

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ д. ДОБРУНЬ БРЯНСКОГО РАЙОНА»

ПРИНЯТЫ
методическим советом
образовательного учреждения
протокол № 1
от «25» марта 2019 г.

УТВЕРЖДЕНЫ

Директор
Шведов В. Я.

« 25 » марта 2019 г.



МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ПРЕДМЕТУ «ОСНОВЫ АКТЕРСКОГО МАСТЕРСТВА»
В ОБЛАСТИ ТЕАТРАЛЬНОГО ИСКУССТВА

на тему «Актерский тренинг, как основа создания
сценического образа»

Малявина Марина Алексеевна
преподаватель театрального искусства
МБУДО «ДШИ д. Добрунь»

2019 год

Содержание

Введение

1. Психолого-педагогические аспекты общения

1.1 Общение: виды и функции

1.2 Возрастные и психолого-педагогические особенности подросткового возраста

1.3 Актерский тренинг как форма работы на театральных занятиях

2. Актерский тренинг как способ решения проблем спечического общения

2.1 Изучение учебно-методического материала. Просмотр театральных тренингов

2.2 Разработка комплекса упражнений на решение проблем спечического общения

Заключение

Список литературы

Введение

В настоящее время детская театральная деятельность востребована в нашей стране и во всем мире. Существует множество детских коллективов занимающихся этой деятельностью. В театрах дети, способные к театральному творчеству, находят, приобретают, узнают для себя новое, развиваются свои творческие способности, в частности общение, необходимое для деятельности человека.

Но, в наше время в молодежной среде, а также непосредственно в некоторых театральных коллективах, особенно не так давно сформировавшихся, существует проблема общения. Важно отметить, что проблема общения затрагивает как общение подростков непосредственно в самом коллективе (отсутствие терпимости, уважения, умения слушать и слышать своих коллег, и т.д.), так и организацию процесса общения в процессе постановки театрального действия.

Так как репетиция - это основная форма работы театрального коллектива, то эту проблему можно решить в ходе репетиций и с помощью театрального тренинга, творческих упражнений направленных на развитие сценического общения.

В данное время наблюдается большой интерес к театральному творчеству детей. Это объясняется несколькими факторами:

- желание детей самовыразиться, самореализоваться;
- стремление к коллективному творчеству, где ребенок может раскрыть себя;
- расширение круга общения;
- интерес ребенка подкрепляется желанием родителей.

Занятия ребенка (подростка) в театральном коллективе предполагают его совместную деятельность с педагогом - организатором творческого коллектива, который выступает в роли режиссера - постановщика спектакля. Результат их работы - рождение спектакля. А, в дальнейшем, и прокат спектакля, показ его зрителю, участие в детских театральных фестивалях и конкурсах. Однако, хороший, достойный результат творческой работы - это еще и последовательная работа по воспитанию и обучению юного актера над собой, т.е. актерский тренинг - система подготовки, воспитания актера, тренировка его психофизического аппарата. Данная работа педагога - режиссера как актерский тренинг, в настоящее время, становится востребованной как отдельный, самостоятельный вид деятельности.

Актерский тренинг востребован потому, что он способствует развитию не только актерских способностей и подготовке человека к существованию на сцене, он позволяет личности освободиться от излишних комплексов и зажимов. Он дает возможность человеку раскрыться и пробудить свои скрытые таланты. Он способен помочь человеку в его повседневном общении и взаимодействии с другими людьми.

Сам по себе актерский тренинг предполагает тренировку различных сторон творческой личности. Это и мышцы, и внимание, и характерность, и речь. Но мне бы хотелось остановиться на разделе «сценическое общение». Ведь на сцене актер, как и в жизни, должен также все время общаться. Но, к сожалению, в реальной жизни человек сталкивается с различными проблемами в процессе общения и этому могут служить разные причины: несовпадение мотивов при вступлении в контакт с партнером, несовпадение нравственных позиций, темперамента, характера, мировоззрения и т.д. Человек совершает множество ошибок, даже не осознавая этого. Все оттого, что мы не умеем слушать, реагировать на партнера, воспринимать его со всем его внутренним миром и понимать.

Особенно трудно приходится подрастающему поколению. Подростковое «Я» еще неопределенно и расплывчато, оно нередко переживается как смутное беспокойство или ощущение внутренней пустоты, которую необходимо чем-то заполнить. Отсюда растет потребность в общении. Общение подростков со сверстниками и взрослыми необходимо считать важнейшим психологическим условием их личностного развития. И театр может дать подросткам такую возможность, потому что актерский тренинг - это по сути своей «ролевая игра». И она в свою очередь дает возможность проявления своей индивидуальности, творческих возможностей, развивает умение «входить в положение других», лучше понимать их позиции и чувства, а также создает условия для лучшего осмыслиния норм и правил поведения и общения. Важен тренинг не только с физической точки зрения, но и психологической, т.к. при выходе на сцену актер испытывает некоторый психологический дискомфорт, отсюда, как следствие подросток испытывает затруднения в процессе общения, а это в свою очередь приводит, и к физическим зажимам. Тренинг же представляет собой такие упражнения, которые способствуют освобождению от этой проблемы, раскрепощению. Творческая личность в процессе актерского

тренинга познает себя, работает над собой, и тем самым развивает и совершенствует себя, что как нельзя лучше способствует формированию тех ее качеств, которые пригодятся в дальнейшей жизни. А, как известно, такое качество, как коммуникативность, умение общаться играет довольно значимую роль в жизни любого человека.

