

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

ІВАШЕЧКІНА МАРІЯ ВОЛОДИМИРІВНА



СПЕЦІАЛЬНИЙ КУРС

**ВИКОРИСТАННЯ ПСИХОФІЗИЧНИХ ТЕХНІК У РОБОТІ
РЕЖИСЕРА АУДІОВІЗУАЛЬНИХ МИСТЕЦТВ З АКТОРАМИ**

Методична розробка за тематикою творчого мистецького проєкту

Творчий керівник:

Вітер Василь Петрович
заслужений діяч мистецтв України,
доцент, завідувач кафедри режисури
та драматургії кіно і телебачення

Науковий консультант:

Журавльова Тетяна Василівна
кандидат мистецтвознавства, доцент,
доцент кафедри кінознавства

Анотація. Спеціальний курс спрямований на формування у студентів-режисерів практичних навичок роботи з актором через застосування психофізичних технік як інструменту досягнення органічної дії в кадрі.

Курс ґрунтується на розумінні психофізичної природи акторського існування та специфіки аудіовізуального мистецтва, де актор функціонує в умовах фрагментарності, монтажної дискретності та технічних обмежень. У цьому контексті особливої ваги набуває здатність актора зберігати цілісність внутрішнього стану та дії.

У межах курсу досліджуються психофізичні розриви, що виникають у процесі акторської роботи (між відчуттям і тілом, уявою і відчуттям, енергією і дією), а також методи їх подолання через систему практичних вправ.

Особливу увагу приділено ролі режисера як координатора психофізичного процесу, який формує умови для виникнення органічної поведінки актора в кадрі.

Курс призначений для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти галузі знань 02 «Культура і мистецтво», спеціальності 021 «Аудіовізуальне мистецтво та виробництво». Тривалість курсу — один семестр.

Мета курсу - сформувати у студентів-режисерів здатність працювати з актором через психофізичні механізми, використовуючи відповідні техніки для досягнення органічної екранної дії.

Здобувачі мають **знати**:

- відмінність театрального та екранного існування актора;
- основи психофізичного підходу;
- природу акторського стану;
- принципи формування дії;
- механізми уваги, імпульсу, енергії.

У результаті проходження спеціального курсу здобувачі мають **уміти**:

- працювати зі станом актора;
- виявляти психофізичні розриви;

- застосовувати вправи як режисерський інструмент;
- аналізувати акторську гру в кадрі;
- формувати органічну дію.

Питання спецкурсу

РОЗДІЛ І. ПСИХОФІЗИЧНА ПРИРОДА АКТОРСЬКОЇ ДІЇ

Тема 1. Вступ до спеціального курсу.

1.1. Введення в спеціальний курс.

1.2. Роль і значення спеціального курсу з дисципліни в структурній системі освітньо-професійної програми фахової підготовки для режисерів телебачення.

1.3. Мета та завдання. Ключові сегменти курсу: загальний огляд розділів і тем

Тема 2. Відмінність театрального та екранного актора

2.1. Специфіка існування актора в театрі та аудіовізуальному мистецтві. Порівняння сценічного та екранного простору: безперервність театральної дії та монтажна дискретність кіно і ТБ.

2.2. Особливості психофізичного стану актора в кадрі. Збереження внутрішньої цілісності в умовах фрагментарної зйомки.

2.3. Засоби виразності театрального та екранного актора. Масштаб дії, рівень експресії, робота з мікрорухами, тілом і голосом.

2.4. Вплив режисерських і технічних чинників. Кадр, монтаж, звук як фактори формування акторської гри.

Тема 3. Поняття психофізики

3.1. Психофізика як основа акторського існування. Єдність психіки і тіла в процесі дії.

3.2. Основні компоненти психофізичного процесу. Увага, імпульс, відчуття, дія.

3.3. Взаємозв'язок внутрішнього і зовнішнього. Перехід внутрішнього стану у фізичну дію.

3.4. Значення психофізики для режисера. Як інструмент аналізу і корекції акторської роботи.

РОЗДІЛ II. ПСИХОФІЗИЧНИЙ ТРЕНІНГ

Тема 4. Тіло як інструмент

- 4.1. Тіло як носій дії. Фізична природа акторського існування.
- 4.2. Тілесна усвідомленість і чутливість. Розвиток відчуття тіла і його реакцій.
- 4.3. Робота з напругою і затисками. Виявлення та усунення тілесних блоків.
- 4.4. Формування тілесної готовності до дії. Стан як передумова органічної поведінки.

Тема 5. Дихання і голос

- 5.1. Дихання як основа психофізичного стану. Вплив дихання на емоційний стан.
- 5.2. Голос як прояв внутрішнього стану. Зв'язок голосу і психофізики.
- 5.3. Робота з опорою та звучанням. Контроль голосу в умовах навантаження.
- 5.4. Використання дихання як інструменту регуляції. Зміна стану через зміну дихання.

