовнішніх та внутрішніх умов. У нашому випадку нас цікавить саме *сценічна* дія, а також те тлумачення, що допомогло б максимально лаконічно і зрозуміло пояснити суть психофізичної координації в контексті акторської майстерності. Тому, для даного наукового обґрунтування, пропонуємо таке визначення: психофізична координація – це вміння свідомо узгоджувати та контролювати внутрішні психоемоційні процеси та відповідні зовнішні фізичні прояви.

1.2 Дослідження ритму, пластики і руху як невід'ємної складової психофізичної координації

Театральне мистецтво має давню історію. Ще в античні часи стародавні греки розігрували рольові сцени на честь бога Діоніса, які з часом трансформувалися в самостійне повноцінне театральне мистецтво [14, с. 11]. Кожен наступний історично-культурний етап вносив свої корективи, які впливали на ті чи інші художні аспекти та художні цінності. Однак незмінним залишався актор – на сцені, та глядач – у залі.

Питання глядацького сприйняття сценічного дійства залишається досі актуальним і відкритим, оскільки цей процес безперервно видозмінюється та адаптується до актуальних тенденцій. Як донести до глядача потрібну

думку? Якими засобами? Що допоможе йому найкраще зрозуміти художній задум? Пошук відповідей на ці питання стимулювали акторів, режисерів та інших учасників творчого процесу на постійні проби, експерименти зі сценічним матеріалом, зі способом існування, з інструментами впливу на глядацьке сприйняття. Цей пошук продовжується й донині.

У театральному мистецтві античності значимість руху на сцені була доволі обмеженою. Основний акцент робився на слові для донесення сюжету глядачам, а пластика та динаміка руху не сприймалися як самостійний елемент сценічного образу. Актори здебільшого стояли на сцені і декламували текст, спираючись на голосові засоби та жестикуляцію для підкреслення емоційного змісту. Рух виконував радше допоміжну функцію – він підкреслював певні смислові моменти, але не формував цілісного художнього образу актора.

З іншого боку, навіть така обмежена рухова складова мала своє значення. Жести і положення тіла слугували певними підказками для глядача, дозволяючи передати статус персонажа, його характерні риси або емоційний стан. Типові пози зчитувалися глядачами на асоціативному рівні, допомагаючи краще зрозуміти, що відбувається з героями. Варто згадати, що сцени в античному театрі стародавньої Греції були доволі масштабними, а тому виразні пластичні зміни (хай навіть доволі обмежені) підсилювали вплив на глядачів. Однак, основне смислове навантаження доносилося за допомогою голосових засобів. Таким чином, у театральному мистецтві античності рух ще не набував статусу невід'ємної складової акторського образу. Його функція залишалася допоміжною, підпорядкованою декламації та загальному ритму сценічного дійства.

Активне залучення ритму, пластики і руху як складової видовищного дійства відбулося у ранній модерний час. Зокрема, це можна спостерігати у вуличних виступах акторів італійської народної комедії дель арте. Окрім притаманних для цього жанру імпровізацій, масок, саркастичних сюжетів, актори часто використовували різні акробатичні трюки, жонгливання, пластичні етюди, а також супроводжували своє дійство живим музичним

супроводом. Ці елементи значно краще завойовували увагу глядачів, особливо у порівнянні з консервативними постановками та інсценізаціями церковних сюжетів, які в той час панували в Європі у рамках середньовічного релігійного театру. Тогочасні мораліте, містерії та міраклі не виділялися активним використанням ритму, пластики і руху, і як результат – програли історичну битву за увагу глядачів. Натомість, традиції комедії дель арте знайшли своє продовження у подальшому розвитку театрального мистецтва. Зокрема, активне використання ритму, пластики і руху стало невід'ємною частиною творчого пошуку відповідей на питання, з якого ми почали даний підрозділ: «як за допомогою акторського мистецтва впливати на глядацьке сприйняття?»).

Традиції активного використання ритму, пластики та руху, притаманні комедії дель арте, вплинули на формування сценічної культури наступних театральних епох. Зокрема, окремі елементи цієї практики були переосмислені в театральній естетиці класицизму. Хоча класицистичний театр прагнув до суворого дотримання художніх правил, впорядкованості та стриманості, пластична виразність актора продовжувала відігравати важливу роль у сценічному існуванні, а також мала значний вплив на глядацьке сприйняття. Рух і поза поступово набували не лише емоційного, а й знакового значення, перетворюючись на своєрідну систему умовних жестів, асоціативно зрозумілих глядачеві. Таким чином, пластика актора (його *фізика*) почала набувати конкретних значень щодо його внутрішнього стану (його *психіки*). Глядач бачить персонажа з високо піднятим підборіддям, випрямленим корпусом і широко розставленими ногами – і він розуміє, що на сцені – сильний впливовий характер.

Активне використання сценічної пози і жесту яскраво прослідковується у французькому класицистичному театрі, зокрема у сценічній практиці театру Комеді Франсез, який у XVII-XVIII століттях став одним із провідних осередків розвитку європейського драматичного мистецтва. У виставах цього театру особливе значення надавалося чіткій композиції сценічного руху. Кожна поза актора, розташування тіла у

просторі, напрямок погляду або жест руки мали конкретне смислове навантаження. У результаті сформувалася своєрідна система пластичної виразності, так-звана «мова тіла». Актор задавав зовнішню форму, яка виражала його відповідний внутрішній стан, і глядач зчитував цю інформацію, формуючи своє уявлення про зміст і сюжет дійства. Ця система вимагала від актора високого рівня контролю над власним тілом, точності рухів та здатності координувати їх із внутрішнім емоційним станом персонажа. Таким чином, навіть у межах строго регламентованих принципів класицизму, ритм, пластика і рух не втратили свого значення, а навпаки – набули нової функції: вони стали інструментом передачі смислу через тілесну форму. Традиція свідомого використання пластичної виразності стала важливим етапом у формуванні подальших підходів до взаємодії внутрішнього переживання та зовнішнього сценічного прояву актора.

Подальший розвиток пластичної виразності у сценічному мистецтві значною мірою відбувався у французькому театральному просторі. Спираючись на традиції активного використання пластики, руху та жесту, успадковані від комедії дель арте, французькі актори та педагоги поступово розвивали ці елементи, надаючи їм більш системного та художньо виваженого характеру. Особливу роль у цьому процесі відігравали митці, пов'язані з театром Комеді Франсез у ХХ ст. (Жак Копо, Жан-Луї Борро), де пластична виразність актора набувала дедалі більшого значення.

Важливо підкреслити вплив класичного танцю на формування пластичної культури в театральному мистецтві. У XVII-XVIII століттях балет набуває все більшої популярності та задає принципово новий смисл руху на сцені. Кожна позиція ніг, рук, положення голови чітко систематизується, перетворюючись на систему. Тіло артиста стає основним засобом спілкування з аудиторією. Жодного тексту, лише ритм музики, пластика виконавця і його рух у сценічному просторі. Закономірно, що театральне мистецтво не могло не перейняти певні тенденції класичного танцю, оскільки театр (як відомо) – мистецтво синтетичне, і завжди запозичує нові естетичні, технічні та філософські тенденції кожної

подальшої культурної епохи. Роль пластики при створенні сценічного образу перестає бути факультативною, а починає набувати окремого повноцінного художнього смислу.

Вище ми вже визначили, що *будь-які прояви фізичного руху в акторській майстерності можна вважати матеріалом для дослідження психофізики*. Саме з моменту активного залучення ритму, пластики та руху до акторської техніки розпочинається більш системне і ґрунтовне вивчення цих елементів як важливих складових сценічного існування.

Перші спроби наукового осмислення руху в акторській майстерності здійснив французький педагог та теоретик сценічного мистецтва Франсуа Дельсарт. Його дослідження зосереджувалися на виразності тіла, зокрема жестів, на сцені. Перш ніж стати відомим педагогом та засновником власної системи, Дельсарт починав як співак, і навіть з успіхом був прийнятий до Комічної опери. Через п'ять років він втрачає голос, що ставить хрест на його кар'єрі вокаліста. Однак це не відбиває бажання продовжити досліджувати ті аспекти сценічного мистецтва, які цікавили Дельсарта, а саме думки про «постановку естетики людського тіла». Згодом теоретичні та практичні надбання Франсуа Дельсарта стали основою для «системи Дельсарта», яка, в свою чергу, дала поштовх подальшим дослідженням взаємозв'язку тіла з емоціями [90].

Важливий внесок у дослідження ритму як невід'ємної складової сценічної виразності зробив швейцарський педагог і композитор Еміль Жак-Далькроз. У своїй педагогічній практиці він активно поєднував музику з пластичними рухами, використовуючи спеціальні вправи, які згодом здобули широку популярність і отримали назву «кроки Далькроза». Педагог стверджував, що «за допомогою рухів усього тіла ми можемо набути здатності усвідомлювати та сприймати ритми» [94, с. 79]. Особливо цінним є те, що, згідно вчення Жака-Далькроза, внутрішнє почуття ритму є нерозривно пов'язаним з рухом – тобто, із зовнішнім проявом. Кожен рух, кожен крок позначав ту чи іншу чверть, пауза між цими рухами позначала паузу музичну. Дослідник підкреслював, що «...усвідомлення ритму

відбувається шляхом повторюваних рухів усього тіла» [94, с. 80]. Окрім цього, під час своїх занять Жак-Далькроз звертав увагу на те, що поєднання співу з рухом викликає у дітей позитивні емоційні реакції. На основі своїх спостережень він також відзначив тісний взаємозв'язок між пластичною та емоційною виразністю. Навіть такі поняття як «уява», «час», «радість» і «темперамент» Жак-Далькроз розглядав через призму ритміки («Темперамент, очевидно, відповідає за рухову форму тілесних ритмічних явищ» [94, с. 320]). І дійсно, можна прослідкувати певну закономірність між національними ритмами різних народів та їхньою емоційністю (згадати, наприклад, пристрасне і ритмічне іспанське фламенко). Таким чином, дослідження ритму стає невід'ємною складовою дослідження психофізичної координації, оскільки стосується не лише механічних зовнішніх проявів, а й відповідного внутрішнього стану виконавця під час роботи з тим чи іншим ритмом. Вчення Жака-Далькроза про ритм набуло широкого розвитку в різних сферах мистецтва, зокрема й у театральному, згодом трансформувались в *акторську ритміку*.

Вагомий внесок у дослідження руху на сцені вніс французький актор і педагог Жак Лекок. Протягом своєї багаторічної театральної практики його увага була прикута до механізмів появи руху. Звідки виникає рух? Чому? Які внутрішні механізми спрацьовують для того, аби тіло почало рухатися відповідним чином? Як той чи інший рух зчитується глядачем? Пошук відповідей на ці питання спонукав Лекока до детального аналізу роботи власного тіла, зокрема й на базі заснованої ним театральної школи *École internationale de théâtre Jacques Lecoq* (Міжнародна театральна школа Жака Лекока). Процес цього аналізу можна прослідкувати у книзі «*Le Corps Poétique*» (досл. «Поетичне тіло», виразне тіло), де автор пропонує зациклено повторювати один і той самий фізичний рух спочатку механічно, а потім зі значно глибшим усвідомленням суті цього руху: «Використовуючи той самий рух, учні уявляють, що вони дивляться на море, слідуючи ритму хвиль. Це може призвести до уявлення м'яча, який підлітає у повітря і падає назад <...> що це за мить нерухомості між злетом

і падінням назад? Чи залишається м'яч на мить завислим у повітрі? Як?» [95, с. 71]. Варто додати, що процес роботи над акторським тілом як над інструментом може відбуватися рівноцінно у двох напрямках: від зовнішнього (фізичного) до внутрішнього (психоемоційного), і навпаки. Творчий процес дослідження суті руху на сцені у Жака Лекока відбувався саме за принципом «від зовнішнього до внутрішнього». Учні могли годинами крокувати у просторі, намагаючись усвідомити всі найглибші нюанси і особливості цього руху: яка частина ступні перша торкається підлоги? як працюють м'язи ноги під час кроку? наскільки сильним є тиск між ногою та підлогою? У результаті всіх цих пошуків Жак Лекок доходить висновку, що «Яким би не був жест актора, він вписаний у стосунки між актором та навколишнім простором і породжує внутрішній, емоційний стан. <...> зовнішній простір відображається у просторі внутрішньому» [95, с. 70]. Таким чином автор підкреслює нерозривний взаємозв'язок між зовнішнім рухом і внутрішнім станом актора.

Видатний британський режисер та театральний теоретик Едвард Гордон Крег, який свого часу суттєво вплинув на модернізацію акторської майстерності, також приділяв особливу увагу зовнішнім засобам виразності. У центрі його концепції – пріоритет руху, пластики та ритму тіла над психологічним «переживанням» ролі: «насамперед дозвольте зауважити, що найбільше враження на сцені справляє рух постатей; це найцінніше зі всього, що є у вашому розпорядженні» [40, с. 62], тим самим вкотре підтверджуючи значимість руху в контексті акторської майстерності.

Проаналізувавши світовий досвід сценічної практики, можна помітити, що практично кожна система більшою чи меншою мірою зверталася до ритму, пластики та руху як до помітних зовнішніх проявів людського ества. Зокрема, використання поняття «психофізика», що включає в себе нерозривний зв'язок фізичного вираження із внутрішнім станом, можна прослідкувати у практиці Костянтина Станіславського чи Єжи Гротовського [93]. Таким чином, вивчення ритму, пластики та руху постає важливим етапом у дослідженні механізмів психофізичної

координації актора, оскільки дає змогу за допомогою зовнішніх проявів прослідкувати зв'язок із внутрішнім психоемоційним станом.

1.3 Практичне підґрунтя теоретичних праць українських дослідників

Питання психофізичної координації в українському театральному середовищі не було предметом окремого комплексного дослідження саме в такому термінологічному формулюванні. Однак його теоретичні передумови ґрунтуються на дослідженнях і практичних напрацюваннях українських театральних діячів, які у різні періоди розвитку театру зверталися до проблеми взаємодії внутрішніх психоемоційних процесів актора та їхнього зовнішнього сценічного прояву.

Український класичний театр корифеїв, заснований Марком Кропивницьким, був одним із перших професіональних театрів, що дав активний поштовх для подальшого розвитку українського сценічного мистецтва. У їхній творчості домінував реалістичний спосіб існування, який не передбачав виразних пластичних фігур. Однак рух у поєднанні з ритмом певною мірою був задіяний у вигляді народних танців, які часто були складовою музично-драматичних вистав. Вони допомагали створювати потрібну атмосферу, зазвичай святкову (весілля, вечорниці, обрядові дійства), і впливали на емоційний стан глядачів. До того ж, активне використання танців давало змогу втримувати увагу глядача, а також «розбавляти» статичні мізансцени. Окремої уваги заслуговує доробок українського хореографа, хормейстера та фольклориста Василя Верховинця, який розпочав свій творчий шлях у театрі Миколи Садовського. Саме там Верховинець, опираючись на свій особистий досвід, почав розробляти актуальну по сьогодні «Теорію українського народного танцю». У даній праці автор приділяє увагу не лише зовнішній формі виконання рухів, а й смислому навантаженню, яке ці рухи несуть: «Танцюрист поводить у колі так, щоб не було йому соромно за себе перед людьми та щоб дівчині, з якою він танцює, була честь, щоб було приємно на

забаві й після забави» [12, с. 38]. Верховинець дає зрозуміти, що танець – це не просто послідовність фізичних рухів під певний ритм, а ще й емоційне спілкування між людьми, і рух посідає у цьому спілкуванні ключове місце.

Ще одним важливим і яскравим етапом розвитку українського театрального мистецтва було Мистецьке об'єднання «Березіль» на чолі з Лесем Курбасом. Їхня творчість відрізнялася від класичних традицій театру корифеїв сміливими експериментами, натхненними світовим авангардним мистецтвом, та, зокрема, активним використанням ритму, пластики і руху. Курбас приділяв особливу увагу фізичному вихованню своїх акторів та акторок, систематично проводячи з ними тренажі та заняття з пластики. Окрім цього, він залучав до своєї команди провідних артистів балету того часу (Михайла Мордкіна, Надію Шуварську) щоб вони займалися вдосконаленням пластичних здібностей трупі театру. Сам Курбас у своїх нотатках відзначав, що «реагують [глядачі] перш за все на рух. Рух, рух і рух!» [50, с. 270].