Таким образом, объектом исследования является общение в подростковом возрасте.

Предметом: актерский тренинг как средство развития сценического общения у подростков.

Целью: разработать эффективные тренинговые занятия в театральном коллективе с подростками для развития сценического общения.

Задачами:

1. Изучение литературы по проблеме и определить понятийный аппарат.
2. Выявление возрастных и психофизиологических изменений в подростковом возрасте и их влияние на общение.
3. Рассмотрение учебно - методического пособия, изучение тренинговых упражнений.

1. Психолого-педагогические аспекты общения

1.1 Общение: виды и функции

Проблема общения традиционно находится в центре внимания в связи с её значимостью во всех сферах жизнедеятельности человека. Человек без общения не может жить среди людей, развиваться и творить. Существование и развитие личности тесно связано с общением. В широком смысле общение представляет собой совокупность совершенно различных связей между людьми. Всё это обуславливает актуальность.

В более узком психологическом смысле общение понимается как процесс и результат установления контактов между людьми или взаимодействие субъектов посредством различных знаковых систем. В психологическом словаре под редакцией А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского (М., 1990) общение рассматривается как сложный, многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми, порождаемый потребностями в совместной деятельности и включающий в себя обмен информацией, выработку единой стратегии взаимодействия, восприятие и понимание людьми друг друга. Данное определение интересно тем, что выделяет основное содержание общения, а именно: передачу информации, взаимодействие, познание людьми друг друга. Эти три характеристики принято рассматривать как аспекты общения. Передача информации рассматривается как коммуникативный аспект общения; взаимодействие как интерактивный аспект общения; понимание и познание людьми друг друга как перцептивный аспект общения (Г.М. Андреева). Иногда коммуникация, перцепция и интеракция изучаются в качестве основной структурой общения.

Общение выступает как особая самостоятельная форма активности субъекта. Ее результат - отношение с другим человеком, людьми.

Способы и содержание общения определяются социальными функциями вступающих в него людей.

Роль общения - в формировании и развитии различных форм и уровней психологического отражения, в становлении индивидуального сознания, психологического склада личности, а также анализ того, как индивид овладевает исторически сложившимися способами общения и какое влияние оно оказывает на психологические процессы, состояния и свойства.

Представляя собой существенную сторону жизнедеятельности субъекта. В актах общения осуществляется как бы «презентация» внутреннего мира. Субъект другому субъекту и вместе с тем сам этот факт предполагает этот внутренний мир.

Общение - взаимодействие людей, вступающих в него как субъекты, (для общения необходимы min. 2 человека, каждый выступает как субъект).

Наиболее точным словом для обозначения общения как социально-психологического феномена является слово контакт, т.е. соприкосновение. Контакт между людьми осуществляется посредством языка и речи. Речь является основным средством общения. Она может быть рассмотрена как объективация человеческого сознания посредством знаковой системы. Речь возникла в качестве одной из форм проявления возникающего сознания и прошла сложнейший стадии развития на филогенетическом и онтогенетическом уровнях как одна из высших психических функций человека.

Важнейшим фактором речи являются параграфистические средства передачи информации. К ним относятся: громкость речи, темп, особенности произнесения звуков, тембр

голоса, жесты, мимика, позы и т.д. Совокупность паралингвистических средств, сопровождающих общение, определяет его контекст. Паралингвистические средства могут подтверждать смысл сказанного, либо, наоборот, опровергать его. Противоречие между сказанным и выраженным через паралингвистические средства следует рассматривать как фактор неполноценного общения. Любой контакт предполагает обратную связь. Так, например, если два знакомых человека встретились, то общение произошло, даже если они только поздоровались. Однако если один из них заметил другого, а тот его нет, то общение не состоялось, потому что не было контакта. Контакт может быть и на уровне только паралингвистических средств. Например, когда два незнакомых человека с интересом рассматривают друг друга.

Если рассматривать общение в определённой системе отношений, то можно выделить совокупность трёх групп функций.