Тема 6. Увага і сприйняття

- 6.1. Увага як основа акторської дії. Типи уваги та їх функції.
- 6.2. Сприйняття партнера і середовища. Формування взаємодії.
- 6.3. Переключення уваги. Гнучкість як умова органічності.
- 6.4. Увага як інструмент режисера. Керування фокусом актора.

РОЗДІЛ III. ПСИХОФІЗИЧНІ РОЗРИВИ

Тема 7. Відчуття – тіло

- 7.1. Порухення зв'язку між відчуттям і тілом. Причини виникнення розриву.
- 7.2. Тілесна інерція та блоки. Вплив напруги на дію.
- 7.3. Методи відновлення зв'язку. Тілесні вправи.

7.4. Значення для роботи в кадрі. Вплив на органічність.

Тема 8. Уява – відчуття

8.1. Роль уяви в акторській роботі. Формування внутрішнього матеріалу.

8.2. Відрив уяви від тілесного досвіду. Причини неорганічності.

8.3. Інтеграція уяви і відчуття. Практичні підходи.

8.4. Робота режисера з уявою актора. Формування задачі.

Тема 9. Енергія – дія

9.1. Поняття енергії в акторській дії. Внутрішній потенціал.

9.2. Розрив між енергією і дією. Затримка або перевитрата.

9.3. Перехід енергії в дію. Механізм реалізації.

9.4. Режисерське керування енергією. Робота з темпоритмом.

РОЗДІЛ IV. РЕЖИСЕРСЬКА РОБОТА З АКТОРОМ

Тема 10. Режисер як координатор

10.1. Режисер як організатор процесу. Формування умов роботи.

10.2. Робота з актором як взаємодія. Комунікація і довіра.

10.3. Керування психофізичним процесом. Направлення уваги і стану.

10.4. Режисерське втручання. Міра і доцільність.

Тема 11. Робота зі станом

11.1. Поняття стану актора. Його структура.

11.2. Виявлення стану. Спостереження і аналіз.

11.3. Методи корекції. Через вправи і задачі.

11.4. Стабілізація стану. Підтримка в процесі зйомки.

Тема 12. Побудова дії

12.1. Дія як результат психофізичного процесу. Структура дії.

12.2. Формування імпульсу. Внутрішній поштовх.

12.3. Реалізація дії в кадрі. Точність і органічність.

12.4. Аналіз дії режисером. Оцінка результату.

РОЗДІЛ V. ПРАКТИЧНА РОБОТА

Тема 13. Вправи

- 13.1. Класифікація вправ. Тілесні, дихальні, увагові.
- 13.2. Методика проведення. Послідовність і принципи.
- 13.3. Інтеграція в режисерську роботу. Використання на репетиціях.
- 13.4. Аналіз ефективності. Оцінка результату.

Тема 14. Етюди

- 14.1. Етюд як форма практичного дослідження. Роль у навчанні.
- 14.2. Побудова етюду. Задача, дія, партнер.
- 14.3. Робота режисера в етюді. Корекція і направлення.
- 14.4. Аналіз результату. Виявлення помилок і досягнень.

Тема 15. Аналіз відео

- 15.1. Відео як інструмент дослідження. Фіксація процесу.
- 15.2. Критерії аналізу. Стан, дія, органічність.
- 15.3. Виявлення психофізичних розривів. Практичний аналіз.
- 15.4. Корекція на основі аналізу. Подальша робота.

Форми навчання

Лекції, практичні й індивідуальні заняття, а також самостійна робота.

Тематика практичних занять

1. Виявлення психофізичних особливостей акторського існування в умовах аудіовізуального виробництва
2. Робота з тілом як інструментом акторської дії (зняття напруги, розвиток чутливості)
3. Практика дихання і голосу як засобів регуляції психофізичного стану
4. Розвиток уваги та взаємодії з партнером у кадрі
5. Дослідження психофізичних розривів (відчуття – тіло, уява – відчуття, енергія – дія)
6. Застосування вправ для відновлення цілісності психофізичного стану
7. Робота режисера зі станом актора в процесі репетиції

8. Побудова дії через імпульс і внутрішній стан
9. Виконання етюдів із фокусом на психофізичну органічність
10. Аналіз відеозаписів акторської роботи з позиції психофізики

Питання для самостійної роботи

1. Основні засади психофізичного підходу в акторському мистецтві
2. Відмінності між театральним та екранним існуванням актора
3. Роль тіла в формуванні акторської дії
4. Значення дихання у регуляції психофізичного стану
5. Увага як основа акторської взаємодії
6. Поняття імпульсу та його роль у дії
7. Причини виникнення психофізичних розривів
8. Характеристика розриву «відчуття – тіло»
9. Характеристика розриву «уява – відчуття»
10. Характеристика розриву «енергія – дія»
11. Методи подолання психофізичних розривів
12. Роль режисера у формуванні психофізичного стану актора
13. Методи роботи режисера з актором у процесі створення екранного образу
14. Поняття органічності акторської дії
15. Аналіз акторської гри через психофізичні параметри
16. Взаємозв'язок внутрішнього стану та зовнішньої дії
17. Роль вправ у формуванні акторської підготовки
18. Значення психофізичного тренінгу в аудіовізуальному мистецтві