Дійсно, рух посідав окреме місце у виставах театру «Березіль». Варто згадати, наприклад, виставу «Газ» 1923 року, де «особливу роль відігравала акторська масовка, яка створювала образи заводу, міста, вибуху газу. Однорідна маса з людських тіл у темних комбінезонах пластично ілюструвала події. Індивідуальні риси акторів не увиразнювалися: за допомогою монологів, жестової мови й акробатики режисер мав створити панорамну симфонію революційного руху <...> Актори стрибали, бігали вгору-вниз і створювали своїми тілами пластичні конфігурації, імітуючи як найменші коліщатка, так і рух величезного механізму» [97]. До речі, саме вищезгадана балерина Надія Шуварська безпосередньо відповідала за хореографію даної вистави.

Творчі пошуки та надбання європейських театральних діячів цікавили не лише Леся Курбаса. На початку ХХ століття українська балерина й хореограф Броніслава Ніжинська заснувала у Києві власну «Школу рухів», де, зокрема, переосмислювала основні принципи системи Жака-Далькроза. Це була своєрідна лабораторія, у якій Ніжинська шукала нові

ритмопластичні форми на протигагу класичному танцю. Діяльність «Школи рухів» мала відчутний вплив на творчість Леся Курбаса, а також на його ставлення до пластики в авангардному театрі. Не випадково для тренажів зі своїми акторами він запросив ученицю Ніжинської – Надію Шуварську [36]. Експерименти над ритмом та пластикою у «Школі рухів» Броніслави Ніжинської були продовжені та розвинені вже в авангардних пошуках березильців Курбаса.

Творчість «Березоля» зробила безцінний внесок у розвиток українського театрального мистецтва. Лесь Курбас виховав кілька поколінь акторів та режисерів, які продовжували передавати та вдосконалювати його вчення і принципи. Чимало своїх роздумів та теоретичних висновків Курбас залишив у вигляді листів, записів у щоденнику та занотованих лекціях, які було зібрано та видано в одній книзі «Філософія театру. Лесь Курбас» Миколою Лабінським та Михайлом Москаленком. Переважна більшість цих роздумів стосувалася питань режисури та філософії театрального мистецтва в цілому, однак є окремі розділи, що торкаються питання виховання актора, зокрема «Поправки до нашої системи виховання актора», «Актор у нашій системі і праця над роллю», а також записи лекцій, присвячених *темпу* і *ритму*: «Питання простору, часу й ритму в мистецтві», «Про сучасний темп і ритм», «Про ритм як основу театрального мистецтва» [79]. Ці лекції особливо корисні для розуміння актором суті своєї роботи в контексті цілісної вистави, як окрема його фігура вписується в загальну картину сценічного дійства. Розглядається, зокрема, вплив ритму існування акторського образу на глядацьке сприйняття, значення напрямку руху однієї людини відносно сценічного фону. У розумінні Курбаса, *ритм* та *рух* набувають не лише художнього, а й філософського змісту, тому що тільки за допомогою цих елементів можливе існування актора в просторі й часі.

Першою ґрунтовною теоретичною працею з акторської майстерності, в якій фундаментально досліджуються питання ритму, пластики і руху, можна вважати книгу Степана Бондарчука «Мімограмота». Базуючись на своєму багаторічному досвіді акторської роботи в театрі «Березиль» під

керівництвом Леся Курбаса, Бондарчук систематизує отримані знання і спостереження з метою створити перший підручник з акторської майстерності, адже, як зазначав сам автор, «в мистецькій літературі ми досі не маємо ні одної праці, щоби намічала принцип та метод виховання актора в практичній установці. Наша українська література в цім не може майже нічим похвалитися» [9, с. 72], а тому «завданням даної роботи було поповнити цей пробіл. Названа нами «МІМОГРАМОТОЮ», дана робота уявляє з себе первопочаткові основи руху в його психологічній ув'язці» [9, с. 73].

Окрім творчої співпраці з Курбасом та акторської практики в «Березолі», Степан Бондарчук використовує також досвід європейських театральних діячів, таких як Франсуа Дельсарт та Еміль Жак-Далькроз (чий вплив на дослідження ритму, пластики та руху ми розглядали вище). Цінним є той факт, що Бондарчук не просто переймав вчення Дельсарта, Жака-Далькроза та інших театральних діячів, а підходив до їхніх тверджень критично, пропускаючи через власний акторський інструмент і аналізуючи отриманий результат. Як наслідок, автор «Мімограмоти» переосмислює вчення попередників у контексті сценічного мистецтва, відділяє корисні практичні знання від зайвих теоретичних та філософських роздумів, про що свідчать рядки: «... матеріал Сладкопєвцева не уявляє з себе ніякої системи і не тільки науково не обґрунтований, але більше того – носить характер не підпорядкованих і не зведених ні до якої схеми міркувань містичного богошукування. Так само «система» Дельсарта хибує ідеалістичною установкою і є більш своєрідною філософією жесту, аніж працею наукового порядку» [9, с. 73]. З іншого боку, Бондарчук активно використовує у своїй творчій практиці прикладні елементи того ж Дельсарта чи Жака-Далькроза, такі як «диригування по Далькрозу» або ж принцип потрійності руху Дельсарта, з метою надати прикладний практичний характер даному вченню, проаналізувати зовнішній прояв акторського тіла і те, як це зчитуватиме глядач: «Активний стан в напрямкові вгору виявляє: одвагу, сміливість, захоплення, екстаз, здоров'я, силу» [9, с. 168], «Пасивний стан в

напрямові вниз виявляє: горе, смерть, хворобливість, нікчемність, безсилля, падання перед другими, повзання, убитість, безвихідність, смерть» [9, с. 178]. Варто зазначити, що автор свідомо приділяє увагу виключно *зовнішній* складовій, ігноруючи будь-яку *внутрішню* (емоційну) роботу актора на сцені, оскільки переконаний, що «навчитись грамотно *заграти* гнів, *заграти* радість є стократно більше і культурніше, аніж *уміть* справді гніватись на сцені чи радіти» [9, с. 75].

Наукова праця Степана Бондарчука «Мімограмота» без перебільшення є визначною теоретичною роботою про акторську майстерність. Особливо цінним є той факт, що дана книга підкріплена особистим практичним досвідом автора роботи на сцені, а також містить прикладні вправи для вдосконалення виконавської майстерності. Дослідження «руху в його психологічній ув'язці» за Бондарчуком відбувається виключно шляхом зчитування зовнішніх проявів людської поведінки в різних обставинах, що безпосередньо стосується питання *психофізичної координації*, а саме як тіло людини виражає відповідний внутрішній психоемоційний стан.

У питанні дослідження психофізичної координації, як ми вже з'ясували, ключову роль відіграють зовнішні прояви актора, його пластична виразність і відповідне внутрішнє психоемоційне наповнення. Сценічний бій є не менш важливою складовою акторської майстерності для дослідження психофізичної координації, оскільки завжди містить у своїй основі потужний конфлікт, який виражається через зовнішню активну дію. Незалежно від того, який жанр, стиль, який вид бою (рукопашний, на шпагах, кинджалах чи на козацьких шаблях), – сценічний бій вимагає від виконавця високого рівня психофізичної координації.

Книга українського театального педагога Григорія Елькіса «Сценічне фехтування» є теоретичним результатом багаторічного практичного досвіду автора, у якій доступно та систематизовано викладено основні принципи роботи зі зброєю, виконання базових прийомів атаки і захисту, а також – вперше в українській науковій літературі – особливості

сценічного бою на шаблях і списах. Опираючись на свій особистий спортивний досвід (Г. Я. Елькіс був майстром спорту з фехтування), Елькіс порівнює специфіку роботи зі зброєю в спортивних та в сценічних обставинах, виокремлює схожі та розбіжні принципи, а також адаптує спортивні прийоми під вимоги театру. Окрім зрозумілих і вдало проілюстрованих пояснень щодо форми виконання того чи іншого прийому, особливо цінними є короткі та змістовні тези про взаємозв'язок зовнішнього бойового малюнку та внутрішнього змісту: «Як одна з дійових специфічних форм зовнішнього прояву внутрішнього життя сцена бою повинна яскраво показати й розкрити найбільш характерні риси персонажа. <...> Головна задача батальної сцени полягає в тому, щоб не тільки правильно відобразити характер персонажів за їхніми вчинками, але й передати всю суть драматичного конфлікту» [21, с. 22]. Елькіс був переконаний, що для вражаючого, а головне – безпечного виконання батальних сцен потрібно мати високий рівень *психофізичної* підготовки, що включає в себе не лише діапазон фізичних можливостей, а й вміння тримати увагу на багатьох процесах одночасно. Вдосконалення цих якостей відбувається шляхом регулярних тренувань. «Таке тренування психофізичного апарату готує актора, який по-справжньому спритно діє на сцені. Цей фактор є вирішальним у різноманітній системі рухового виховання актора» [21, с. 25]. Безперечно, теоретична праця Г. Я. Елькіса «Сценічне фехтування» є надзвичайно цінним підґрунтям для дослідження психофізичної координації.

Оскільки дослідження ритму, пластики і руху є необхідним у питанні психофізичної координації, рухові дисципліни становлять особливе значення для даного наукового обґрунтування. Вагомий внесок у розвиток рухових дисциплін зробив учень Елькіса, український актор та педагог Юрій Старостін. Внаслідок десятків років викладання у Київському національному університеті театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, Старостін зумів перейняти досвід попередників, які теж працювали у сфері пластичних дисциплін (Г. Я. Елькіс, І. Е. Кох та ін.), адаптувати цей

досвід під актуальні потреби українського театрального середовища та розробити власну методика викладання ритміки та сценічного руху для студентів. Його теоретичні праці, які складаються зі статей («Акторський тренінг: його зміст та основа», «Сценічний рух як складова професійної підготовки актора»), тез та робочих програм, не можуть повною мірою вмістити весь наявний практичний досвід, та при цьому вони, безперечно, мають велике значення для дослідження психофізичної координації. Особливу цінність має методика Ю. О. Старостіна, яка дає можливість покроково дійти від простих фізичних завдань до складних психофізичних етюдів, що складаються з виразної зовнішньої форми, ритмічного малюнку та внутрішнього психоемоційного наповнення.

Лесь Курбас стверджував, що «без практики ніщо нічого не варте. Треба не тільки знати, але й уміти» [79, с. 240], тому кожна наукова праця, що базується на особистому досвіді автора, є особливо цінною та корисною. Теоретичний доробок українських дослідників включає чималу кількість робіт, у яких зібрано та викладено безцінний практичний досвід театральних діячів різних епох. Ці праці є важливим підґрунтям для дослідження психофізичної координації.

1.4 Роль психофізичної координації в організації процесу колективної художньої творчості

Театр – це мистецтво колективне, де кожний учасник творчого процесу повинен чітко та якісно зробити частину своєї роботи задля досягнення загального результату. Існування такого колективу перманентно супроводжується цілим рядом проблем, які необхідно вирішувати: вибір матеріалу для вистави, розподіл ролей, стилістичне вирішення, питання фінансування, організаційні проблеми тощо. Для актора, як для безпосереднього учасника *процесу колективної художньої творчості*, організаційні навички не менш важливі, ніж творчі.

Існує чимала кількість наукових праць, направлених на дослідження проблем організаційної складової процесу колективної художньої

творчості: вирішення конфліктів всередині колективу, пошук фінансування, планування курсу діяльності тощо. Це питання *менеджменту*. В контексті даного дослідження нас цікавить організаційно-творчий аспект даного питання і те, яким чином психофізична координація сприяє розвитку та вдосконаленню тих професійних якостей актора (а також режисера), які необхідні для результативного та ефективного творчого процесу.

Відомий український науковець та педагог Ігор Дмитрович Безгін у своїй фундаментальній праці «Мистецтво і ринок: Нариси» приділив увагу багатьом важливим питанням функціонування театру як суб'єкта організованої творчої діяльності, зокрема проблемам пошуку джерел фінансування, а також накреслив шляхи вдосконалення театральної організації. Серед інших питань, особливо важливим для даного дослідження є вивчення складної системи міжособистісних стосунків художніх і адміністративних керівників, аналіз конфліктних ситуацій та шляхів до їх розв'язання.

Одна з основних проблем організації процесу колективної художньої творчості лежить у парадоксальності даного явища, оскільки творча свобода повинна бути необмеженою, і в той же час – повинна обмежуватися певними колективними вимогами, що підкреслював у своєму дослідженні І. Безгін: «Колективним характером художньої творчості в театрі зумовлено поєднання творчої свободи особистості художника з принципами колективної взаємодії, незалежності – з підкоренням вимогам, що визначають колективну творчу працю. Тому згуртувати колектив театру, захопити ідеєю творчого єдності, спрямувати його зусилля на здійснення єдиного задуму і досягнення визначеної мети – завдання складне і відповідальне» [4, с. 129]. Для досягнення даного завдання акторові важливо навчитися розуміти, що його акторська робота дуже схожа із партією музичного інструмента в оркестрі: вона повинна гармонійно вписуватися в загальне звучання твору. Які-небудь особисті знахідки та імпровізаційні елементи самі по собі можуть здаватися цікавими і цінними, але в контексті всього сценічного твору виглядають зайвими і недоречними.

Безумовно, це може зачепити особисті почуття «творчої натури», однак потрібно чітко усвідомлювати значення своєї роботи в площині колективної роботи, а не індивідуальної. Для цього актору потрібно вміти довіритися команді та режисеру в процесі художньої творчості, щоб працювати злагоджено, як один механізм, під керівництвом художнього лідера: «Безсумнівно, в будь-якому театрі повинні додержуватися демократичних норм суспільного життя, за винятком процесу творення, що будується за своїми закономірностями або взагалі поза такими, де все підвладне лише митцям на чолі з режисером <...>. В даному випадку йдеться не про керівництво театральним-видовищним підприємством, а про керівництво процесом художньої творчості» [4, с. 262].

Вміння організуватися і працювати злагоджено в команді – ще одна принципово важлива навичка для учасника колективного творчого процесу, на якій наголошував І. Безгін «...колективна художня творчість, як і інші види духовної діяльності, неможлива поза певних організаційних умов. Потребує організації і театральне виробництво: організовується в межах певної структури художньо-виробничий процес, здійснюваний театральним-видовищним підприємством» [4, с. 176]. Недаремно слово «організуватися» походить від терміну «організм». В контексті творчого процесу організованість колективу дійсно подібна до злагодженої роботи різних частин окремого організму, який має свій пульс, ритм, температуру, дихання тощо. Цінним для нашого дослідження є той факт, що І. Безгін, аналізуючи особливості роботи в колективі, звернувся до поняття «координація»: «... спільна праця передбачає <...> кооперування та координацію зусиль всього колективу учасників спільного, у нашому випадку – духовного, зокрема, театального виробництва» [4, с. 182]. В даному контексті координація (з одного боку) – це здатність узгодити свою роботу і зусилля з роботою інших учасників процесу художньої творчості. З іншого боку, вміння координувати зусилля з колективом може розглядатись як здатність знаходити компроміс у тому чи іншому творчому

питанні, що може стосуватися бачення ролі, мізансцени, роботи з певним партнером тощо.

Варто відмітити, що І. Безгін у своїй праці аналізує проблеми організації процесу колективної художньої творчості з точки зору керівника (директора, продюсера чи режисера). З точки зору актора дану проблему розглянуто периферійно (що є цілком закономірним, враховуючи професіональний досвід Ігоря Безгіна як організатора театральної справи). Та не зважаючи на це, теоретична праця «Мистецтво і ринок» має велике значення для розуміння внутрішніх творчих та організаційних проблем театрального колективу, через призму яких і проводитиметься дослідження щодо впливу психофізичної координації на організацію процесу колективної художньої творчості.

Вище ми вже розглянули творчий спадок Курбаса-режисера та його вплив на дослідження ритму, пластики й руху. Однак Лесь Курбас був не лише видатним театральним режисером та реформатором, а й чудовим організатором, який закликав використовувати у роботі «Березоля» принципи наукової організації праці, що базувалися тоді на дослідженнях батька наукового менеджменту Фредеріка Вінслоу Тейлора, ідеї якого, в свою чергу, кореспондувалися із дослідженнями Еміля Жак-Далькроза у царині ритму [67, с. 186]. Для Курбаса ефективність роботи команди мала ключове значення, а постать актора в театрі займала чільне місце: «Час режисерських експериментів минає. Єдине, що буде завжди в театрі – це живий актор, привабливий своєю особою і талановитістю» [79, с. 70]. У своїй лекції «Актор у нашій системі і праця над роллю» Курбас дає таке визначення: «Актор – це людина: 1) що має здатність до тривання в наміченому уявою ритмі; 2) уміння винаходити і демонструвати в матеріалі – в людині (в собі самому) та в іншому матеріалі театру – символи для передачі зображуваної реальності» [79, с. 74]. Доцільно буде припустити, що це вміння є не чим іншим як здатністю скоординувати свій акторський психофізичний інструмент із загальним сценічним дійством.