1. Психологические функции обуславливают развитие человека как индивида и личности. В условиях общения многие психические процессы протекают иначе, чем в условиях изолированной индивидуальной деятельности. Общение стимулирует развитие мыслительных процессов (когнитивная деятельность), волевых процессов (активность), эмоциональных процессов (аффективность).
2. Социальные функции детерминируют развитие общества как социальной системы и развитие групп как составных единиц этой системы. Интеграция общества возможна только при условии наличия общения во всех его видах, типах и формах.
3. Инструментальные функции определяют многочисленные связи между человеком и миром в самом широком смысле слова; между различными социальными группами. Кроме того, они отвечают деятельностной природе человека, социальных групп и обществ.
4. Концептуальная идея такого деления функций лежит в представлении о взаимосвязи человека с обществом и миром в соответствии с простой моделью отношений: человек-деятельность-общество. Естественно, классификаций и типологий функций общения может быть сколько угодно, в зависимости от выбранного критерия. В данном случае взгляд на функции общения определён предметом социальной психологии.

Часто при общении принимается во внимание только вербальный компонент, в то время как человек всегда, хочет он того или нет, говорит ещё и телом, мимикой, движениями (установлено, что человек передаёт телом и интонациями от 40 до 70% информации).

Именно в процессе общения формируется план совместной деятельности, и распределяются ее элементы между участниками. В ходе совместной деятельности осуществляется обмен информацией, взаимная стимуляция, контроль и коррекция действий.

Общение - одна из основных психологических категорий. Человек становится личностью в результате взаимодействия и общения с другими людьми. Общение - сложный, многоплановый процесс установления контактов между людьми, порождаемый потребностью в совместной деятельности и включающий в себя обмен информацией, выработку единой стратегии взаимодействия, восприятия и понимания партнера по общению.

В наиболее обобщенных классификациях выделяют три стороны общения: 1) коммуникативную; 2) интерактивную; 3) перцептивную.

Близкая к данной классификации выделяет стороны: 1) информационно-коммуникативную, охватывающую процессы приема-передачи информации; 2) регуляционно-коммуникативную, связанную со взаимной корректировкой действий при осуществлении совместной деятельности; 3) аффективно-коммуникативную, относящуюся к эмоциональной сфере и отвечающую потребностям в изменении своего эмоционального состояния.

Специческое общение

- это своеобразное воздействие друг на друга при неразрывной внутренней взаимосвязи. Оно складывается из отдачи и восприятия внимания, мысли, чувства. Без моментов отдачи и восприятия нет общения.

Что такое восприятие? Восприятие - это непосредственное отражение предметов реального мира, действующих на наши органы чувств. Все то (люди, предметы), на что устремлено или на чем сосредоточено наше внимание, называется объектом. Проявление же нашего отношения к объекту - это общение.

В жизни, как известно, человек находится в постоянном и непрерывном общении то с одним, то с другим объектом, причем очень часто ряд общений бывает механическим.

На сцене актер, как и в жизни, должен также все время общаться. «К сожалению, - замечает К.С. Станиславский, - такое непрерывное взаимное общение редко встречается в

театре. Большинство актеров если и пользуются им, то только в то время, пока сами говорят слова своей роли, но лишь наступает молчание и реплика другого лица, они не слушают и не воспринимают мыслей партнера...»

Общение - это действие двустороннее. Если один из партнеров меняет свое поведение в роли, другой должен немедленно заметить это и так же внести изменения в свои действия. А возможно это лишь тогда, когда общение будет непрерывным.

Этапы прохождения элементов общения:

первый этап - органический процесс общения;

второй этап - четыре условия, необходимые для общения;

третий этап - работа по развитию органического непрерывного процесса общения. Станиславский определял *Сценическое общение* как важнейшую сторону сценического действия актера, когда он вступает в связь с партнерами, предметами, внешним миром и внутренними образами. Общение складывается из отдачи и восприятия.

Все то, на что устремляется внимание актера, с чем он вступает во взаимосвязь, называется объектом общения.

Станиславский различал, как мне представляется, четыре вида сценического общения.

Самообщение или одиночное общение. В жизни этот вид общения встречается редко, например, в случаях, когда человек возмущен или взъярен настолько, что не в силах молчать, даже будучи уверенным, что его никто не слышит. На сцене этот вид общения встречается значительно чаще. Всем известен такой вид сценического самообщения, как монолог.

Прямое общение с объектом - с партнером на сцене. Этот вид сценического общения имеет много общего с подобным общением в жизни и в театре встречается наиболее часто.

- Коллективное общение. Имеется в виду общение героя пьесы с толпой в народных сценах. В жизни подобное общение тоже встречается, - например, публичные диспуты.

Общение с отсутствующим или минимум объектом. Мы и в жизни нередко мысленно разговариваем с отсутствующим человеком; на сцене же главное в этом виде общения - внутреннее отношение к такому объекту.

Как следует из сказанного, все виды сценического общения напоминают обычное жизненное общение. Но есть здесь и большое различие: при каждом из перечисленных видов подразумевается еще и косвенное общение со зрителем. Зритель он воспринимает от актера его чувствования и, точно возвращает ему свои собственные, живые эмоции.

Иногда как сознательный художественный прием на сцене используется прямое общение со зрителем. Хотя это чаще всего бывает в водевилях, но случается и в современных спектаклях, когда вводится специальное действующее лицо.