Орієнтовний перелік питань для підсумкового контролю

1. Психофізика як основа акторського існування
2. Відмінності театральної та екранної акторської гри
3. Основні компоненти психофізичного процесу актора
4. Роль уваги у формуванні дії

5. Значення тіла в акторській роботі
6. Дихання і голос як елементи психофізичної системи
7. Поняття імпульсу в акторській дії
8. Психофізичний стан актора та його структура
9. Поняття органічності в акторській грі
10. Види психофізичних розривів
11. Розрив «відчуття – тіло»: причини та способи подолання
12. Розрив «уява – відчуття»: механізми та корекція
13. Розрив «енергія – дія»: специфіка та робота режисера
14. Методи психофізичного тренінгу актора
15. Класифікація вправ у психофізичному тренінгу
16. Роль режисера як координатора психофізичного процесу
17. Робота режисера зі станом актора
18. Побудова дії через психофізичні механізми
19. Аналіз акторської гри в кадрі
20. Використання відеоаналізу як інструменту дослідження
21. Практичне застосування психофізичних технік у роботі режисера

Рекомендована література

Основна:

1. Абрамович О. О., Кудренко А. А. Сценічна пластика в контексті сучасного акторського мистецтва. *Молодий вчений*. 2019. № 9. С. 133–136. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2019-9-73-29>
2. Барнич М. Особливості кінестетичного сприйняття актора в ролі. *Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв*. 2023. № 1. С. 351–356. URL: <https://www.cceol.com/search/article-detail?id=1147940>
3. Борис І. О. Специфіка роботи актора та режисера в українському поетичному театрі та кіно. *Культура України. Серія «Мистецтвознавство»*. 2016. № 54. С. 286–296.

4. Волицька І. Курбас Лесь. Погляд на тіло. *Теоретично-публіцистичні статті періоду Молодого театру*. Київ : Мистецтво, 2001. С. 100–103.
5. Івашечкіна М. В. Особливості використання психофізичних технік у роботі режисера аудіовізуальних мистецтв з акторами. *Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І.К.Карпенка-Карого*. 2025. № 37. DOI: <https://doi.org/10.34026/1997-4264.37.2025.345172>
6. 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*. 2024. Вип. 36. С. 174–181. DOI: <https://doi.org/10.34026/1997-4264.36.2025.332821>
7. Корнієнко Н. Лесь Курбас: репетиція майбутнього. Київ : Факт, 1998. 312 с.
8. Мізяк В. Тренінги і система тренажів у процесі опанування студентами професії актора. *Культура України*. 2023. № 80. С. 89–95.
9. Свириденко О. Використання особливостей репрезентативних систем студентів для успішного засвоєння інформації. *Вісник Національного авіаційного університету*. 2009. № 1. С. 55–65.
10. Хлівна О. М., Магдисюк Л. І. Психологія тілесності : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 224 с.
11. Chubbuck I. The power of the actor: The Chubbuck technique. 2017. URL: <http://www.ivanachubbuck.com/wp-content/uploads/2017/01/presskit.pdf>
12. Hagen U. A Challenge for the Actor. New York : Scribner, 1991.

Додаткова:

13. Воропаєв Є. Споглядально-медитативна практика в артистичній діяльності: експеримент у Харківському національному університеті мистецтв. *Раціогуманістичні студії: збірник наукових статей*. 2019. Вип. 12. С. 12–20.

14. Корольчук В., Корольчук М. Технології психологічної допомоги подолання негативних наслідків професійного стресу : монографія. Харків : [б. в.], 2017
15. Пономаренко О. Психологічний аспект страху в створенні образу українського екранного героя: аналіз внутрішніх конфліктів та розвитку персонажу. *Наукові інновації та передові технології*. 2023. № 14 (28). С. 1278–1289. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-14\(28\)-1278-1289](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-14(28)-1278-1289).
16. Романчук О. І. Психотравма та спричинені нею розлади: прояви, наслідки й сучасні підходи до терапії. *NeuroNews*. 2012. С. 30–37. URL: https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2017/11/Romanchuk_PTSD.pdf
17. Сливка І. В. Фактор удавання в грі актора театру та кіно. Новітні дослідження культури і мистецтва: пошуки, проблеми, перспективи : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. 2023. С. 92.
18. Feldenkrais M. *Awareness Through Movement: Health Exercises for Personal Growth*. New York : Harper & Row, 1972.

Інформаційні ресурси

- <https://focalpress.com> – Focal Press – сайт, що відстежує появу нових досліджень та книг з проблем сучасних мас-медіа.
- <https://cilect.org> CILECT (Міжнародна асоціація шкіл кіно й телебачення, що розробляє широкий спектр проектів. Розташована у Брюсселі)
- <https://bfi.org.uk> – Британський інститут кіно (архіви, публікації, сценарії).
- <https://imdb.com> – база даних по фільмах та загалом по кінематографу.
- <https://nofilmschool.com/> – найбільша світова онлайн-спільнота для незалежних режисерів і кінотворців.