Курбас розумів, що добре підготовлений актор – це якісний інструмент, за допомогою якого можна творити різнобічно та сміливо експериментувати. Для вистави як для результату колективної художньої творчості рівень підготовки актора мав принципове значення. Для Леся Курбаса також важливим було спільне розуміння творчого задуму в процесі роботи над виставою, для того щоб актори знали чітко свою задачу і могли реалізувати її на сцені. Часто це торкалося екзистенційного смислу таких понять як *час, простір, темп, ритм*, та їхнє трактування в контексті театрального дійства. Лесь Курбас дбав про те, щоб його команда мала взаєморозуміння, тому ділився з акторами усіма нюансами потрібного для вистави способу існування: «...зміну можна дати у формах єдиного матеріалу, міняючи один темп на інший. Це теж прискорення. Бачимо новий матеріал, з'являються нові засоби, нові комплекси енергії, міняємо план: іде п'єса в побутовому плані – переводимо в інший, і це теж прискорення темпу» [79, с. 247].

Основна задача актора в процесі художньої творчості зводиться, по суті, до максимально якісного виконання поставлених режисером завдань. Ці завдання можуть мати чітко визначений конкретний характер, а можуть бути явищем імпровізаційним, націленим на пошук потрібного художнього виразу. Ось, наприклад, одне з режисерських завдань Курбаса: «...скажіть фразу «Я люблю тебе». Можна говорити інакше: «Я ... люблю тебе». «Я лю... тебе». Пам'ятайте, що матеріал у спектаклі абсолютно сценічний. Який темп повинен бути в монументальній речі? Повільний. Чому? Щоб глядач мав більше асоціацій» [79, с. 247]. Для виконання даного завдання актору потрібно вміти відчувати ритміку у фразі, контролювати темп, а також наповнювати сенс слів потрібними асоціаціями та підтекстами. Тобто, йдеться про здатність координувати свій психофізичний апарат із загальним сценічним дійством.

Теоретичний доробок Леся Курбаса має колосальне значення для театрального мистецтва. У його записах, листах, лекціях досліджуються питання, які торкаються режисерської, продюсерської та акторської

професій. Особливе місце посідають розділи, присвячені підготовці актора та особливостям репетиційного процесу, де творчий симбіоз режисера й актора посідає чільне місце. Якість репетицій залежить від рівня підготовки кожного з учасників процесу колективної художньої творчості. І чим краще підготовлений психофізичний апарат актора – тим кращий буде загальний результат.

Питання організації процесу колективної художньої творчості досліджували й інші науковці й практики театральної справи, зокрема А. Г. Лягушенко («Державний театральний менеджмент у контексті історичного розвитку сценічного мистецтва» [53]), В. В. Корнієнко («Теоретичні засади та практичний досвід менеджменту в театральновидовищній сфері України: модерні та постмодерні аспекти» [37]) та ін. Їхні наукові праці торкалися переважно питання менеджменту та особливостей робочих взаємостосунків у команді. З точки зору постаті актора як безпосереднього учасника процесу колективної художньої творчості чималий інтерес становлять теоретичні роботи К. С. Станіславського («Робота актора над собою» [75]), О. М. Шаварського («Як стати актором» [83]), М. Кейна («Blowing the Bloody Doors Off: And Other Lessons in Life» [86]), у яких автори діляться особистим досвідом роботи в театрі та на знімальному майданчику, приділяючи окрему увагу організаційно-творчим питанням, які, фактично, є нормами професійної етики та (частково) положення про академічну доброчесність: дисциплінованість, уважність, комунікабельність, вміння знаходити компроміс, толерантність, відповідальність, стабільність.

Проте досі не було ґрунтовно розглянуто та проаналізовано вплив психофізичної координації на розвиток та вдосконалення тих вмінь та навичок, які є необхідними для ефективної та результативної організації процесу колективної художньої творчості.

РОЗДІЛ 2

ПСИХОФІЗИЧНА КООРДИНАЦІЯ

В ПЛОЩИНІ ПРАКТИЧНОГО ЗАСТОСУВАННЯ

2.1 Особливості процесу підготовки акторського інструмента

Професійна підготовка актора – це кропіткий комплексний процес. Він включає в себе інтелектуальну освіту студентів, а також – найголовніше – набуття професіональних практичних навичок.

Інтелектуальна складова допомагає формувати світогляд майбутнього актора, його етичні та естетичні норми; теоретичні знання з історії, культури, психології збагачують загальний рівень ерудованості, даючи змогу формулювати особисту думку щодо різних подій, людей та явищ. Для акторської професії інтелектуальна обізнаність має не лише загальнорозвиваючу, а й прикладну функцію: виконавцю певної ролі потрібно вміти аналізувати вчинки і поведінку свого персонажа, вибудовувати своє ставлення до нього в контексті сценічного задуму. Вивчення досвіду інших митців може підказати шляхи до творчого вирішення певної задачі. Та найважливішим завданням актора є реалізувати сценічний образ за допомогою свого інструмента.

Акторський інструмент – це його тіло і голос. Робота над вдосконаленням свого інструмента триває впродовж всього процесу навчання (та й навіть після отримання диплома не припиняється). Для актора наявність широкого інтонаційно-голосового та пластичного діапазону є цінною ознакою, оскільки це дає змогу потенційно реалізувати значно більше художніх рішень та, зрештою, створити унікальний сценічний образ. У даному випадку доречно буде порівняти акторську майстерність із майстерністю скрипаля, де значення має не лише професійний рівень *виконавця*, а й якість його *інструмента*. Чим вищого гатунку скрипка – тим приємнішим для слухачів буде звучання. Та якщо у випадку зі скрипалем якість його інструмента залежить від майстерності

виробника та від ціни товару, то за якість акторського інструмента відповідає безпосередньо сам актор.

Професійна підготовка майбутніх акторів починається з першого курсу університету. Робота студента над своїм *голосом* відбувається на заняттях зі сценічної мови, вокалу, на мовно-голосових тренінгах. На етапі навчання першочерговими завданнями є: ліквідація дикційних дефектів, опанування техніки дихання, постановка голосу; також потрібно засвоїти правила логічного читання текстів і норми літературної української мови. Робота над *тілом* відбувається на заняттях з основ сценічного руху, танцю, ритміки і основ сценічного бою (або сценічного фехтування). Важливо, щоб студент у рамках цих дисциплін усвідомив «виразність» свого тіла, зумів покращити рівень своєї фізичної культури та пластичного діапазону, і зрештою, навчився свідомо контролювати свій організм, щоб тіло як інструмент чітко могло виконувати ту чи іншу пластичну, ритмічну чи координаційну задачу [46].

Студентам в середньому на момент вступу є 16-18 років. У цьому віці їхній організм ще не до кінця сформувався у фізичному та психоемоційному плані, і в процесі підготовки викладачам важливо зважати на ці особливості. Можуть бути випадки, що у першокурсника ще не завершилася мутація голосу, відповідно, навантаження на голосові зв'язки повинно бути мінімальним (або й взагалі відсутнє, допоки не завершиться процес мутації), щоб не зашкодити його акторському інструменту. Те саме стосується й фізичного розвитку: у цьому віці м'язи ще не мають достатньої сили для виконання складних пластичних вправ або ж силових парних підтримок під час роботи з партнером на заняттях з хореографії чи основ сценічного руху. Зважаючи на ці особливості, викладач повинен грамотно і методично вибудовувати процес підготовки актора, крок за кроком збільшувати навантаження, щоб у результаті досягти правильного та технічного – професійного – виконання студентом поставлених перед ним творчих задач.

Робота над психоемоційною складовою акторської майстерності теж вимагає від викладача особливої уваги та індивідуального підходу. «Якщо

говорити про студентів-акторів, то потрібно зважати на те, що в цьому віці їхня [професійна] індивідуальність тільки починає формуватися. На цьому етапі дуже важливо не зашкодити, не травмувати так званий «внутрішній світ» людини, а при роботі вже з наявним внутрішнім матеріалом (різноманітний емоційний досвід, дитячі проблеми, психологічні травми, комплекси) дуже обережно з ним працювати» [46, с. 139]. Також важливо розуміти, коли саме варто і доречно торкатися складних емоційних питань, таких як страх, зрада, самотність, образа тощо; а також створити відповідну атмосферу, задати контекст теми, і уважно спостерігати, чи налаштовані студенти на сприйняття. Проблема роботи над психоемоційним матеріалом набула дуже сенситивного рівня в контексті сучасних обставин – воєнного стану, а тому делікатність і толерантність посідають чільне місце в цьому процесі.

Ключовим елементом для успішної та безпечної взаємної роботи над психоемоційним матеріалом є *довіра* між студентом та викладачем. Довіру, як і інший елемент внутрішньої акторської техніки, можна напрацювати. Один зі способів – фізична робота в парі, яка впливає на психофізичний стан обох учасників, адже коли разом вдається виконати певний пластичний елемент, тоді дві людини спільними зусиллями досягають успіху, як наслідок – отримують емоційне задоволення, яке зміцнює їхній взаємозв'язок. Іншими словами, *фізичний* (зовнішній) результат безпосередньо впливає на результат *психічний* (внутрішній), тим самим вибудовуючи довіру між партнерами.

Ще однією особливістю процесу підготовки акторського інструмента є вміння працювати з увагою сучасних студентів. Сьогоднішній ритм повсякденного життя відрізняється високою частотою подій та дуже швидким темпом, внаслідок чого фокусувати увагу на одному процесі протягом певного часу стає проблематичним. З одного боку, викладачу важливо грамотно вибудовувати навчальний процес, знаходити баланс між частотою переключень завдань і зосередженістю на одній темі. З іншого боку, студент повинен навчитися концентрувати свою увагу на потрібному

процесі чи об'єкті стільки, скільки буде потрібно, адже на цьому, власне, будується основа всього акторського існування на сцені. Психофізична координація відіграє значну роль у процесі якісного і осмисленого навчання. Напевно, кожний чув фразу про те, що «можна дивитися, але не бачити», «можна слухати, але не чути». З одного боку, *фізична* діяльність спрямована на одне й те саме: в першому випадку використовуються фізичні властивості очей як органів чуття і сприйняття навколишнього середовища, в другому випадку – властивості вух. Проте *психічна* діяльність відрізняється саме наявністю чи відсутністю *уваги* до того об'єкта чи явища, на яке націлена діяльність. Внаслідок чого якість і кількість інформації, отримана внаслідок такого *психофізичного* процесу значно вища. Вміння свідомо контролювати цей процес дає змогу студенту більш якісно і швидко засвоювати навчальний матеріал.

Підготовка акторського інструмента – процес тривалий, що вимагає від студента терпіння і самодисципліни. Юрій Старостін наголошував: «Одне з головних завдань вищої театральної школи – привчити студентів до роботи, до постійної й інколи важкої праці. Але водночас слід навчити студентів отримувати задоволення <...> від своєї роботи в майбутньому. Це найважливіший бік виховного процесу. І в цьому неабияку роль відіграє акторський тренінг. Тобто вміння і здатність актора постійно підтримувати свою професійну форму, свою психофізику в робочому стані, в стані постійної готовності до будь-якої роботи» [76, с. 203]. Для актора щоденний тренаж має таке ж важливе значення, як і для артиста балету, який щоденно проводить кілька годин біля станка, відточуючи власну майстерність. Безумовно, це вимагає від студента бути не просто дисциплінованим, а *самодисциплінованим*, тобто знаходити в собі сили і бажання займатись і вдосконалюватись. Особистий приклад викладача має велике значення під час процесу підготовки молодих акторів, оскільки наочно демонструє те, наскільки важливо і потрібно тримати себе в професійній формі. Те ж саме стосується і дисципліни: якщо викладач дозволяє собі регулярно запізнюватися на заняття або приходити не в робочій формі, то студенти

можуть «перейняти» ці звички, сприйнявши їх як норму професіоналізму. Тому важливо привити бажання до самовдосконалення ще зі студентських років, дати розуміння того, що підготувати акторський інструмент за один день неможливо, що для цього потрібна кропітка щоденна праця.

Процес підготовки молодого актора є багатограним і комплексним. За період навчання неможливо вивчити все, але можливо підготувати свій акторський інструмент до потенційних задач. Для цього «...тренувати, тримати в «бойовій готовності» треба психофізику» [76, с. 203-204], за допомогою якої в подальшому можливо буде виконувати художні завдання різного спрямування. Рівень і професіоналізм викладача мають велике значення в учбовому процесі, як і здатність враховувати і зважати на всі особливості процесу підготовки акторів. Адже зрештою, студенти після випуску стають колегами, партнерами, з якими, можливо, доведеться співпрацювати над спільними творчими проєктами.

2.2 Вплив пластичних дисциплін (ритміка, основи сценічного руху, сценічне фехтування) на вдосконалення психофізичної координації

Вміння свідомо узгоджувати зовнішні та внутрішні процеси – це основа психофізичної координації. Як і будь-який інший елемент акторської майстерності, психофізичну координацію можна натреновувати і вдосконалювати, якщо знати необхідні вправи.

Як правило, навчальні програми в профільних університетах складені таким чином, щоб дати можливість студенту поетапно освоїти усі необхідні базові навички акторської професії. Паралельно з теоретичними дисциплінами проходять регулярні практичні заняття, спрямовані на роботу над зовнішньою та внутрішньою акторською технікою. Психофізична координація є одним з основоположних елементів акторської майстерності.

Як вже було зазначено в попередніх розділах, ритм, пластика і рух мають безпосередній вплив на психофізичний розвиток актора, оскільки дають можливість навчитися свідомо контролювати зовнішні прояви

внутрішніх психоемоційних процесів. Тому такі профільні пластичні дисципліни, як *ритміка*, *основи сценічного руху* та *сценічне фехтування* є необхідними для вдосконалення психофізичної координації.

Вище перераховані дисципліни мають ряд певних особливостей. По-перше, це кадровий дефіцит. Юрій Старостін стверджував, що «...викладачем сценічного руху може бути лише той, хто сам уміє робити все те, чому він навчає студентів, сам володіє всіма цими навичками» [77, с. 77-78]. І оскільки мова йде не про спортивні, а про акторські дисципліни, то й викладач, відповідно, теж повинен володіти акторською професією, для того щоб могли при потребі продемонструвати та пояснити студентам, для чого вони роблять ту чи іншу вправу. По-друге, для більшості вправ даних дисциплін необхідна наявність *партнера* (при чому в деяких випадках цим партнером виступає музикант), що робить індивідуальне відпрацювання таких вправ малоефективним, а то й навіть неможливим. По-третє, для пластичних дисциплін потрібне певне матеріально-технічне забезпечення, таке як спортивні мати, гімнастична доріжка, тенісні м'ячики, дерев'яні палиці, тренувальні шпаги тощо. А тому відпрацьовувати окремі вправи в домашніх умовах стає неможливо.

Ритміка є першою сходинкою у вивченні пластичних дисциплін, оскільки вона «...готує студентів до сценічного руху, а також до хореографії <...> та, власне, і до майстерності актора. Якщо буквально трьома словами пояснити, що таке ритміка, то це – ритм, темп і музика» [77, с. 77]. Ритмічне виховання, яке свого часу запропонував Еміль Жак-Далькроз, «...використовує систему спеціальних вправ, що спираються на зв'язок музики і рухів» [85, с. 225]. Позначення ритмів саме за рахунок зовнішніх проявів (плескання в долоні, тупотіння ногами, різка і чітка зміна пози тощо) використовується не лише музикантами, а й під час підготовки акторів. Ритміка тренує цілий ряд професійних навичок, серед яких: здатність контролювати ритм, темп і паузу, вміння скоординувати своє тіло з музикою, виразити потрібний характер дії через рух і ритм, а також здатність технічно розпрацьовувати акторський темперамент. Тренаж усіх

перерахованих навичок безпосередньо впливає на вдосконалення психофізичної координації. Розглянемо кілька основних вправ.