Константин Сергеевич утверждал, что на сцене всегда важно иметь *непрерывное общение* - только в этом случае может идти речь о воссоздании человеческого духа роли. Под непрерывным общением он понимал умение исполнителей не только осмысленно произносить текст роли, но и не оставаться безучастным во время собственных пауз. Необходимо воспринимать, осознавать слова и действия партнеров, причем стараться это делать по-новому, в соответствии со своим сиюминутным состоянием.

Одно из средств, которое обеспечивает непрерывное взаимное общение на сцене, - создание внутренних монологов, которые, перемежаясь с текстом, как бы помогают воспринимать мысли партнера и отвечать на них.

Непрерывность общения является необходимым условием сценической жизни, потому что только такой процесс может быть органическим. В тех случаях, когда органический процесс не создается сам собой, подсознательно, надо складывать его из отдельных моментов в логическом и последовательном порядке по законам нашей природы. Для этого каждому актеру необходимо четко представлять себе основные условия органического процесса общения.

Вот главные из них:

1. Ориентирование в окружающих условиях, выбор объекта.
2. Привлечение внимания выбранного объекта к себе.
3. Оценка состояния, настроения объекта, стремление подготовить его для восприятия ваших мыслей, чувств и видений.
4. Передача своих мыслей, чувств, видений.
5. Момент отклика объекта.

В занятиях нужно добиваться, чтобы ни один из этих моментов не был упущен - иначе нарушится жизненная логика, а значит, и сценическая правда.

Сценическое общение может состояться при условии:

- что имеется материал для общения (под этим следует понимать весь накопленный актером человеческий и художественный опыт, который вновь «вызывается» к жизни при помощи эмоциональной памяти);
- присутствует (хотя может и отсутствовать, а лишь подразумеваться) объект общения (одушевленный или неодушевленный);
- определен вид (или сочетание видов) общения (речь, взгляды, мимика, жесты), то есть средства, приемы общения;
- осуществлен выбор приспособлений для общения (внутренних и внешних ухищрений, с помощью которых люди применяются друг к другу).

Одними глазами нельзя передать сложной мысли; но вместе с тем невозможно перечислить всех чувств и их оттенков, которые могут быть переданы взглядом, и всем своим существом.

Чувства, выраженные взглядом, нередко бывают противоположностью тому, что сказано словами. Станиславский, кроме всего, подчеркивал необходимость для актера понимать по выражению глаз партнера его сегодняшнее состояние, чтобы с верной «ноты» начать с ним общение на сцене.

Резкие контрасты и неожиданности помогают активнее воздействовать на партнера. В жизни человек интуитивно, подсознательно берет контрастную краску; старайтесь поступать так и на сцене.

Все эти состояния-приспособления должны быть оправданы внутренне, но ни в коем случае не становились самоцелью. Это чревато уходом в сторону от основной линии роли и пьесы, нарушением логики, заложенной в спектакле.

Таким образом я рассмотрела особенности общения как психологического акта и специфику театрального, или сценического общения. Считаю, что выводы педагогики и психологии помогают в работе педагога - руководителя школьного театра, а выводы театральной педагогики и, в частности положения Станиславского, способствуют практическому постижению основ общения, как элемента актерского мастерства.

1.2 Возрастные и психологопедагогические особенности подросткового возраста

Это период развития (11-15 лет), для которого характерны:

- доминирующая роль семьи в удовлетворении материальных эмоционально-комфортных потребностей. Однако к концу периода появляется возможность самостоятельно удовлетворять часть материальных потребностей.
- решающая роль школы в удовлетворении познавательных, социально-психологических потребностей.
- возрастают способности противостоять отрицательным влияниям среды, которое сочетается со склонностью к подчинению им при неблагоприятных условиях. Возникает юридическая ответственность за правонарушения.
- сохранение высокой зависимости от влияния взрослых (учителей, родителей) в развитии самопознания, личного самоопределения.

Психофизиологические особенности этого возраста обусловлены главным физиологическим новообразованием данного этапа индивидуального развития человека. Наступает период полового созревания. Происходят биологические изменения.

В этом возрасте могут наблюдаться некоторая слабость тормозных процессов, повышенная возбудимость, эмоциональная лабильность, гиперактивность - двигательная расторможенность, неусидчивость, эмоциональная реактивность, конфликтность и агрессивность.

Подростки испытывают трудность в поддержании произвольного внимания и состояния бдительности.

Речь подростков нередко замедляется, ответы становятся стереотипными и лаконичными. Сложности, сопутствующие психологическому развитию в подростковом возрасте во многом связаны с тем, что существенные психологические изменения (становление рефлексии, самосознания, понимания личной ценности и уникальности) не сопровождаются внешними трансформациями в статусе, материальном или социальном положении детей, а потому не всегда своевременно осознаются взрослыми. Особенности поведения подростков, их стремление к созданию собственной «культуры» (одежды, жаргона и т.д.) к более тесным контактам со сверстниками, а не со взрослыми, объясняется их положением - уже не дети, но еще и не взрослые.

Развитие интересов.

В младшем подростковом возрасте наблюдается своеобразный «пик любознательности»: у младших подростков исследовательская активность в форме задавания вопросов (их количество, разнообразие, уровень сложности) выражена сильнее, чем у младших школьников и старших подростков.

Любознательность в этом возрасте пока еще носит инфантильный характер. Это пока еще не собственно интересы, а создание некоторой основы, которая может позволить в дальнейшем найти область подлинных, имеющих личностный смысл интересов.

Специфика интересов в подростковом возрасте заключается в том, что они служат потребности общения со сверстниками: общие интересы дают повод к общению, определяют его содержание, средства. В большинстве случаев подросток интересуется тем, чем интересуются его друзья. С психологической точки зрения подростковый возраст определяется как возраст общения. Иногда это положение рассматривают упрощенно, считая, что общение со сверстниками, ориентация на их мнение и оценку, блокирование в группы и группки заслоняют от детей другие стороны школьной и внешкольной жизни. Такая трактовка является односторонней. Тенденция к общению со сверстниками у школьников среднего возраста действительно ярко выражена. Но при разумно построенной воспитательной работе она выступает как форма, в которой (или наряду с ней) естественно проявляются другие тенденции детской жизни.

Проблемы общения в подростковом возрасте.

Особенности общения подростков.

Подростковое «Я» еще неопределенно расплывчато, оно нередко переживается как смутное беспокойство или ощущение внутренней пустоты, которую необходимо чем-то заполнить. Отсюда растет потребность в общении. Общение подростков со сверстниками и взрослыми необходимо считать важнейшим психологическим условием их личностного развития. Неудачи в общении ведут к внутреннему дискомфорту, компенсировать который не могут никакие объективные высокие показатели в других сферах их жизни и деятельности. Общение субъективно воспринимается подростками как нечто личностно очень важное: об этом свидетельствует их чуткое внимание к форме общения, его тотальности, доверительности, к попытке осмыслить, проанализировать свои отношения со сверстниками и взрослыми.

Часто подростки не умеют давать обратную связь - наблюдение за поведением подростков иногда создает впечатление, что их несет неведомая сила, при этом сами они не осознают мотивов своего поведения, того, что ими руководит в данный момент. Подростки не осознают различных частей своего «Я», которые определяют их поведение.

В процессе общения со сверстниками развиваются навыки взаимопонимания, взаимодействия и взаимовлияния. В группе можно сравнить себя с другими, оценить свои успехи или неудачи, занять должное положение, получить признание, уважение среди сверстников своими действиями (не только социально-положительными), утвердиться в их глазах. Для подростка делается важным умение познакомиться с понравившимся человеком, свободно чувствовать себя в компании, разделяя нормы и интересы значимой для него группы, а также ощущать, что при этом он не теряет индивидуальность, может высказывать свои мысли и выражать чувства.

На основе взаимопривлекательности, психологической совместности или общих интересов у подростков возникают другие отношения. В дружбе формируются чуткость, отзывчивость, сопереживание, сочувствие и проникновение во внутренний мир друг друга. Отчество также пора первой любви и сексуальных влечений.

Очень важно в работе с подростками сконцентрироваться на выработке чувства лёгкости, спонтанности, уверенного спокойствия в контактах, - того, что некоторые психотерапевты называют «свободным самочувствием». Противоположностью свободного самочувствия является постоянная внутренняя напряженность, сдерживание своих эмоций, зажатость, ожидание неприятностей.

Свободное самочувствие предполагает заботу о своём психологическом благополучии, умение адекватно отреагировать на слова и действия сверстника, сказать, какие чувства и ощущения вызывают у вас его поступки, донести до партнёра сообщение о ваших чувствах, дать ему шанс проникнуться вашими переживаниями.

В связи с вышеизложенным становится абсолютно ясно, что необходимо специальное обучение коммуникативным навыкам, основанным на невербальных средствах общения, как

способов познания себя и познания других людей. Это необходимо также для развития самого себя, развития межличностной чувствительности, как условий для полноценного продуктивного взаимодействия подростка с другими людьми в практической деятельности и личностном взаимодействии.

1.3 Актерский тренинг как форма работы на театральных занятиях

Психологический тренинг к началу XXI века внедрился во все сферы общественной жизни и стал неотъемлемой частью не только психологического обслуживания, но и обучения. В самом широком понимании тренинга его можно отнести скорее к разряду общественных явлений.

В качестве идейных оснований тренинга принято рассматривать широчайший спектр разнообразных подходов, теорий и концепций, в том числе гуманистическая психология (К. Роджерс, А. Маслоу), психоанализ (В. Шутс, В. Бенис и Г. Шеппарт), гештальттерапия (Ф. Перлз), школа групповой динамики (К. Левин), социометрия, социодрама и психодрама (Дж. Морено), педагогические взгляды Дж. Дьюи и андрогогический манифест М. Ноулза.