Акторська ритміка використовує напрацювання Жака-Далькроза, зокрема, крокування на різні чверті з відповідним диригуванням. Вже сама умова – взаємоузгодити рухи рук і ніг з музикою – є координаційно непростю задачею. Для початку потрібно дати студентам розуміння, що таке чверть, слабка і сильна доля не в теоретичному, а в практичному плані, іншими словами – через тіло. І часто може виникати ситуація, коли головою студент розуміє, коли він має зробити крок (наприклад, на першу чверть), але тіло не відповідає. Для акторської професії зрозуміти – означає зробити, тому важливо добитися чіткого усвідомлення завдання і *виконати* його. Отож, коли студенти можуть точно зацентувати потрібну музичну долю, можна добавляти диригування. Оскільки руки мають диригувати безупинно, а ногами потрібно акцентувати завчасно домовлені з викладачем чверті (наприклад, якщо музика на дві чверті, то по чотири такти акцентуємо: кожну, першу, другу, знову кожну), то виконання цього завдання вже вимагає високого рівня координації. Однак під час цих вправ тренується не фізична координація, а психофізична, тому що потрібно постійно тримати увагу (а це складова внутрішньої акторської техніки) на партнері. Партнером у цих вправах постає *музика*, яка задає темп, що в свою чергу, теж ускладнює завдання, тому що виконавцю потрібно вміти швидко і вчасно переключатися між акцентуванням. Це також тренує здатність точно працювати в конкретно обмеженому часі.

Отож, кроки з диригуванням тренують цілий ряд окремих складових, які впливають на вдосконалення психофізичної координації, адже для виконання цих вправ студент повинен чути музику, свідомо акцентувати окремими частинами тіла потрібну чверть, координувати рухи рук і ніг, встигати вчасно і чітко переключатися в межах конкретної музичної фрази. Насамкінець, актору потрібно досягнути легкості й органічності виконання даних кроків, навчитися їх виправдовувати, підключаючи свою уяву і фантазію.

Окремої уваги заслуговують вправи на відчуття колективного темпоритму. По-перше, вони тренують вміння працювати в команді, в акторському ансамблі. По-друге, відточують внутрішнє почуття темпу, що є цінною навичкою для актора (і для режисера теж). По-третє, привчають до самодисципліни, самоконтролю і акторської «холоднокровності», яка часто виручає актора на сцені в екстремальних ситуаціях. Одна з класичних вправ – колективно плескати у долоні з однаковою тривалістю пауз між ними (як метроном). Зазвичай, ще ненатренованих студентів тягне пришвидшити темп. Та з часом їхнє відчуття темпу стає точнішим, вони починають більше довіряти один одному, більш злагоджено працювати, як один організм. Після досягнення цього результату можна ускладнити вправу, додаючи паралельні прості фізичні дії (почати хаотичний рух по майданчику, перейти на біг, вибудувати коло, заплющити очі тощо). При цьому основна задача – спільно тримати заданий темп – залишається незмінною. В результаті, студенти вчаться виконувати одночасно декілька дій, як зовнішніх (плескання, фізичні рухи), так і внутрішніх (тримання темпу, відчуття колективу, самоконтроль), що позитивно впливає на вдосконалення психофізичної координації актора.

Особливістю акторської ритміки, на відміну від музичної, є адаптація вправ під різні сценічні обставини. Наприклад, є розділ «національні ритмічні характери», де через рух, пластику, ритм і музику передається колорит певної національності. Тут важливо підкреслити вплив музики на внутрішній психоемоційний стан акторів, адже якісна характерна мелодія заряджає своєю енергією виконавців, а ті, в свою чергу, транслиують це через свій акторський інструмент – тіло. Неодноразово було помічено, що під час виконання іспанського етюдів у студентів з'являється пристрасний вогник в очах, підборіддя піднімається вгору, а їхні рухи стають більш різкими, наче під час фламенко. І це є хорошою ознакою, тому що їхнє внутрішнє психоемоційне наповнення виражається через пластику. В результаті ми отримуємо доволі вражаючий ритмічний етюд, в якому поєднані різноманітні пластичні рухи, унікальні ритмічні фрази, що

постійно змінюються, та спільна командна робота, наповнена характерним емоційним настроєм, що створює особливу атмосферу. Відповідно, виконання таких етюдів вимагає від учасників високого рівня координації своєї зовнішньої та внутрішньої техніки.

Робота над акторським темпераментом теж є одним з розділів ритміки. Взаємозв'язок між цими явищами підмітив ще Жак-Далькроз: «Темперамент, очевидно, відповідає за рухову форму тілесних ритмічних явищ» [94, с. 320]. Вміння контролювати завести свій організм, розігнати його до потрібного темпу є професійною ознакою актора. На перший погляд може здатися, що суть вправ для роботи над темпераментом зводиться до того, аби досягти технічної швидкості виконання рухів. Проте, це не так. Потрібну швидкість, яка в контексті даних вправ є ознакою темпераменту, неможливо досягти без вміння розслабити своє тіло (зовнішньо й внутрішньо). Зазвичай, прискорення темпу веде за собою підвищення фізичної м'язової активності, і як наслідок – тілесний затиск. Для того, щоб уникнути цього, потрібно свідомо виконувати фізичні рухи максимально розслаблено, легко, та водночас чітко й ритмічно. В результаті отримуємо формулу: чим швидший темп – тим розслабленіший акторський інструмент. Тут важливо зацентувати, що *розслаблений* не означає *пасивний*. Відмінність полягає у тому, що розслаблене тіло постійно готове до роботи, та при цьому немає зайвого напруження. Практика показує, що з першого разу колектив не може досягти потрібного результату, та вже за кілька занять регулярної психофізичної роботи студентам вдається виконувати вправу на прискорення швидкості на дуже високому рівні, що свідчить про вдосконалення їхніх професійних елементів, зокрема й психофізичної координації.

Існує ще чимала кількість вправ з ритміки, націлених на партнерство та взаємодію з музикою [44], пластично-ритмічну координацію, роботу з паузами, ритмічну імпровізацію тощо. Кожна з цих вправ допомагає покращити рівень психофізичної координації актора, оскільки змушує свідомо поєднувати й контролювати внутрішні та зовнішні процеси.

Акторська ритміка є необхідною основою для подальшого пластичного і професіонального розвитку актора.

Другим етапом у вивченні пластичних дисциплін є **основи сценічного руху**. Юрій Старостін, який уже понад сорок років викладає пластичні дисципліни в Київському національному університеті театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого і за цей час встиг створити власну унікальну методику, резюмує: «Сценічний рух, який є дуже ефективним засобом вдосконалення психофізичних якостей і техніки виконання, технічних навичок, безпосередньо впливає на загальне покращення рухової сфери актора. Він є такою собі сумою спеціальних засобів, комплексів вправ і різноманітних завдань, в тому числі й розумових. І все це впливає на психофізичний апарат студентів» [77, с. 76]. Розглянемо, яким чином основи сценічного руху вдосконалюють психофізичну координацію актора на конкретних прикладах.

Перш за все, дана дисципліна спрямована на вміння свідомо і виразно керувати власним тілом. М'язова (фізична) координація посідає чільне місце в цьому процесі. Класичні вправи на одночасне виконання різних рухів для рук (одна рука малює коло в просторі, інша – трикутник) привчають організм на нейронному рівні до свідомого розподілення уваги на два (і більше) процеси рівномірно. Це також активує роботу двох півкуль головного мозку, що є необхідним підґрунтям для подальшого ускладнення координаційних вправ. Важливо також тренувати одночасну роботу не тільки рук, а комбінувати різні частини тіла: ноги, плечі, голову тощо. Та попри беззаперечну важливість фізичної координації, необхідно обов'язково підключати психоемоційні механізми студентів, оскільки саме вміння свідомо поєднати внутрішні процеси і зовнішню виразність є основою акторської майстерності.

Яким же чином можна підключати психоемоційні механізми студентів до координаційних вправ? По-перше, це робота з музикою, яка починається ще під час занять з ритміки. Однак взаємодія з музикою не обмежується лише чітким попаданням у ритм і темп мелодії. Це також і

обмін енергіями, наповнення фізичних рухів певним емоційним станом. Для ускладнення завдання можна попросити студентів наспівувати мелодію. Це додає ще один об'єкт уваги – голос, підключає дихання, а також уяву акторів, яким потрібно не просто вокально повторити мотив, а й передати емоційне забарвлення музичного твору (жартівливе, ліричне, запальне тощо). Таким чином до механічної фізичної дії додається робота з внутрішньою акторською технікою, що вдосконалює психофізичні вміння студентів.

Другим способом підключити внутрішні психоемоційні процеси до фізичної координації є *робота з партнером*. Хоча ми вже згадували про взаємодію з музикою, однак робота з фізичним партнером має свої унікальні особливості та тренує ті навички, які є необхідними для процесу колективної художньої творчості. Навіть якщо виконувати класичні фізичні координаційні вправи, але в парі – обличчям до партнера, дивлячись йому в очі, – то результат буде інший, аніж індивідуальне виконання завдання. По-перше, додається подразник – тіло партнера, яке виконує рухи не дзеркально, а навпаки (оскільки його ліва рука буде знаходитися з правого боку від виконавця). Це тренує холонокровність і стійкість до інших подразників, які в перспективі можуть виникати у глядацькій залі чи на знімальному майданчику. По-друге, додається зоровий контакт, який неминуче веде за собою невербальне спілкування між двома людьми. Спочатку очі партнера можуть сильно збивати виконавця, він може плутатися в рухах, випадати з ритму музики, та з часом студент звикає до спілкування через погляд. Адже, зрештою, актор повинен не просто механічно виконувати малюнок ролі, а спілкуватися з глядачем, розповідати йому історію. До речі, якщо дати завдання студентам вести неформальний діалог під час виконання парної координаційної вправи – це ще більше ускладнить вправу, що, відповідно, дасть можливість краще натренувати власну психофізичну координацію.

Ще одним цінним умінням, яке тренується під час роботи з фізичним партнером, є здатність підлаштовуватись до різного типу людей. Це

стосується як фізичних показників (зріст, стать, вага, вік тощо), так і психологічних (характер, темперамент, рівень довіри). Найбільш корисним способом для вдосконалення психофізичної координації з партнером є виконання парних підтримок та вправ на знаходження спільного центру тяжіння. Цікаво, що цінним є і результат виконаної роботи, і сам процес. Під час пошуку спільного центру тяжіння партнерам доводиться спілкуватися, домовлятися (інколи невербально), підлаштовуватися під фізичні особливості один одного задля досягнення спільного результату. Після досягнення важливим є момент спільної радості успіху, що об'єднує партнерів і зміцнює взаємну довіру. Вміння домовлятися, скоординувати свій психофізичний апарат з апаратом інших акторів дає змогу продуктивно та ефективно працювати в команді.

Виконання парних підтримок, окрім фізичної координації двох людей, тренує також тактильність і довіру. В акторській професії часто доводиться торкатися на сцені один одного, а дотик іншої людини може бути доволі інтимним або навіть дискомфортним моментом для актора. Парні підтримки допомагають зняти психофізичний затиск по відношенню до дотиків іншої людини. В даній ситуації цікаво працює зміщення уваги студентів: вони думають про якомога якісніше виконання підтримки, аніж про те, як вони будуть торкатися і взаємодіяти один з одним. У процесі роботи зникає відчуття дискомфорту, вибудовується довіра. З досвідом приходить здатність з перших секунд взаємної роботи зрозуміти, наскільки просто чи складно буде працювати з новим партнером. При перших фізичних контактах актор починає відчувати рівень довіри свого партнера, впевненості у його діях, а також практично одразу визначає, скільки зусиль потрібно буде докласти для виконання підтримки. Здатність швидко адаптуватися до нових обставин напряму залежить від рівня психофізичної координації актора. Парні підтримки є дуже ефективним засобом для вдосконалення даного елемента акторської техніки.

Важливою умовою підготовки актора, зокрема на заняттях з основ сценічного руху, є постійне підключення уяви та фантазії студентів.

Ю. Старостін неодноразово наголошував на тому, що «...основа акторського екзерсису – це і прості, і складні фізичні дії в запропонованих обставинах, це спеціальні вправи, котрі вчать конкретизувати дію з допомогою пластики тіла і голосу (мови), розкрити і акцентувати жанр, підключаючи фантазію і уяву» [76, с. 204]. Тіло актора на сцені має бути виразним, осмисленим, воно має транслювати (або в окремих випадках приховувати) внутрішній психоемоційний стан персонажа. Для цього актору потрібно чітко усвідомлювати: *що і для чого* він робить. У цьому допомагає підключення акторської уяви та фантазії, тому що занурює актора в певні запропоновані обставини, створює умови, при яких навіть елементарні фізичні рухи можуть ставати осмисленими і наповненими. Так, наприклад, механічне піднімання руки вгору може перетворитися на цілий пластичний етюд, якщо актор уявить і зіграє цей рух так, наче він вперше за своє життя зміг повернути своєю рукою. А вправи на виразність долоні можуть стати міні-казкою, якщо відігравати рухи рук як пластику рибки. Такий підхід використовували як європейські театральні педагоги («Ми починаємо з механічного виконання <...>. Далі в гру вступає дихання <...>. Як тільки цей контроль дихання опановано, я починаю пропонувати паралельні образи, які вносять драматичний вимір у рух. Використовуючи той самий рух, учні уявляють, що вони дивляться на море, слідує ритму хвиль» [95, с. 70-71]), так і українські педагоги («...треба постійно і обов'язково на заняттях зі сценічного руху підключати уяву студентів, вводити їх, коли це потрібно, в запропоновані обставини <...>. Щоб вони не просто робили перекиди вперед чи назад, а—«я їжачок» чи «я колобок» [77, с. 77]. І чим точніше працює актор, створюючи ілюзію для глядача, тим і глядач більше занурюється у створений актором світ, починає співіснувати та співпереживати персонажам, включається в дію.

Активне підключення уяви і фантазії є особливо важливим під час відпрацювання сценічних падінь. Перш за все, необхідно довести до автоматизму техніку виконання окремого конкретного падіння. Для того, щоб падіння було безпечним для актора, правдоподібним і вражаючим для

глядачів, виконавцю потрібно вміти свідомо контролювати напруження і розслаблення м'язів у конкретній послідовності. Вправи з фізичної координації допомагають добитися чіткого контролю над потрібною групою м'язів. Коли студенти опанували техніку виконання сценічного падіння, можна підключати запропоновані обставини: «Ви падаєте вперед, тому що знепритомніли», «Ви падаєте на коліна, тому що вас ззаду вдарили по голові» та ін. Іншими словами, до фізичної дії ми підключаємо акторську уяву і фантазію, тим самим тренуючи психофізичну координацію.

Більшість вправ зі сценічного руху мають комплексний характер і одночасно тренують цілий ряд необхідних для акторської професії навичок, зокрема психофізичну координацію. Ми розглянули лише частину з цих вправ. Рух у різному прояві присутній у кожній акторській роботі, у кожній ролі. Чим виразніше актор уміє користуватися своїм тілом, тим більший його потенціал для створення оригінальних сценічних образів. Заняття зі сценічного руху допомагають вдосконалити психофізичний апарат актора та навчити координувати його з іншими елементами сценічного дійства.

Сценічне фехтування, або основи сценічного бою, є третім етапом у вивченні пластичних дисциплін, що підсумовує та сконцентровує в собі усі знання і навички, набуті на двох попередніх етапах – ритміці та сценічному русі. Видатний український театральний педагог Г. Елькіс зазначав: «Весь процес роботи по сценічному фехтуванню є дуже корисним комплексом, що вдосконалює психомоторні можливості актора, виховує такі важливі елементи драматичного мистецтва, як увагу і контроль за своїми діями та діями партнера. Сценічний бій активно виховує вміння спілкуватися» [21, с. 24]. Вдосконалення психофізичних можливостей під час сценічного бою неможливе без попереднього пластичного виховання акторів. Велика кількість об'єктів уваги, складна координація, специфічна пластика, наявність зброї, відповідальність за безпеку партнера, – усі ці фактори можуть скувати непідготовленого виконавця і навіть зашкодити його професійному розвитку. Тому попередня пластична підготовка є обов'язковою для ефективного та професійного сценічного бою.