Вышеперечисленные направления и подходы, список которых можно продолжить, представляют собой не просто исторические корни, их влияние ощущается и поныне, особенно заметно оно в стилистике проведения тренинга. Приверженность тому или иному идеино-теоретическому направлению определяет и выбор терминологии, используемой при обсуждениях проблем тренинга, проводимых в профессиональных кругах. Но что касается технологий, методик и техник тренинговой практики, то здесь ситуация наиболее правильно описывает как почти беспредельный эклектизм. В ход идет все, что «хорошо работает», и процедуры и приемы, разработанные в рамках одной из школ, почти немедленно становятся достоянием конкурирующих направлений.

Методологические разработки, оформленные в строго академической манере и отличающиеся логической стройностью и широтой охвата имеющегося материала, не могут не вызвать интереса. Поиск теоретических оснований существующих и развивающихся обучающих технологий - дело далеко не бесперспективное и в будущем, несомненно, сулит определенные дивиденды. Однако плодотворность их использования в настоящее время несколько сомнительна, так как на передний план выдвинулись иные подходы, решающие те же задачи, но уже фактически взятые на вооружение практиками.

Тренинг - есть форма групповой психологической работы. Поэтому, несмотря на возможное применение его некоторых видов при индивидуальной психокоррекции, его теоретико-методологические и процедурно-методические основы являются собой систему принципов психологической работы с коллективом (для тренера) и в коллективе (для тренируемых).

Главные особенности психотренинга, определяющие его статус среди всего множества методов психологии, это: 1) повышенная активность участников; 2) игровой характер; 3) обучающая направленность; 4) систематическая рефлексия и 5) групповая форма проведения.

Характерной особенностью рассматриваемой группы активных методов является *игровая форма* их проведения. Сама природа игры определяет сочетание в ней эффективности и безопасности обучения действиям в критических ситуациях. Условность игры снимает страх за возможную неудачу в разрешении реальных проблем, моделируемых в игре. Тем самым стимулируются творческое и эмоционально насыщенное отношение к процессу решения проблем. В свою очередь подобная активизация креативности и эмоциональности порождает уверенность в своих возможностях, способствует усвоению новых знаний и расширению арсенала эффективных способов поведения.

Сценическое общение - это своеобразное воздействие друг на друга при неразрывной внутренней взаимосвязи. Оно складывается из отдачи и восприятия внимания, мысли, чувства. Без моментов отдачи и восприятия нет общения.

Сценическое общение, сцепка, хватка (по выражению К.С. Станиславского) требует участия всего творческого аппарата актера, как внутреннего, так и внешнего. Он говорил: «У нас на сцене должна быть хватка - в глазах, в ушах, во всех органах пяти чувств. Коли слушать, так уж слушать и слышать. [...] Коли смотреть, так уж смотреть, так уж смотреть и видеть. [...] Не забывайте, что хватка отнюдь не чрезмерное физическое напряжение, а большое, активное, внутренне действие».

В жизни, как известно, человек находится в постоянном и непрерывном общении то с одним, то с другим объектом, при чем очень часто ряд общений бывает механическим.

На сцене актер, как и в жизни, должен также все время общаться. «К сожалению, - замечает К.С. Станиславский, - такое непрерывное взаимное общение редко встречается в театре. Большинство актеров если и пользуются им, то только в то время, пока сами говорят слова своей роли, но лишь наступает молчание и реплика другого лица, они не слушают и не воспринимают мыслей партнера...»

Общение - это действие двустороннее. Если один из партнеров меняет свое поведение в роли, другой должен немедленно заметить это и также внести изменения в свои действия. А возможно это лишь тогда, когда общение будет непрерывным.

К.С. Станиславский предлагает следующие этапы прохождения элементов общения:

- 1 этап - органический процесс общения;
- 2 этап - четыре условия, необходимые для общения;
- 3 этап - работа по развитию органичного непрерывного процесса общения. (тренинг)

В тех случаях, когда органический процесс общения не создается подсознательно, приходится складывать его сознательно из отдельных моментов в логичном и последовательном порядке по законам нашей природы.

Органический процесс общения человека с человеком складывается примерно из пяти моментов или стадий:

- 1 стадия - ориентирование в окружающих условиях, выбор объекта;
- 2 стадия - привлечение на себя внимания выбранного объекта (партнера) с помощью действий;
- 3 стадия - зондирование души партнера щупальцами глаз (чтобы узнать, в каком он настроении), то есть подготовление объекта для восприятия мыслей, чувств, видений субъекта;
- 4 стадия - передача своих мыслей, эмоций, видений объекту (партнеру) с помощью лученспускания, слов, голоса, интонаций, приспособлений. Попытка заставить объект не только понять, услышать, но и увидеть передаваемое внутренним зрением так, как видит его сам общающийся с ним субъект;
- 5 стадия - момент отклика объекта.

Весь ход развития взглядов Станиславского и характер его поисков указывают на понимание им необходимости специального тренинга, ориентированную на активацию творческого потенциала и развитие важнейшей составляющей актерской одаренности, которую называл то интуицией, то пробудившимся сверхсознанием.

Предлагаемые тренинги являются своеобразной актерской терапией, направленный на снятие психических и мышечных напряжений (зажимов), расширение сферы осознания ощущений, исследование чувств, снятие энергетических блокировок, которые притупляют восприятие, реактивность организма, на обучение тела механизму обратной связи взаимодействия физического и психологического.

Направленность на увеличение степени участия - вовлеченности психофизики актера в происходящее здесь и теперь. Тренинг имеет личностную форму, и задача его состоит в устраниении личных преград и барьеров психофизического аппарата.

Актерское мастерство всегда опирается на внутренний материал, то есть на нажитое человеком в жизни. Ранее уже говорилось, что эмоциональная память накапливает тот материал, который нам необходим для сценического общения.

И вот когда при помощи эмоциональной памяти чувство нажито, то у нас является желание передавать его другим (то есть партнерам) делиться и заражать им. А для этого актеру необходимо иметь, с одной стороны, брать, воспринимать от партнеров, а с другой стороны, уметь воздействовать на своих партнеров. Очень важно уметь воспринимать слова и мысли партнеров, причем каждый раз по-новому, по-сегодняшнему, вновь осознавая хорошо знакомые мысли и слова чужой роли. Упражнения направлены на развитие творческого потенциала - тренируют не профессиональные навыки, а обучают организм человека новым для него психофизическим состояниям, новому восприятию, новым реакциям, непривычному эмоциональному включению.

2. Актерский тренинг как способ решения проблем сценического общения

2.1 Изучение учебно-методического материала. Просмотр театральных тренингов

Для разработки практической части, я использовала различные методические пособия. Такие как «ТЕАТР ГДЕ ИГРАЮТ ДЕТИ», М. Кипнес «АКТЕРСКИЙ ТРЕНИНГ», Гиппиус «ГИМНАСТИКА ЧУВСТВ», и многие другие просмотрела различные упражнения, ведь необходимо подобрать для определенного возраста, разнообразные по содержанию.

Для себя выделяла наиболее интересные упражнения, в которых непосредственно основная задача была направлена на решение проблем сценического общения, но а так же снятие как мышечных зажимов, так и психологических, развитие креативности, когнитивных процессов, воспитание психотехники исполнителя.

В дальнейшем я прогнозирую апробировать упражнения на практике в УДО.

Ниже представлены различные тренинги, с подробным описанием:

1. Общение с одушевленным и неодушевленным объектом.

Прежде чем начать общение, создайте предлагаемые обстоятельства. Конкретно сфантазируйте их, призвав на помощь эмоциональную память, и, когда фантазия и эмоциональная память возбудят повторные чувства и мысли, наметьте себе цель, задачу, действия:

- рассмотрите всех сидящих в комнате, проверьте в каком они настроении;
- рассмотрите эскизы к будущему спектаклю, новую скатерть на столе, новый костюм соседа и т.д.

2. Общение с объектами для всех пяти органов чувств:

- посмотрите и послушайте через окно (если можно, откройте его), что делается на улице;
- определите окружающие вас запахи в комнате, в саду и т.д.;

3. Общение с объектом ранее виденным, слышанным:

- вспомните все события вчерашнего дня;
- вспомните художественную выставку, музей, демонстрационный зал моделей сезона и т.д.;

Упражнения (на органический процесс общения).

1. Вызвать 4-5 учеников, дать им задание (например, срочно составить точный список-заявку на реквизит для работ по этюдам) и предложить им действовать. Потом вызвать еще одного и незаметно от той группы тихо дать ему задание подойти к одному из них и попросить у него что-то (например, учебный конспект, одолжить деньги и т.д.).

2. Дать такое задание: а) вызвать из группы, занятой каким-либо делом, нужного вам человека; б) передать записку; в) послать с поручением; г) уговорить остаться сегодня подежурить и т.д., и все это делать незаметно, не отвлекая остальных от их общего занятия.

3. Предложить каждому наметить действия, цель и проделать упражнение на органический процесс общения.

Упражнения на развитие непрерывного органического общения.

Педагог - режиссер дает задачу группе, они НЛО и общаются фразами «тата-ти-татата», но а затем дает предлагаемые обстоятельства:

а) Распродажа в магазине....

б) дебаты на выборах

в) Совет любителей туризма (куда отправиться далее) и т.п....

4. Упражнение «пристроившийся» По сигналу педагога один из учеников занимает то или иное положение. Двое-трое пристраиваются к нему. Последний «пристроившийся» оправдывает получившуюся мизансцену, создает предлагаемые обстоятельства, указывая конкретно, детально на взаимоотношения действующих лиц. Остальным участникам этой «пристройки» разрешается задавать ему вопросы, уточняющие предлагаемые обстоятельства. Когда все выяснено, все понятно, все должны продолжить начатые действия. Занятое положение будет являться или первой мизансценой этюда, или последней завершающей.

5. Предложить участникам занятий придумать сюжеты упражнений для 2-4 человек, а потом на групповых занятиях проделать их.