«Батальна сцена – це поєднання пересувань, ударів, захистів, акробатичних елементів, трюків зі зброєю, падінь в одну безперервну вибудовану і відрепетирувану психофізичну дію двох або більше персонажів» [48, с. 50]. М'язова координація має ключове значення для правдоподібного та безпечного сценічного поєдинку. Окрім того що актор має точно відтворювати пластику бойового прийому, йому ще й потрібно пам'ятати послідовність складних фізичних рухів і поетапно їх виконувати, змушуючи окремі групи м'язів працювати злагоджено, скоординовано, і водночас без зайвого напруження. На репетицію малюнку батальної сцени можуть іти години, що безумовно втомить непідготовленого актора. Фізична витривалість – ще один важливий елемент акторської психотехніки, який вдосконалюється під час сценічного бою.

Професійний сценічний поєдинок неможливий без вміння відчувати потрібну дистанцію між партнерами. Це унікальна навичка, що тренується на заняттях з основ сценічного бою. «Зазвичай на перших заняттях початківці скорочують дистанцію чи, навпаки, – можуть стояти задалеко один від одного. Це психологічний момент, який виникає через невпевненість у своїх діях і діях партнера, а також через бажання убезпечити себе. Для того щоб освоїти відчуття потрібної дистанції з партнером, є лише один спосіб – практичний. Регулярні заняття дають змогу відчути необхідну безпечну відстань, і з часом виконавець зможе навчитися «на око» орієнтуватися в просторі по відношенню до партнера» [48, с. 50]. Окрім відчуття дистанції, зміцнюється також довіра між партнерами. Особливо на це впливає наявність холодної зброї. Навіть спеціальна тренувальна зброя може нанести шкоду людині при необережному використанні, що підвищує рівень особистої відповідальності та уваги до партнера. Як наслідок, вибудовуються професійні стосунки, що базуються на взаємній довірі до майстерності партнера. Такі взаємостосунки позитивно впливають на кожного учасника колективної художньої творчості.

Сценічний поєдинок є різновидом сценічного дійства, у якому ритм має великий вплив на глядацьке сприйняття. Курбас писав, що ритм

«...вживається, правда, у всіх мистецтвах, бо кожний предмет має ритм. Кожна річ є перш за все ритм – у мистецтві тим більше <...>. “Ритм – це характерна для явищ система наголошеностей”» [79, с. 242]. Попередня ритмічна підготовка акторів створює надійне підґрунтя для подальшого розвитку психофізичної координації актора з музикою, тільки тепер вже у значно складніших обставинах. В нашому університеті заняття з основ сценічного бою відбуваються з музичним супроводом. По-перше, це позитивно впливає на емоційний настрій студентів. По-друге, привчає до ритмічного виконання елементів сценічного бою, де звукові акценти мають бути точкою м’язового напруження, а паузи – періодом для розслаблення. По-третє, дає простір для різноманітних ритмічних експериментів у заданому темпі. Зміщення звукових акцентів під час сценічного бою, аритмічність ударів можуть мати значно більший вплив на глядача, оскільки стають непередбачуваними, несподіваними. Однак важливо відмітити, що ця непередбачуваність і несподіваність має бути лише для глядачів. Виконавці ж повинні досконало знати партитуру сценічного поєдинку, неухильно дотримуватися ритмічно-пластичного малюнку бою і вміти свідомо керувати глядацьким сприйняттям. Ефектний сценічний бій вимагає від учасників батальної сцени високого рівня психофізичної координації.

Якісною перевіркою усіх вмінь та навичок, засвоєних під час занять зі сценічного фехтування, є виконання бойового етюдю. Перед актором стоїть складне професійне завдання: з одного боку, технічно точно і виразно виконати пластичний малюнок бою, який має органічно передавати суть конфлікту, взаємостосунки між персонажами, їхні зовнішні особливості; з іншого боку – зіграти цей конфлікт, наповнити фізичну дію відповідним психоемоційним станом. В одній зі своїх статей автор даної роботи вже підкреслював вагому роль психофізичної координації в батальних сценах: «Емоційне наповнення будь-якого сценічного поєдинку має бути так само точно відпрацьоване і побудоване, як і технічна складова <...>. В цьому й полягає значимість психофізичної координації в контексті сценічного бою

– у здатності взаємоузгодити специфічні фізичні рухи з емоційними проявами та реакціями» [48, с. 50]. Кожна професійно виконана батальна сцена відточує вміння зіграти експресивний конфлікт холонокровно і безпечно, чітко координуючи свій психофізичний апарат з партнером, зброєю, драматургією і сценічним простором.

З усього вище сказаного можна зробити висновок, що пластичні дисципліни є необхідним засобом для вдосконалення психофізичної координації актора, оскільки дають можливість навчитися свідомо узгоджувати всі основні елементи внутрішньої та зовнішньої акторської техніки.

2.3 Психофізична координація як універсальний інструмент акторської майстерності

Реалізація акторської майстерності не обмежується лише театром. Обширний діапазон засвоєних вмінь та навичок може бути використаний у різних сферах творчої діяльності, зокрема в кіноіндустрії, на телебаченні, радіо, в цирковому мистецтві, викладацькій діяльності тощо. Кожна з цих сфер має свої технічні особливості, які, безумовно, вносять зміни до способу існування і впливають на роботу актора зі своїм інструментом. І саме вміння скоординувати акторський інструмент із новими робочими обставинами є ключовим задля досягнення якісного професійного результату.

Сучасний метамодерністський театр відрізняється своєю поліжанровістю, комбінуванням стилів, використанням різноманітних технологій та експериментами зі сценічним існуванням [91]. Навчити студентів за чотири роки навчання як бути органічним і переконливим у кожному окремому жанрі неможливо. Потрібно оснастити їх тими інструментами і техніками, за допомогою яких вони зможуть адаптуватися під потрібне художнє середовище. Повернімося до аналогії зі скрипалем: той виконавець, який уміє вільно читати по нотах, має натреновані до автоматизму м'язи пальців і рук та знає, як зі своєї скрипки видобути потрібне звучання у потрібному темпі, може однаково вправно зіграти і

класичний твір, і дитячу пісеньку, і мотив рок-хіта. Оскільки психофізична координація актора є вміння свідомо координувати власну зовнішню і внутрішню техніку, свій інструмент і виконавську майстерність, то ця навичка стає ключем до професіональної акторської універсальності.

Художні особливості жанру впливають і на спосіб акторського існування. Зокрема, це проявляється в яскравості оцінок персонажа на події, що з ним відбуваються. Як правило, драматичний жанр вимагає від акторів більш глибокого психологічного переживання події, тоді як комедія спонукає до яскравої зовнішньої реакції. Це вимагає від актора вміння контролювати свій темперамент: розігнати свій психофізичний апарат до потрібної позначки.

Не менш важливою є здатність повернути свій організм у «вихідне положення», в той робочий стан, у якому актор перебував до репетиції чи вистави, оскільки занадто глибоке переживання подій, особливо трагічних, може залишити відбиток на самому виконавцю. Мова йде не про збагачення емоційного досвіду, а про емоційну *стабільність*, що є однією з ознак професіонального актора.

У сучасному театральному процесі часто можна помітити зміни кількох жанрів упродовж однієї вистави. Відповідно, змінюватиметься й спосіб існування актора, темпоритм його ролі, рівень емоційної виразності. В контексті даної ситуації здатність до швидкого і чіткого переключення є фундаментальною необхідністю, яка починає тренуватися ще під час занять з ритміки, коли студентам потрібно в певний музичний момент поміняти акцентування з сильної на слабку долю. Що стосується переключення між жанрами, то ту принцип аналогічний, змінюється лише кількість тих елементів акторської техніки, які потрібно свідомо і скоординовано поміняти.

Широкий діапазон пластичних можливостей актора має особливу цінність у сучасному соціокультурному просторі. По-перше, це дозволяє актору в тандемі з режисером сміливо експериментувати із пластикою персонажа. Наприклад, запозичувати деякі особливості зовнішньої

поведінки тварини для створення оригінального сценічного образу. Або ж віднайти унікальну пластику, яка може виглядати неприродною в побутових обставинах, але бути органічною в контексті конкретної вистави. По-друге, широкий пластичний діапазон відкриває перед актором можливості до яскравого сценічного втілення персонажів тварин, що є особливо цінним для казок і дитячих вистав. По-третє, високий рівень пластичного виховання актора дає змогу використовувати хореографію для збагачення сценічного образу. Це стосується не лише індивідуального виконання танцю, а й участі в ансамблевому хореографічному етюді. Як вже зазначалося, вміння працювати в ансамблі та відчувати темпоритм колективу є одним із проявів високого рівня психофізичної координації актора, що відкриває перед ним значно ширші художні можливості, а також допомагає зробити кожен рух на сцені осмисленим і наповненим.

Спосіб існування актора на знімальному майданчику значно відрізняється від роботи на сцені театру. Марія Івашечкіна, досліджуючи у своїй статті психофізичні техніки подолання м'язових блоків у контексті аудіовізуальних мистецтв, виділяє наступні відмінності: «1. Міміка та мікрогестика: У кіно і на телебаченні камера може наближати обличчя актора, даючи змогу зосередитись на дрібних деталях його міміки. Це вимагає від актора володіння мікрогестикою – здатністю передавати емоції через найменші рухи обличчя та очей. <...> 2. Робота з камерою: Актор у кіно та на телебаченні повинен бути свідомим позиції та руху камери. <...> 3. Монтаж та дублі: У кіно сцени знімаються не послідовно, а можуть монтуватися з різних дублів. Актор повинен зберігати емоційну консистентність, навіть якщо сцени знімаються в різний час і в різному порядку. <...> 4. Інтимність гри: Екранні мистецтва дають змогу створювати більш інтимні сцени, де актор повинен проявляти тонкі психологічні нюанси свого персонажа» [28, с. 202-203]. Для подолання наведених вище розбіжностей між способом існування на сцені та на знімальному майданчику, безумовно, потрібен досвід і практика. Окрім цього, важливим чинником для вдосконалення акторської майстерності в

кіно є свідомий підхід до роботи над роллю, розуміння механізму взаємодії внутрішньої та зовнішньої техніки. Звичною є ситуація, коли, внаслідок дуже щільного графіку та обмеженого часу, акторові доводиться керуватися лише поверхневими, «зовнішніми» задачами режисера: «Вам треба зупинитися тут, подумати, потім розвернутися на камеру, затриматися на три секунди і побігти в напрямку оператора». Робота актора – наповнити домовлений зовнішній малюнок потрібним внутрішнім психоемоційним станом, тобто скоординувати свій психофізичний апарат із відповідними обставинами знімального процесу.

Часто під час знімального процесу перед актором виникає потреба виконати нескладний трюк, наприклад, падіння або відіграти удар. Для більш серйозних трюків звертаються до професійних каскадерів, задача яких – технічно правильно, безпечно і вражаюче реалізувати потрібний елемент. В переважній більшості випадків обличчя каскадера приховується за допомогою ракурсу, одягу або гриму, і на першому місці стоїть виключно майстерність його тіла. Однак у ситуаціях, де потрібно зняти реакцію персонажа під час того чи іншого трюку, використовують акторів. У попередніх розділах було розглянуто, як психофізична координація пов'язана з падіннями та сценічним боєм у контексті підготовки акторського інструмента. На знімальному майданчику часто з'являється потреба практично втілити наявний досвід і перевірити свої навички. Юрій Старостін згадував, що багатьом його студентам «...під час зйомок в якомусь кінофільмі <...> ці навички дуже знадобилися. Вміння правильно, технічно, природно падати дало їм можливість чітко виконати завдання режисера, не травмуватися і врешті добре зіграти свою роль» [77, с. 76].

Реалізація акторської майстерності у викладацькій сфері теж має ряд своїх особливостей. Перш за все, це практичний підхід і обмін професіональним досвідом між викладачем і студентами. Неможливо якісно донести молодим акторам ті знання і допомогти навчити їх тим навичкам, якими не володієш. Людина, яка не має професійної акторської освіти не може бути викладачем у профільному навчальному закладі.

Говорячи про викладання акторських пластичних дисциплін (ритміки, основ сценічного руху, сценічного фехтування і суміжних факультативних предметів), можна стверджувати, що педагог повинен:

- чітко тримати в голові навчальну програму і контролювати послідовне її викладення;
- слідкувати за тим, щоб матеріал було подано зрозуміло і повномірно;
- контролювати техніку безпеки під час навчання (слідкувати, щоб студенти правильно виконували підтримки, елементи сценічного бою, щоб були створені безпечні умови для роботи зі зброєю тощо);
- могли особисто продемонструвати виконання певного завдання, підтримки, трюку, падіння тощо;
- вміти керувати увагою студентів (за тим самим принципом, за яким актор контролює увагу публіки; не допускати на заняттях відволікання уваги студентів на зовнішні чинники чи порушників дисципліни);
- відчувати моменти, коли увага студентів вичерпалася, дати змогу відпочити, переключитися і перезарядитися.

Окрім усього вище переліченого, викладач повинен володіти організаторськими якостями, такими як дисциплінованість, вміння довго працювати на парах, репетиціях чи знімальному майданчику, здатність налаштувати себе і колектив на потрібну «хвилю». Можна сказати, що викладач – це режисер вистави під назвою «пара», яку він грає щоразу зі студентами – своїми партнерами. Тому не дивно, що ті якості, які потрібні художньому лідеру, необхідні й викладачу. Ігор Безгін підкреслював значимість керівника в організації процесу колективної художньої творчості: «...театр – підприємство особливого роду, в якому не тільки виробнича діяльність, а й власне творчість за природою своєю теж колективна і обов'язково вимагає художнього лідерства» [4, с. 203]. Психофізична координація в цьому контексті постає не лише як складова

акторської техніки, а й як інструмент, що сприяє формуванню управлінських якостей. Йдеться передусім про здатність до емоційної стабільності, самоконтролю, швидкого реагування на зміну обставин у поєднанні з фізичною активністю та включеністю в процес. Така цілісність дозволяє не лише якісно виконувати власні творчі завдання, а й ефективно взаємодіяти з іншими учасниками процесу, підтримувати спільний ритм роботи та впливати на загальну атмосферу колективу.

Підсумовуючи усе вище сказане, можна дійти висновку, що психофізична координація є універсальним інструментом акторської техніки, яка дає можливість свідомо і стабільно виконувати різноманітні творчі завдання. Вона залишається ефективною незалежно від стилю чи жанру сценічного мистецтва, а також знаходить своє застосування в кіно та викладацькій діяльності, сприяючи повноцінній реалізації професійного потенціалу актора.

РОЗДІЛ 3

ПРАКТИКА СТВОРЕННЯ ТЕАТРАЛЬНОЇ ВИСТАВИ (НА ПРИКЛАДІ ТВОРЧОГО ПРОЄКТУ «ЧАЙКА ДЖОНАТАН ЛІВІНГСТОН»)

3.1 Творча частина роботи над проєктом

Творчий мистецький проєкт – пластична драма за повістю Річарда Баха «Чайка Джонатан Лівінгстон» – була створена з дітьми-студійцями театральної студії «Синій Птах».

Робота з непрофесійно підготовленими акторами відрізняється від роботи зі студентами профільного університету. По-перше, відсутній конкурсний відбір професійною екзаменаційною комісією. При вступі до університету кожний абітурієнт проходить спеціальний конкурс, на якому перевіряється його потенціал і творчі можливості, сила голосу, музичний слух, здатність до імпровізації тощо, і тільки після цього відбувається зарахування на навчання тих людей, які мають потрібні природні дані. У випадку з дітьми-студійцями відсутня практика конкурсного відбору, тому рівень потенційних можливостей може сильно різнитися.

По-друге, як вже було згадано в попередньому розділі, в юному віці ще не до кінця сформований психофізичний апарат людини. Деякі складні силові фізичні елементи можуть травмувати дітей, тому необхідно з особливою увагою контролювати підготовчий процес і слідкувати, щоб вправи і тренінги були безпечними і посильними для їхнього організму. Те саме стосується і роботи з емоційним досвідом: важливо розуміти, які психологічні теми дитина готова розкрити через роботу над роллю.

По-третє, графік занять та об'єм навчального навантаження у театральній студії та в профільному університеті сильно відрізняється. Якщо у студентів навчальний процес проходить комплексно, шість днів на тиждень і включає широкий спектр дисциплін (майстерність актора, сценічна мова, ритміка, основи сценічного руху, вокал, танець, теоретичні дисципліни), то у студійців заняття проходять всього двічі на тиждень по

півтори години. Відповідно, об'єм навчальної інформації, який можливо дати дітям, значно менший, тому доводиться відбирати виключно необхідні для вистави вправи і тренажі.

Оскільки інсценізація повісті Річарда Баха «Чайка Джонатан Лівінгстон» вимагала використання прийомів умовного театру, то першочергово потрібно було дати дітям теоретичне, а головне – практичне розуміння, чим умовний театр відрізняється від життєподібного. Для цього було використано метод порівняння в умовах практичної роботи студійців: спершу їм потрібно було створити побутовий етюд з конфліктною ситуацією (абсолютна більшість використовували реалістичні умови існування: побутовий реквізит, декорації тощо), а потім зіграти цю ж ситуацію, але вже в повністю порожньому сценічному просторі. Перші проби були невдалими. Однак пізніше, спираючись на власний досвід і на роботу одногрупників, у дітей почало формуватися уявлення про те, що таке умовний спосіб існування актора на сцені.

Окрему увагу приділяли координаційним вправам. Кожне заняття підготовчого періоду починалося із вправ на м'язову координацію. Потім ускладнювали ці завдання, додаючи інші об'єкти уваги та запропоновані обставини. Згодом почала з'являтися чіткість виконання вправ, а після цього – легкість і задоволення від процесу. Не менш важливими були вправи на колективне ансамблеве існування, для того щоб діти навчилися працювати як один механізм. Надзвичайно корисні для цієї мети вправи з ритміки, зокрема утримання плесканням у долоні одного ритмічного малюнку, існування в спільному темпоритмі з додаванням паралельних фізичних задач, а також хрестоматійні вправи на основі броунівського руху.

Паралельно із тренажем на ансамблевість та умовний спосіб існування проходила робота над пластикою. Ми розуміли, що доведеться шукати особливу пластику для образу чайок, при цьому не перетворюючись у натуралістичне копіювання зовнішньої поведінки птахів, тому роботу над розширенням пластичного діапазону почали заздалегідь. Для цього ми використовували вправи з основ сценічного руху, що стосувалися імпульсів,

хвилеподібних рухів, парних підтримок та пластичних фантазій. Більшість напрацьованих елементів зрештою було використано безпосередньо у творчому проєкті.

Був невеликий період, коли заняття з дітьми тривали дві з половиною години. У перерві між акторським тренажем ми робили десятихвилинну перерву на читання книги Еріха Фромма «Мистецтво любові». Ця книга була вибрана не випадково, оскільки саме тема любові – одна з центральних у повісті «Чайка Джонатан Лівінгстон»: «Ти просто повинен бачити кожну чайку такою, яка вона є насправді, бачити в усіх добро і допомагати їм, аби вони й самі змогли побачити свою істинну сутність. Ось що я називаю любов'ю» [3, с. 120].

Ознайомлення із книгою «Мистецтво любові» допомогло дітям подивитися на поняття «любов» на більш осмисленому рівні. Під час репетицій ми неодноразово поверталися до прочитаних тез і думок Еріха Фромма, аналізуючи прояви любові в контексті сюжету вистави. Дана практика мала ще одну велику перевагу: допомагала створювати довірливу творчу атмосферу, де панувала повага, відповідальність і турбота – явища, які Фромм визначав як основу *братньої любові*: «Ідеться насамперед про відчуття відповідальності, турботу й знання про іншу людину, бажання покращити її життя. <...> Братська любов – це відчуття зв'язку з усіма людьми, людська солідарність, людська єдність. Її основою є відчуття, що ми всі становимо собою одне ціле» [82, с. 80]. Зрештою, це позитивно вплинуло на формування цілісного творчого колективу, а також на більш чітке усвідомлення теми вистави.

Перехідним періодом між підготовчим та репетиційним процесом була читка й аналіз повісті «Чайка Джонатан Лівінгстон». Символізм та філософське підґрунтя даного матеріалу мають колосальний потенціал, який не обмежується однією конкретною ідеєю. Під час роботи над виставою потрібно було відібрати ті теми і проблеми, які були б, по-перше, цікаві й близькі для виконавців, а по-друге, мали б актуальність та культурну користь для дітей-студійців (що є принципово важливим

аспектом у процесі формування свідомої української молоді). Таким чином, було обрано дві основні теми вистави: любов і свобода.

Сам автор повісті неодноразово торкався питання свободи: «Насправді кожен з нас — це живий образ Великої Чайки, необмежена ідея свободи, <...> Усе, що нас обмежує, треба відкинути» [3, с. 92]; «Ми вільні летіти, куди захочемо, і бути такими, як є» [3, с. 94]; «...чому найважче у світі — це переконати птаха, що він вільний, адже він сам може пересвідчитись у цьому, досить лише докласти трохи зусиль! Чому це так важко?» [3, с. 117-118]. В умовах жорстокої екзистенційної боротьби українців за власну національну свободу дана тема набуває не лише індивідуального, а й масштабного соціального значення.

Репетиційний процес почався із пошуку способу існування і пластики земних чайок. Оскільки у повісті протиставляються два соціальні середовища – згряя земних чайок і небесні чайки, то потрібно було зробити за допомогою художніх засобів так, щоб вони відрізнялися. Перш за все, необхідною була очевидна пластична відмінність. Логіка створення пластики земних чайок базувалася на протиставленні небесним. Якщо ми беремо небесних чайок за еталон – то земні повинні відходити від цих еталонних норм. Для виконання цієї творчої задачі «Психофізична координація – це своєрідний універсальний ключ <...>. Розуміючи і знаючи основи і правила, актор зможе зробити неправильно, якщо того буде вимагати задум режисера чи концепція сучасної вистави. Потрібно буде існувати не природно – для цього треба розуміти, як існувати природно» [46, с. 140]. Таким чином, пряма постава змінилася на скручену, згорблену фігуру, випрямлене положення ніг набуло ознак рахіту (коліна зігнуті всередину або ж вистромленні назовні), руки як образ крил – частково атрофовані, оскільки задіяні лише під час польотів для пошуку їжі.

Згорбленість постави була викликана не лише суто зовнішніми, а й внутрішніми причинами, які й впливали на пластику персонажа. У випадку із образом земних чайок доречно буде згадати пояснення Степана Бондарчука щодо напрямків руху і їхнього смислового означення:

«Пасивний стан в напрямкові вниз виявляє: горе, смерть, хворобливість, нікчемність, безсилля, падання перед другими, повзання, убитість, безвихідність, смерть» [9, с. 178]. Більшість із наведених ознак характеру притаманні зграї земних чайок. Таким чином, створювався не просто пластичний, а *психофізичний* сценічний образ.

Цінною підказкою від автора повісті щодо образу земних чайок були наступні рядки: «...вони не бачать далі кінчиків своїх крил!» [3, с. 77]. Варто зупинитися більш детально на цьому моменті, оскільки погляд мав особливий вплив на створення сценічних образів і земних, і небесних чайок. Під час репетицій часто доводилося користуватися поняттям «четверта стіна», особливо в контексті умовного способу існування. Згідно з методикою відомої голлівудської тренерки з акторської майстерності Івонни Чаббак, дуже важливо чітко визначити, чим саме буде являтися четверта стіна, оскільки це впливає на рівень занурення актора в запропоновані обставини, і як наслідок – на органічність його існування [88]. В процесі перших репетицій асоціативно виник образ *горизонту* як символу необмеженої свободи і простору, і з часом даний образ став частиною умовної сценографії. Таким чином, погляд земних чайок був спрямований кудись собі під лапи, націлений на пошук їжі, якоїсь легкої здобичі, яка валяється під ногами, в той час як погляд Лівінгстона та інших небесних чайок був спрямований на горизонт.

Працюючи над виставою, ми приділяли увагу не лише пластичній складовій, а й внутрішньому психоемоційному та смисловою наповненню дійства. Для нас важливо було створити такий образ земних чайок, який би викликав відторгнення у глядача, бажання не стати такою ж соціальною одиницею. Еріх Фромм описував дуже подібний до земних чайок тип спільноти, але якщо Річард Бах робив це в художній формі, то Фромм – у науковій: «Це спільнота, де індивідуальність великою мірою зникає, де головна мета – належати до натовпу. Якщо я такий, як і будь-хто інший, якщо в мене немає відчуттів або думок, що вирізняли б мене, якщо мої звички, одяг та ідеї є відповідними до тих, що панують у групі, то я в безпеці

– врятований від почуття самотності, що мене лякає» [82, с. 36-37]. Одразу звертаємо увагу на образ однорідної маси, що складається начебто з окремих осіб, але при цьому позбавлених індивідуальності. Для сценічного вирішення даного образу ключовим інструментом було вміння координуватися з колективом, існувати як один організм. Але не тільки в технічному – зовнішньому – аспекті. Потрібно було також відчувати емоційну тональність образу, створити необхідну атмосферу дискомфорту, хижості, однотипності. Під час роботи над образом земних чайок ми неодноразово поверталися до тез Фромма, обговорюючи ті суспільні теми і проблеми, з якими вже встигли зіткнутися діти, і які були для них зрозумілими, для того щоб потім – на сцені – розкрити ці проблеми перед глядачем.

Важливою деталлю, що доповнювала та підсилювала виразність образу земних чайок, була звукова складова. Використовуючи метод спостереження та відтворення, ми вивчали відеозаписи чайок, де зафіксований їхній крик, відтворювали спершу анатомічну подібність (широко розкритий рот-дзьоб, опущений язик), а потім намагалися максимально подібно добути звук крику чайок. Шумовий ефект, який виникав унаслідок хорového «крику земних чайок», мав негативний вплив на сприйняття глядачів, що, власне, і було художньою метою, яку ми поставили перед собою, створюючи образ земних чайок: «Цей образ, ця поведінка мають викликати в глядачів відразу, дратування, аби їм не хотілося ставати подібними».

Таким чином, образ земних чайок – це ансамблевий художній образ, створений за допомогою зовнішніх та внутрішніх акторських інструментів, таких як пластика, голос, концентрація, атмосфера, характер. Психофізична координація кожного учасника даного образу мала ключове значення для успішної сценічної реалізації.

Повість «Чайка Джонатан Лівінгстон» дає широке поле для творчих шукань та експериментів, оскільки сам матеріал насичений великою кількістю символічних образів, які відтворити в побутових реалістичних

умовах було би вкрай важко: море, образ птахів, польоти не лише в повітрі, а й у просторі й часі, багатотисячні зграї, далекі скелі тощо. В контексті дослідження психофізичної координації актора в площині практичного застосування, пошук шляхів сценічної реалізації вище перерахованих художніх образів викликав особливий творчий інтерес.

Ось наприклад, початок повісті, перші речення, що задають місце дії: «Був ранок, і золоті промені сонця вигравали на легких хвилях тихого моря. Десь за милю від берега закинув сіті рибальський човен, і звістка про це вмить долетіла до Зграї, що чекала сніданку. Ще мить — і тисячі чайок злетілися до човна, щоб вибороти собі якусь поживу» [3, с. 5]. Хвилеподібні рухи, як вже було зазначено, є одним із розділів сценічного руху, який вдосконалює психофізичну координацію акторів. Та в контексті наведеного вище фрагменту пластичні хвилі стали практичним інструментом для вирішення сценічного образу моря. Потрібно було лише вибудувати мізансценічний малюнок акторів на сцені, домовитися про темп, амплітуду і напрям хвиль, і напрацювати узгодженість між акторами, щоб рух починався з глибини сцени і «накочувався» на перші ряди.

Для підсилення образу і створення відповідної атмосфери, як і у випадку із земними чайками, був доданий звуковий ефект (актори на видиху зі звуком [ш] імітували шум хвиль, які припливають і розбиваються об приморські скелі). Потім з цих хвиль «виринала» риба (ще одне практичне застосування вправи зі сценічного руху, спрямованої на розвиток пластики долоні). У цьому короткому епізоді від актора вимагався високий рівень психофізичної координації, тому що рука-риба спершу повинна була існувати «окремо» від персонажа, а потім інша рука хапала цю рибу наче кігтями і відправляла до дзьоба. І зрештою, хвилі-актори миттєво перетворювалися на земних чайок, які прилетіли полювати собі поживу.

Таким чином, уже з перших речень автор пропонує велику кількість художніх образів, які створюють простір для творчих шукань та експериментів. Реалізація вищеперерахованих сценічних образів була б неможливою без належного рівня психофізичної координації акторів.

Особливу увагу під час репетиції було приділено сцені Великої Ради. Ще під час читки асоціативно виник образ первісних ритуальних обрядів, що супроводжувалися ритмічним музичним супроводом. Внаслідок цієї асоціації з'явилася ідея створити щось на кшталт ритуального соціального жертвоприношення, у якому бере участь вся спільнота – зграя. Та оскільки образ земних чайок будувався як прототип соціальної маси, що не має власної думки і лише піддається настанові «головного», то нам потрібно було виокремити і створити образ «головної чайки» – Старійшини, який і задавав напрямок розвитку подій, нав'язував «потрібні» думки своїй зграї.

Передати процес, коли маса піддається командам вождя, вдалося за допомогою ритмічно-шумового наслідування за Старійшиною. Тобто, вождь задає словесну думку, підкріплює її ритмічною реплікою – і зграя повторює. Окрім цього, ритміка сцени передавала також атмосферу напруження: спочатку пульс зграї був стриманий (вождь задавав темп і ритм такту на 4 чверті, а інші акцентували цілу ноту на першу чверть), потім цей пульс починав прискорюватися (акцент на першу і третю чверть), далі розганявся до кожної чверті, і зрештою вдвічі прискорювався, доки не перетворювався на хижий хаотичний гвалт. Разом із технічним прискоренням ритму, збільшувався рівень емоційного збудження, темпераменту, нерву всієї зграї. При цьому, ритмічний хаос був чітко вибудований і свідомо контролювався акторами.

Окремої уваги варта сцена після Великої Ради, де відбувається роз'єднання Джонатана і його батьків. З психологічної точки зору – це дуже важка сцена, адже йдеться про біль втрати. Принципово важливо було донести дітям, що це лише гра, вибудована психофізична партитура, яку вони повинні виконати як артисти. І трагізм даної сцени в першу чергу досягається за рахунок пластики й голосу, а вже потім – підключення особистих емоцій. Власне, це провідна думка праці Дені Дідро «Парадокс про актора» – під час найтрагічніших сцен актор повинен залишатися з «холодною головою», а точність і правдоподібність його існування

визначається виключно акторською майстерністю та якістю репетиційного процесу [20].

Ще одним ансамблевим образом, цінним для даного дослідження, був дощ. Він грав роль перехідного етапу для Лівінгстона між його минулим способом життя і майбутнім, символом очищення від звичаїв і причетності до зграї земних чайок: «Так само спокійно він долав туманну запону над морем і проривався до світлого чистого неба — у той час як усі чайки лишалися на землі, і гадки не маючи, що в небі над ними існує щось інше, крім туману й дощу» [3, с. 41]. Перед акторами стояло творче завдання: за допомогою виключно шумових звуків створити ілюзію дощу. Дана сцена відбувалася у повній темряві після активних подій Великої Ради. Починалася з тиші, яка мала контрастувати з гвалтом попереднього епізоду. І з цієї тиші виникали звуки падіння перших крапель дощу (технічно це відтворювалося клацанням пальців), потім краплі більшали (плескання долонь об ноги), дощ сильнішав, наростав темпоритм, а в момент блискання (спалах світла на сцені) актори підстрибували, вдаряючи ногами об сцену для створення звуку грому. Ключовим для реалізації образу дощу було вміння акторів відчувати темпоритм колективу.

Робота над образом небесних чайок здебільшого стосувалася роботи над внутрішнім психоемоційним станом, над індивідуальним розумінням кожного актора понять «свобода» і «любов». Також потрібно було знайти сценічне вирішення для зовнішнього прояву цих явищ.

Опираючись на підказки автора повісті («...найкращим виявом любові стала для нього можливість передати свої знання тій чайці, яка чекає слухної нагоди, аби пізнати щось нове» [3, с. 76]), ми експериментували з різними варіантами *передачі*: віддавали частину своєї ваги, імпульси, довіряли свій центр тяжіння партнеру тощо. До речі, процес *передачі* як ознаки прояву любові відмічав і Ерїх Фромм: «Що одна людина дає іншій? Вона віддає себе, найцінніше, що має, своє життя. <...> вона віддає те, що в ній живе; віддає свою радість, інтереси, своє розуміння, знання, гумор і смуток — усі прояви свого життя. Віддаючи таким чином своє життя, вона

збагачує іншу людину, насичує її життєву силу – і водночас своє відчуття життя» [82, с. 51-52]. Внаслідок цих творчих шукань був знайдений спосіб існування, який базувався на внутрішній і зовнішній легкості, постійній взаємодії один з одним, розкнутості, відчутті взаємної довіри між усіма небесними чайками, а також на особливому трепетному ставленні до дотиків та тілесних контактів.