Во всех упражнениях необходимо следить за логикой и последовательностью всех элементов психотехники.

6. Упражнение «Репродукция» Педагог вызывает несколько учеников и дает им открытку-репродукцию картины известного художника, ну, например, картину художника И.Е. РЕПИНА «НЕ ЖДАЛИ.», объясняя: «Вам дана художником тема, разведите ее. Создайте конкретные предлагаемые обстоятельства, точные взаимоотношения. Запомните положение действующих лиц на открытке (каждому назначается определенная фигура, изображенная на этой открытке) и фигуру, роль которой вы будете исполнять, и действуйте.

Положение, занятое всеми, согласно изображаемому на открытке, будет последней вашей мизансценой».

Некоторые участники в работе над этими этюдами часто теряют чувство меры, сразу начинают играть образы. А поэтому педагог должен производить разбор этюдов, указывая на допущенные ошибки.

Общее сквозное действие у кукол и контрсквозное - это обеспечит конфликт. А линия действий каждого будет зависеть от его индивидуальных особенностей, от его характера, научиться «схватывать» и передавать не только весь комплекс движений, а «зерно» характера, особенности поведения, пытаться вобрать уяснить для себя логику физических действий, поиски наиболее характерного.

Это не только развивает органичность, наблюдательность, фантазию, чувство ритма, но и является переходным этапом к изучению характерности. Они способствуют раскованности учеников, раскрытию их внутренних данных, пробуждают творческую увлеченность. Необходимо подобрать репродукции где изображено максимум персонажей

Выше приведены тренинги на развития различного сценического общения, с неодушевленными и одушевленными предметами, органическое и не прерывное общение. Все они связаны между собой определенной линией. И если она логически верно выстроена, добиться результата с наименьшей затратой времени.

2.2 Разработка комплекса упражнений на решение проблем сценического общения

Проработав различные источники, выявлены наиболее упражнения. Но для достижения результата необходимо создать комплекс упражнений для решения проблем сценического общения от более простых к более сложным, от индивидуальных выполнений к групповым.

Для начала необходимо разогреть психоаппарат и начать с упражнения: «Общение с одушевленными и неодушевленными объектами». Затем аппарат готов, необходимо разогреть речевой аппарат и продолжить упражнением «На непрерывное органическое общение». После проделанных упражнений не стоит делать перерыв, а лучше сразу перейти к упражнению где в процесс включается мимика, жесты, телодвижения: «Упражнения на органический процесс общения». Психоаппарат готов не только к выполнению задач, но и к взаимодействию с другими субъектами, можно начинать упражнения с взаимодействием субъектов, мизансценированием, оправданием, для этого предлагается выполнить упражнение «Пристроившийся». Линия идет по нарастающей, вполне реально провести упражнения на массовость, оправдание, мизансценирование, чувство веры и правды в предлагаемые обстоятельствах для этого предлагается провести тренинг «Репродукция».

Комплекс упражнений можно развить далее, делая разные ответвления, плавно перетекающие друг в друга: от развития пластики к мизансценированию, разогрева мышечного аппарата и речевого аппарата, снятие мышечного напряжения и психического.

Создавая различные комплексы упражнений, мы создаем условия для более продуктивного развития, обучения и воспитания детей.

Заключение

психологический актерский тренинг театральный

Общение это элемент, без которого невозможно представить себе формирование ребенка, человека вообще. С общения начинается наше поведение, наше действие и чем выше уровень его развития, тем продуктивнее результат нашего действия. Через общение человек получает информацию, и отдает ее в окружающий мир. Выстраивает межличностные отношения, без которых невозможно гармоничное развитие личности.

В подростковом возрасте одна из доминирующих ролей является - общение. И важно создать условия для продуктивного, положительного общения. В условиях детской театральной студии, возможно решить все поставленные задачи, помочь подростку реализовать себя как личность, проявить себя, реализовать свои творческие способности. Найти друзей по интересам. Развивать свои коммуникативные навыки.

В условиях театральной студии при выборе тренинга как формы работы, имеется множество положительных моментов. У ребенка снимаются мышечные зажимы, развиваются мимика, артикуляция, когнитивные процессы. Вырабатывается чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопонимания, взаимовыручки, ведь выполнения упражнений невозможна без общения и взаимодействия субъектов.

Список литературы

1. К.С. Станиславский. Работа актера над собой. Ч. 1,:Изд. «Искусство», 1954
2. Н. Абалкин. Система Станиславского и советский театр.: Изд. «Искусство», 1950
3. К.С. Станиславского.: Изд. «Искусство», М., 1951
4. Станиславский К.С., Работа актёра над собой. Работа актёра над ролью, Собр. соч., т. 2-4, М., 1954-57;
5. Горчаков Н., Режиссёрские уроки К.С. Станиславского, 3 изд., М., 1952;
6. Абалкин Н., Система Станиславского и советский театр, 2 изд., М., 1954;
7. Кнебель М., О действенном анализе пьесы и роли, М., 1961

Размещено на Allbest.ru