Контрастні зміни відбулися й у пластиці чайок: скручена атрофована постава земних «повернулася» до свого нормального еталонного вигляду – пряма постава, рівні ноги й руки, погляд – націлений на горизонт. Помітних змін також зазнав костюм: якщо у земних чайок костюм був скований канатами, мотузками та іншими речами, які «обмежують свободу», то у небесних ці аксесуари були відсутні.

Ще одна ознака небесних чайок – вміння літати. Значення польоту для птаха ми прирівняли до свободи мислення людини. Таким чином, увесь фізичний процес літання звівся до символічного жесту, набув умовної пластичної форми, яка лише була тлом для прояву свободи особистого вибору: що я хочу робити? в якому напрямку рухатись? ким бути?

Повість Річарда Баха «Чайка Джонатан Лівінгстон» є надзвичайно багатим для експериментів матеріалом. Внаслідок процесу колективної художньої творчості над даною виставою вдалося досягнути багатьох цілей. По-перше, актори-студійці отримали практичне розуміння того, що таке «умовний театр». По-друге, даний проєкт допоміг зміцнити робочі та особисті взаємовідносини між усіма учасниками творчого процесу. По-третє, діти мали змогу на своєму рівні осмислити й усвідомити значення понять «свобода» і «любов». По-четверте, робота над виставою «Чайка Джонатан Лівінгстон» дала можливість вдосконалити рівень акторської майстерності кожного задіяного актора. Психофізична координація стала ключовим інструментом для реалізації даного творчого проєкту.

3.2 Організаційна частина роботи над проєктом

Режисер є організатором процесу колективної художньої творчості. Він, як диригент оркестру, підбирає матеріал, розбирає, аналізує його з виконавцями, задає темпоритм, виставляє потрібні акценти, вказує на фальшиве звучання інструмента, слідкує за синхронним злагодженим звучанням твору тощо. Окрім цього, режисер повинен володіти й організаторськими навичками, адже йому потрібно налаштувати роботу цілого колективу, спрямувати творчий рух окремих індивідуальностей в одному напрямку. Яким же чином психофізична координація здатна посприяти організаційному процесу?

У даному дослідженні вже було з'ясовано, яким чином психофізична координація впливає на здатність свідомо керувати власним організмом у контексті навчального чи творчого процесу. Режисер, як безпосередній учасник репетиційного творчого процесу, повинен теж вміти чітко координувати організм. Не стільки свій власний, а скільки організм творчого колективу. Кожний актор, як окрема частина тіла, має вміти працювати як синхронно – так і самостійно, як ритмічно – так і хаотично; і за усім цим процесом повинен слідкувати режисер. Тобто, вміння скоординувати руки і ноги виходить на більш масштабний рівень і перетворюється на здатність поєднати роботу двох абсолютно унікальних людей.

Нерідко під час процесу колективної художньої творчості виникають суперечності та конфліктні ситуації, оскільки скоординувати протилежні думки різних акторів – задача значно складніша, ніж скоординувати ліву й праву руку. Видатний театральний менеджер Ігор Безгін приділяв особливу увагу вирішенню конфліктних ситуацій у колективі: «Колективним характером художньої творчості в театрі зумовлено поєднання творчої свободи особистості художника з принципами колективної взаємодії, незалежності – з підкоренням вимогам, що визначають колективну творчу працю. Тому згуртувати колектив театру, захопити ідеєю творчого

однодумства, спрямувати його зусилля на здійснення єдиного задуму і досягнення визначеної мети – завдання складне і відповідальне» [4, с. 129].

Вже на етапі читки матеріалу виникли перші початки непорозуміння в колективі, тому що для дітей перспектива грати птахів виглядала сумнівною. Окрім логічної аргументації, ідейного аналізу та змалювання творчих можливостей, які відкриває повість Річарда Баха, доводилося «заражати» дітей і в емоційному плані, надихати і закохувати їх у даний матеріал. А для цього потрібно вміти впливати на партнера, відчувати рівень його довіри, шукати спільні емоційні точки дотику, для того щоб зрештою скоротити дистанцію між акторами та виставою.

Також важливо було пояснити дітям стиль майбутнього проєкту, задати психоемоційний тон дійства, показати акторам напрямок, у якому слід рухатися і експериментувати. Ключовим інструментом для досягнення даної мети був особистий приклад, адже коли актори бачили, що режисер є безпосереднім співучасником, партнером, знаходиться з ними «на одній хвилині», це стимулювало їх до власних творчих шукань і пропозицій, заохочувало до колективного співавторства та піднімало ентузіазм, бажання творити.

«Творчо-виробничий процес – це, насамперед, безперервне подолання суперечностей, а оскільки театр є колективним художником, то розв'язання суперечностей – звичайна щоденна праця його керівників» [4, с. 217], – стверджував Ігор Безгін. Уникнути суперечностей під час роботи над творчим проєктом «Чайка Джонатан Лівінгстон» теж не вдалося. Якщо локальні творчі розбіжності вдавалося вирішити під час репетиції швидко і конструктивно, то організаційні конфлікти вимагали здатності «мислити з холодною головою» [20].

Особливо гостро це відчувалося у передпрем'єрний період, коли рівень загальної відповідальності зростав, і це сильно впливало на психоемоційний стан учасників творчого процесу. Тому, важливо було перш за все знайти шляхи вирішення організаційних суперечностей і в жодному разі не дозволити емоціям взяти контроль над організмом. Власне,

це перегукується з розділом «розслаблення-напруження м'язів», але в контексті даної проблеми мова йде про вміння контролювати рівень внутрішньої психоемоційної напруги.

Для того, щоб репетиції були продуктивними, ефективними та творчими, важливим є вміння відчувати партнера, його настрій, стан, рівень залученості, фізичної готовності тощо. Режисер працює з «оркестром акторських інструментів», а акторський інструмент – це його тіло і голос. Закономірно, що різні життєві обставини, зокрема втома, виснаженість, стрес тощо, впливають на якість «звучання» цих інструментів. Тому режисеру дуже важливо вміти відчувати партнера, відчувати атмосферу колективу, рівень готовності до творчого процесу, а також знати механізми, за допомогою яких, у разі потреби, можна налаштувати акторів на потрібний робочий тон.

Таким чином, психофізична координація постає не лише як інструментом акторської техніки, а й як універсальна навичка, що дозволяє свідомо контролювати різні аспекти творчої колективної діяльності. Створення театральної вистави – це комплексний багатогранний процес, що вимагає високого рівня професійної підготовки усіх учасників. Психофізична координація грає ключову роль в організації процесу колективної художньої творчості – процесі складному, але неймовірно цікавому і важливому.

ВИСНОВКИ

У науковому обґрунтуванні творчого мистецького проєкту здійснено комплексне теоретичне осмислення ролі психофізичної координації в організації процесу колективної художньої творчості при створенні театральної вистави. На основі аналізу сучасних театрознавчих та педагогічних концепцій, особистого акторського та викладацького досвіду, а також унаслідок мистецької практики створення вистави «Чайка Джонатан Лівінгстон», було досягнуто поставленої дослідницької мети.

Запропоновано термінологічне визначення поняття «психофізична координація» в контексті сценічного мистецтва: простежено вплив психофізичної координації на процес колективної художньої творчості з точки зору акторської, режисерської та викладацької діяльності.

У контексті акторської діяльності психофізична координація набуває специфічного значення. Вона перестає бути лише умовою ефективної рухової діяльності й трансформується в основу творчого процесу, де кожен рух, жест або мізансцена є носієм смислу, емоції та драматургічного наміру. Таким чином, психофізична координація актора постає не як суто фізіологічна чи психологічна функція, а як складний багаторівневий механізм, що забезпечує єдність внутрішнього переживання та зовнішньої сценічної дії.

З точки зору режисерської діяльності, психофізична координація постає ефективним засобом для досягнення високого продуктивного рівня репетиційного процесу, а також надає широкий діапазон творчих інструментів для художніх експериментів під час створення театральної вистави.

У викладацькій сфері психофізична координація дає змогу викладачу задавати якісно вищий рівень підготовки майбутніх професіоналів, оскільки впливає на ключові фактори навчального процесу.

Проаналізовано вплив ритму, пластики й руху на дослідження психофізичної координації, а також її місце серед світових та вітчизняних театральних методів.

Виокремлено основні елементи в організації процесу колективної художньої творчості та їхній взаємозв'язок із рівнем психофізичної координації акторів та режисера.

Проаналізовано практичний досвід зарубіжних та вітчизняних викладачів, зокрема напрацювання Ф. Дельсарта, Е. Жака-Далькроза, Ж. Лекока, Леся Курбаса, С. Бондарчука, Г. Елькіса, Ю. Старостіна та ін., та їхній вплив на розвиток профільних пластичних дисциплін.

Досліджено вплив профільних пластичних дисциплін (ритміка, основи сценічного руху та сценічне фехтування) на вдосконалення психофізичної координації актора, а також виокремлено основні особливості процесу підготовки акторського інструмента.

Розроблено спеціальний курс «Психофізична координація в акторській майстерності», спрямований на формування у здобувачів вищої освіти цілісного розуміння психофізичної природи акторської діяльності та розвиток здатності свідомо використовувати психофізичну координацію як практичний інструмент в процесі роботи над роллю в різних жанрово-стильових контекстах.

Доведено, що психофізична координація є універсальним інструментом акторської техніки, що дає можливість досягати стабільного професіонального результату у різних сферах, зокрема в театрі, кіно, каскадерстві та викладацькій діяльності.

Виокремлено особливості відмінностей у підготовці студентів профільних університетів та учасників аматорських театральних студій.

У процесі вивчення та аналізу повісті Річарда Баха «Чайка Джонатан Лівінгстон» виокремлено перелік сценічних образів та художніх задач, реалізація яких необхідна для створення театральної вистави.

На основі повісті «Чайка Джонатан Лівінгстон» досліджено роль психофізичної координації у створенні сценічних образів, що базуються на виразному пластичному способі існування.

Розглянуто процес підготовки та створення ансамблевих сценічних образів: зграя земних чайок, море, дощ, небесні чайки. Проаналізовано значення успішного втілення даних образів для розкриття теми та ідеї вистави.

Досліджено роль психофізичної координації в контексті організації процесу колективної художньої творчості при створенні театральної вистави за повістю Річарда Баха «Чайка Джонатан Лівінгстон».

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамович О., Кудренко А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. Молодий вчений, 9 (73), 2019, с. 133–136.
2. Алексюк А. Педагогіка вищої освіти України: Історія. Теорія. Підручник для студентів, аспірантів та молодих викладачів вищих навчальних закладів. Київ: Либідь. 1998. 557 с.
3. Бах Р. Чайка Джонатан Лівінгстон: Повість / Пер. з англ. Д. О. Радієнко; Худож.-оформлювач Л. Д. Киркач-Осипова. — Харків: Фоліо, 2007. 127 с.
4. Безгін І. Д. Мистецтво і ринок : нариси. — Київ : ВВП «Компас», 2005. 544 с.
5. Безгін О. Фахові особливості театральної освіти : монографія. Київ : Освіта України, 2013. 291 с.
6. Бельський С. Сценічний рух — основа органічної поведінки актора. Культура України. 2012, 39, с. 213–224.
7. Бобошко Ю. Режисер Лесь Курбас. Київ: Мистецтво. 1987. С. 32-39.
8. Богданович О. Я б не рекомендував нікому приходити на прем'єри, тому що прем'єра – це стрес [Електронний ресурс] / Олексій Богданович ; інтерв'ю взяла Любов Базів // Укрінформ. – 2021. – 5 червня. – Режим доступу: <https://ft.org.ua/news/oleksii-bogdanovic-aktor-teatru-i-kino-uk> (дата звернення: 30.01.2026).
9. Бондарчук С. Майстерство актора. Мімограмота. Київ: ПП «Євро-Волинь». 2023. 218 с.
10. Бортник К. Місце дисципліни «Основи сценічного руху: історичний етикет» у фаховій підготовці сучасного актора та її зв'язок з предметами професійного та практичного циклу. Культура України. 2021. №. 74. С. 41–46. URL: <https://doi.org/10.31516/2410-5325.074.07> (дата звернення: 30.01.2026).
11. Бусол А., Бусол В., Кроншталь Г., Цибульський М. Сценічний рух як складова професійної підготовки студентів спеціальності акторська

майстерність. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип. 17. Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського. Вінниця : ТОВ «Ландо ЛТД», 2014, с. 34–41.

12. Верховинець В. М. Теорія українського народного танцю. — Київ : Музична Україна, 2008. — 150 с.

13. Веселовська Г. Український театральний авангард. Київ : Фенікс, 2010. 368 с.

14. Владимірова Н. Історія театру Західної Європи і США : навч. посіб. Київ : Ліра-К, 2020. 408 с.

15. Гвоздій С., & Устянська О. Професійні ролі викладача вищої школи у підготовці майбутніх фахівців. Освітологічний дискурс, 2019, (1–2(24–25)), с. 141–160.

16. Гончаров О. П. Психічна саморегуляція у процесі викладання сценічного руху в акторів: методичні рекомендації на основі власного досвіду [Електронний ресурс] / О. П. Гончаров // Електронний архів Національної музичної академії України імені П. І. Чайковського. — Режим доступу: <http://e-archive.knmau.com.ua/handle/123456789/346> (дата звернення: 30.01.2026).

17. Гринишина М. Новітня музикологія театру Леся Курбаса 1910–1930-х років. Науковий вісник Київського національного університету театру кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2023, 32, с. 18–29.

18. Гротовський Є. Театр, ритуал, перформер. Львів : Літопис, 1999. 185 с.

19. Гусакова Н., Штефюк В. Техніка актора як фундаментальний орієнтир пізнання та удосконалення природи професійної діяльності. Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. № 2. Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 286–290.

20. Дідро Д. Парадокс про актора. Київ: «Мистецтво». 1966. 146 с.

21. Елькіс Г. Сценічне фехтування. Київ: «Мистецтво». 1971. 166 с.

22. Елькіс Г. Сценічний бій як засіб пластичної виразності.

Український театр, 1973, 4, с.29-31.

23. Єрмакова Н. Актор з погляду педагогіки: із практики мистецького об'єднання «Березіль». Український театр, 2008, 2. С. 21-24.
24. Єрмакова Н. Березільська культура: Історія, досвід. Київ : Фенікс, 2012. 512 с.
25. Життя і творчість Леся Курбаса / упоряд., наук. ред. Богдан Козак. – Львів ; Київ ; Харків : Літопис, 2012. – 656 с. + 104 с. ілюстр.
26. Захарченко А. Значення темпо-ритму у драматичній виставі. Науковий вісник Київського національного університету театру кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2022, 31, с. 16–23.
27. Зінич О. Пластична взаємодія різних образних систем у мистецтві балету (аспект співвіднесеності музичного та хореографічного руху). Студії мистецтвознавчі: Театр, музика, кіно. 2015 Число 1 (49). С. 14-24.
28. Івашечкіна М. Психофізичні техніки подолання м'язових блоків як елемент роботи режисера аудіовізуальних мистецтв з актором. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2024. 34. С. 199-206.
29. Івашечкіна М. Психофізичні техніки у роботі режисера аудіовізуальних мистецтв з акторами: питання дефініції, системи та практичного функціоналу. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2025. 37. С. 212-219.
30. Івашечкіна М. Техніки опрацювання «тілесної виразності» як елемент психофізичного тренінгу актора в контексті аудіовізуальних мистецтв. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2025. 36. С. 174-181.
31. Ігнат'єва Н. Тренінг у процесі занять зі сценічного руху. Культура України. 2022. №. 76. С. 139–143. DOI: <https://doi.org/10.31516/2410-5325.076.15> (дата звернення: 29.04.2026).
32. Кирилюк В. Дихання в хореографії: навч. посіб. Київ: ДАКККіМ, 2009. 160 с.

33. Клековкін О. *Theatrica* : Лексикон / Інститут проблем сучасного мистецтва Національної академії мистецтв України. Київ : Фенікс, 2012. 800 с.
34. Клековкін О. Історіографія театру: Напрями. Школи. Методи. Постаті: навчальний посібник. Київський національний університет театру, кіно і телебачення ім. І. К. Карпенка-Карого. Київ: АртЕк. 2017. 336 с.
35. Клековкін О. Лесь Курбас: Система і метод. Протоколи // Український театр. – 1998. – № 1–5. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу:
https://shron1.chtyvo.org.ua/Klekovkin_Oleksandr/Les_Kurbas_Systema_i_metod_Polemichni_notatky.pdf (дата звернення: 16.11.2025).
36. Коломієць В. Ідеї ритмопластики Еміля Жак-Далькроза в танцювальних студіях Радянської України кінця 1910-х – початку 1920-х років. Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв: наук. 2024, № 1. С. 285-290.
37. Корнієнко В. Теоретичні засади та практичний досвід менеджменту в театральній-видовищній сфері України: модерні та постмодерні аспекти. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2025. 36, с. 30-37.
38. Корнієнко Н. Лесь Курбас: репетиція майбутнього. Київ : Либідь, 2007. 336 с.
39. Кох І. Основи сценічного руху: 38 урок. К.: Мистецтво. 1966. 104 с.
40. Крег Е. Г. Про мистецтво театру / пер. з англ. Н. М. Корнієнко, Л. С. Танюка. Київ : Мистецтво, 1974. 304 с.
41. Курбас Л. Березіль: із творчої спадщини. Упоряд. і прим. М. Лабінський; передм. Ю. Бобошко. Київ : Дніпро, 1988. 520 с. URL:
<https://elib.nlu.org.ua/view.html?&id=5601> (дата звернення: 30.01.2026).
42. Курлянд З. Педагогіка вищої школи. Київ: Знання. 2005. 486 с.

43. Левицький О. Актор і музика: взаємодія, координація, партнерство. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2024, 35, с. 109-114.

44. Левицький О. Взаємодія актора з музикою в контексті психофізичної координації: матеріали конф. ІХ Міжнародна науково-практична конференція «Сучасні дослідження в галузі культури і мистецтва» Київський національний університет театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2024, с. 107-108.

45. Левицький О. Збереження традицій сценічного фехтування в сучасних інтерпретаціях класичних п'єс (Preserving the Traditions of Stage Fencing in Modern Interpretations of Classical Plays): матеріали конф. VII Міжнародна наукова конференція «Традиція та сучасність», 2024, с. 73-74.

46. Левицький О. Підготовка актора до викликів сучасного мистецтва: матеріали конф. Міжнародна науково-практична конференція «Митець. Мистецтво. Споживач. Зміна диспозицій». Інститут проблем сучасного мистецтва НАМ України, 2024, с. 138-141.

47. Левицький О. Професіоналізм молодого актора в сучасному кіновиробництві: матеріали круглого столу «Актуальні проблеми розвитку культури і мистецтва у динаміці сьогодення». Київський національний університет театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2024, с. 37-39.

48. Левицький О. Психофізична координація актора як чинник ефективності сценічного бою. Науковий вісник Київського національного університету театру кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2025, 37, с. 46–53.

49. Ленглі С. Театральний менеджмент і продюсерство. Американський досвід . Пер. з англ. За ред. І. Д. Безгіна. Київ: ВВП «Компас». 2000. 640 с.

50. Лесь Курбас у театральній діяльності, в оцінках сучасників – документи / упоряд.: Осип Зінкевич. Балтимор-Торонто : «Смолоскип» ім. В. Симоненка, 1989. 1026 с.

51. Лесь Курбас: Спогади сучасників : іл. збірка. За ред. В. Василька; упоряд. М. Лабінський. Київ : «Мистецтво», 1969. 259 с.
52. Лимаренко Л. Репетиція як форма навчально-виховного процесу у студентському театрі. Освіта дорослих: теорія, досвід, перспективи. Київ, 2012. Вип. 4. С. 161-169.
53. Лягущенко А. Державний театральний менеджмент у контексті історичного розвитку сценічного мистецтва. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2023, 33, с. 10-20.
54. Лягущенко А. Паралелі театральної діяльності Павла Вірського та Сержа Лифаря. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2025, 36, с. 16-24.
55. Лягущенко А. Ритм епохи. Маловідомі сторінки історії народження балету «Болеро». Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2024, 35, с. 42-49.
56. Лягущенко А. Трансформації постаті театрального менеджера в історичному контексті розвитку перформативних мистецтв. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2025, 37, с. 54-64.
57. Лягущенко А. Український театр. Видатні діячі та менеджмент. Київ: «Мистецтво». 2021. 495 с.: іл.
58. Майборода Н. Каскадерське мистецтво. Монографія. Київ: Вид. центр КНУКіМ. 2019. 161 с.
59. Майборода Н. Професіоналізація каскадерського мистецтва в США (1900–1960 рр.): історична ретроспектива. Вісник КНУКіМ. Серія «Мистецтвознавство», 2018, 39, с. 42-49.
60. Майборода Н. Специфіка каскадерського мистецтва в сучасній вітчизняній кіноіндустрії. Мистецтвознавчі записки. 2019. № 36. С. 146-150.

61. Майборода Н. Специфіка каскадерського мистецтва в фільмах жанру готика. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2024, 34, с. 137-142.

62. Майкут К. Акторська імпровізація як інструмент створення сценічного образу. Науковий вісник Київського національного університету театру кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2025, 37, с. 65–72.

63. Маслов-Лисичкін А. Витоки сучасного каскадерського мистецтва і творчість перших акторів-каскадерів німого кіно. Вісник КНУКІМ. Серія «Мистецтвознавство», 2014, 30, с. 56-61.

64. Мейерхольд В. Мистецтво театру / вступ. ст., пер. і впоряд. Б. Козака. 2-ге вид., випр. Львів : ЛНУ ім. Івана Франка, 2015. 64 с.

65. Мірошниченко М. Концепція ритму Леся Курбаса в контексті режисерської інтерпретації літературного твору на екрані. Культура України. 2025. Вип. 88. С. 74-76.

66. Морозова Г. Сценічний бій (фехтування і пластичні трюки у виставі). Київ: Мистецтво, 1972. 143 с.

67. Мудрак М. «Нова генерація» і мистецький модернізм в Україні. Київ: Родовід, 2018. 352 с.

68. Наварро Дж. Словник мови тіла / пер. з англ. — Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2018. — 352 с.

69. Паві П. Словник театру. Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2006. 640 с.

70. Роєнко О. Фехтмейстер-актор. Актор-фехтмейстер. Київ. 2007. http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Spkho_2007_3_1_3.pdf (дата звернення: 06.10.2025).

71. Саган В. Акторський тренінг – основа розвитку творчої особистості (дидактика і методика) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. культури і мистецтв. Луганськ : ЛДІКМ, 2011. 184 с.

72. Сільченко Т. Жест у пластиці рук як прийом художньої виразності в контексті образотворчого мистецтва: типологічний аспект. Науковий вісник Київського національного університету театру кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2022, 31, с. 24–35.

73. Сільченко Т. Художня виразність, уява і фантазія як цільові установки розвитку пластики рук у навчальному процесі. Науковий вісник Київського національного університету театру кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2023, 32, с. 43–49.

74. Словник української мови : тлумачний словник онлайн [Електронний ресурс]. — Режим доступу: <https://slovnyk.ua/index.php> (дата звернення: 30.01.2026).

75. Станіславський К. Робота актора над собою. Щоденник учня. ч. I та 2. розд.: Розвиток виразності тіла і Пластика. Київ: «Мистецтво». 1953. С. 436–466.

76. Старостін Ю. Акторський тренінг: його зміст та основа. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2016. 19, с. 201-204.

77. Старостін Ю. Сценічний рух як складова професійної підготовки актора. Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого, 2019. 24. С. 75-78.

78. Сташевська І. Музично-педагогічні концепції Е. Жак-Далькроза та К. Орфа в контексті соціокультурних трансформацій Німеччини у першій третині 20 століття. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 14: Теорія і методика мистецької освіти : збірник наукових праць / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. – Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2009. - Вип. 8 (13) : Матеріали III Міжнар. наук.-практич. конференції "Гуманістичні орієнтири мистецької освіти". - С. 194-199.

79. Філософія театру / Лесь Курбас; упоряд. М. Лабінський; післямова М. Москаленко, Д. Лабінська ; ред. М. Москаленко. Харків; Київ: Видавець Олександр Савчук ; Видавництво «Основи», 2022. 920 с.

80. Фількевич Г. Музика в драматичному театрі. (Друге доповнене видання). Київ: КДІТМ ім. І. К. Карпенка-Карого. 2004. 72 с.
81. Фількевич, Г. Музичний театр. Навчальний посібник. Київ: Стилос, 2012. 88 с.
82. Фромм Е. Мистецтво любові / пер. з англ. — Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2016. — 192 с.
83. Шаварський О. Як стати актором. Київ: Логос. 2011. 572 с.
84. Юдов М., Альмуваїл Ф., Білецька О., & Мандзій І. Особливості сценічного бою в театрі та кіно. Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Сценічне мистецтво, 4(2), 2021. С. 163–182.
85. Юцевич Ю. Є. Музика. Словник-довідник. — Вид. 2-ге, переробл. і доп. — Тернопіль: Навчальна книга — Богдан, 2009. — 352 с, 77 нотних прикладів та малюнків.
86. Caine M. *Blowing the Bloody Doors Off: And Other Lessons in Life*. London: Hodder & Stoughton. 2018. 289 p.
87. Chekhov M. *To the Actor: On the Technique of Acting* / Michael Chekhov. — New York : Harper & Brothers, 1953. — 207 p.
88. Chubbuck I. *The Power of the Actor: The Chubbuck Technique — The 12-Step Acting Technique That Will Take You from Script to a Living, Breathing, Dynamic Character* / I. Chubbuck. — New York : Gotham Books, 2004. 388 p.
89. Declan Donnellan. *The actor and the target*. London: Nick Hern Books, 2005. 304 p.
90. Delaumosne F. *The art of oratory: system of Delsarte, from the French of M. l'abbé Delaumosne (pupil of Delsarte)* [Електронний ресурс] / F. Delaumosne; пер. F. A. Shaw. — Albany (N.Y.) : E. S. Werner, 1882. — 216 p. — Режим доступу:
<https://archive.org/details/artoratorysyste00delsgoog/page/n6/mode/2up>
(accessed: 02.04.2026).

91. Drayton T. *Metamodernism in Contemporary British Theatre: A Politics of Hope/lessness*. London: «Bloomsbury Publishing» PLC, 2024. 224 p.
92. Fechner G. *Elemente Der Psychophysik*. Leipzig, Druck Und Verlag Von Breitkopf Und Härtel. 1860. 339 p.
93. Hodge A. *Twentieth Century Actor Training* [Электронный ресурс] / Alison Hodge. — London ; New York : Routledge, 2000. — 288 p. — Режим доступа: <https://archive.org/details/twentiethcentury0000hodg> (accessed: 03.04.2026).
94. Jaques-Dalcroze E. *Rhythm, Music and Education*. G. P. Putnam's Sons New York and London. 1921. 334 p.
95. Lecoq J. *The Moving Body (Le Corps Poétique)*. Third Edition, 2020. 208 p.
96. Nijinska B. *School and Theater of Movements*. Library of Congress. Bronislava Nijinska collection. 1918-1919. Box 55. Fold 5.
97. Open Kurbas. *Вистави. Газ.* [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://openkurbas.org/performances/haz/> (accessed: 15.01.2026).
98. Rickman A. *Madly, Deeply. The Diaries of Alan Rickman*. Edinburgh: Canongate books. 2022. 496 p.
99. Smith A. J., Thompson L. *My Voice is in My Sword: Stage Combat as a Tool in Drama Therapy* // *Drama Therapy Review*. — 2019. — Vol. 5, No. 2. — P. 145–160.

ДОДАТКИ





СЕРТИФІКАТ

підтверджує, що

Олександр Левицький

взяв участь
у Міжнародній науково-практичній конференції

**МИТЕЦЬ. МИСТЕЦТВО.
СПОЖИВАЧ. ЗМІНА ДИСПОЗИЦІЇ**

26 червня 2024 року

Сертифікат забезпечує 0,4 кредита ECTS

Президент Національної академії мистецтв України
ВІКТОР СИДОРЕНКО

Директор Інституту культурології
НАМ України
ГАННА ЧМІЛЬ

Директор Інституту проблем сучасного мистецтва
НАМ України
ІГОР САВЧУК

ORCID



Посвідчення № 308
ВІД 12 ЧЕРВНЯ 2024 РОКУ



Полтавський обласний центр
естетичного виховання учнівської молоді
Полтавської обласної ради

ПОДЯКА

ОГОЛОШУЄТЬСЯ

ОЛЕКСАНДРУ ЛЕВИЦЬКОМУ,

*актору театру і кіно, каскадеру, викладачу акторської майстерності
Київського національного університету імені Карпенка-Карого,*

за сприяння розвитку дитячого театрального
мистецтва, проведення майстер-класу для вихованців
дитячих театральних колективів та педагогів
театрального жанру в Полтавській області .

Виконувач обов'язків директора



Світлана АРТЮХ

Полтава 2025

СЕРТИФІКАТ

спікера

підтверджує, що

- **ЛЕВИЦЬКИЙ ОЛЕКСАНДР РУСЛАНОВИЧ** № 03-ВНПК-С/23.04.26
виступив(ла) з доповіддю на
- **ВСЕУКРАЇНСЬКІЙ НАУКОВО-ПРАКТИЧНІЙ КОНФЕРЕНЦІЇ**
«ВПЛИВ ШУКАНЬ ЛЕСЯ КУРБАСА НА ПЕРФОРМАТИВНІ МИСТЕЦТВА»
та взяв(ла) активну участь у її роботі.
- Конференція відбулася у Коледжі хореографічного мистецтва
23 квітня 2026 року «Київська муніципальна академія танцю імені Сержа Лифаря»

Обсяг участі: **15 годин / 0,5 кредиту ЕКТС**

Директор Вячеслав КОЛОМІЄЦЬ
Організатор конференції Коледж хореографічного мистецтва
«Київська муніципальна академія танцю імені Сержа Лифаря»
м. Київ, 2026 р.



Управління культури і туризму Хмельницької міської ради
Хмельницька школа мистецтв

СЕРТИФІКАТ
Регістраційний номер № 01-16-66
Дата видачі 28.03.2026

Олександр Левицькому

За участь у майстер класах та творчій лабораторії Всеукраїнського фестивалю дитячих та молодіжних театральних колективів «Мельпомена ФЕСТ 2026»

Загальний обсяг годин: 6 годин/0,2 кредиту СКЛП.
Форма участі: очна
Напрямок: Режисура та майстерність актора
Сформовані компетенції:
- Запропоновані обставини і поведінка персонажа.
- Майстерність актора. Імпровізація.
- Робота з партнером або Я — не я без партнера.
- Робота актора над сценічним мовленням.
- створювався анімаційний фільм «Мавка. Лісова пісня»

Директор: 
Альбін ШАРЧЕВСЬКИЙ

Ліцензія, розпорядження ХОВА № 637/2024 р. від 12.07.2024



www.Desky.com.ua

Театр Вільних людей

Харківське шосе 19, -1 поверх

Режисерка Дар'я Сергєєва

Постановка пластичних сцен:
Олександр Левицький

У виставі задіяні:
Олександр Левицький
Анна Грищенко



Хлопець без апендиксу

Ольга Тернова

Теплий спогад на одну дію



театральна студія
СИНІЙ ПТАХ

Друга старша група.
Русанівка

28.04 - 17:30
29.04 - 17:30

Русанівсько набережно 12
Культурний кластер КРАКІВ

«БАГАТО ГАЛАСУ З НІЧОГО»

Вільям Шекспір

Режисер - Олександр Левицький Художній керівник - Дарена Сухацька

театральна студія
СИНІЙ ПТАХ



ЦАЙКА ДЖОНАТАН ЛІВІНГСТОН

одвічний пошук свободи

ворчий мистецький проект «Роль психофізичної координації в організації процесу колективної художньої творчості при створенні театральної вистави» на здобуття освітньо-творчого ступеня доктора мистецтва

Режисер – Олександр ЛЕВИЦЬКИЙ
аспірант кафедри хореографії
та пластичного виховання
КНУТКІТ імені І. К. Карпенка-Карого

Творчий керівник:
доцент, заслужений діяч мистецтв України
Юрій СТАРОСТІН

Науковий консультант:
професор, кандидат мистецтвознавства,
заслужений діяч мистецтв України
Андрій ЛЯГУЩЕНКО