Kushel N.A.

PSYCHOLOGICAL FEATURES ROLE OF SELF-REALIZATION TEACHER: THEORETICAL ASPECTS

The article deals psychological especially of roles, theory roles and its meaning. Characteristics and influence social roles from forming professions a teacher.

Key words: role, teacher.

УДК 378.14:792:159.91 **Лимаренко Л.І.**

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ТРЕНІНГОВОЇ РОБОТИ У СТУДЕНТСЬКОМУ ТЕАТРІ

Стаття присвячена дослідженню питання психофізіологічних аспектів у тренінговій роботі зі студентськими театрами вищих навчальних закладів. Автор зосереджує увагу на обов'язковому врахуванні фізичних і психологічних особливостей студента у процесі проведення тренінгових занять.

Ключові слова: психофізіологічні аспекти, тренінгова робота, студентський театр.

Упродовж віків навчальні заклади у процесі професійної підготовки спеціалістів відводили важливу роль мистецтву. Науковими дослідженнями встановлені та ґрунтовно викладені історичні, теоретичні, практичні параметри використання різних видів мистецтва у розвитку особистості. Слід зазначити також, що і сьогодні, в умовах незалежності України вітчизняні науковці, як і раніше, не втрачають інтересу до питання визначення ролі та місця мистецтва, зокрема, театрального у формуванні особистості, його виховного впливу на професійну підготовку майбутніх фахівців.

Актуальність даного питання особливо зростає зараз, коли почався процес модернізації національної освіти. Саме це і вимагає від педагогічних кадрів пошуку найбільш оптимальних шляхів передачі наукових знань студентській молоді, виробленню у неї вмінь та креативних навичок, а також створення відповідних умов для духовного самовдосконалення, самореалізації студентства.

Однією із таких важливих умов є діяльність студентських театрів у вищих навчальних закладах. Функціонуючи у позааудиторний час, ці театри покликані спонукати студентську молодь до художньої творчості, яка вважається одним із найскладніших видів людської діяльності та є необхідною складовою професійної підготовки майбутніх учителів, перш за все, загальноосвітніх шкіл та ліцеїв мистецтв.

В якості засобів вирішення цього завдання зазвичай використовуються тренінгові технології. При цьому, слід відмітити, що в даній роботі необхідно завжди враховувати психофізіологічні особливості студентів.

Отже, метою статті є з'ясування психофізіологічних аспектів у тренінговій роботі зі студентським театром, створення відповідних умов для їх самовдосконалення, самореалізації студентів – майбутніх учителів.

Засвоєння досвіду тренінгової методики втілено у фундаментальних працях К.С. Станіславського, В.І. Немировича-Данченка, М.О. Чехова.

Відомі режисери-педагоги Б.Є. Захава, М.О. Кнебель, З.Я. Корогодський у публікаціях стосовно акторських тренінгів вказують на активне впровадження в навчально-виховний процес різноманітних тренінгів психофізичного апарату акторів. Науковці доводять необхідність активізації підготовки сучасних фахівців шляхом пошуку і впровадження нових форм, методів, оновлення вправ акторських тренінгів.

У своїх дослідженнях Л.П. Новицька визначає тренінг як шлях практичного оволодіння елементами внутрішнього сценічного самопочуття та пропонує доступні вправи,

які доцільно використовувати у навчально-виховній роботі театрального колективу щодо формування психотехніки.

Науковий доробок С.В. Гіппіуса, де глибоко переосмислена та перепрацьована система К.С. Станіславського, став настільною книгою не тільки для акторів, режисерів, керівників творчих студій, театральних педагогів, але й для психологів. Практикуючі психологи, давно і з успіхом, використовують в особистісних тренінгах вправи С.В. Гіппіуса.

М.Л. Соснова, розкриває проблемні, вузлові питання формування особистості актора шляхом постійного тренування – муштри, яка розвиває і формує професійні вміння.

Останнім часом у дослідженнях з театральної педагогіки розглядається значення тренінгів у формуванні психотехніки майбутнього актора. Так, театральний педагог Л.В. Цукасова досліджує впровадження тренажу всіх елементів системи. Принципи та поради щодо впровадження тренажів у формування акторської психотехніки, викладені у її наукових працях, які доцільно використовувати не тільки для навчання у професійних закладах, а також для широкого кола любителів театрального мистецтва.

Український мистецтвознавець, режисер, педагог Ю.П. Висоцький досліджує актуальні, принципові питання практики і теорії акторського тренінгу. Автор розглядає використання тренінгу психотехніки у процесі формування акторської індивідуальності.

У молодої людини, яка стає студентом вищого навчального закладу починається нове, незвичайне для неї зріле життя, що прийнято називати "дорослим". Недаремно, студентський вік вважається особливим етапом життєдіяльності людини, переходом від юності до зрілості. Цей період життя характеризується прагненням до високого освітнього рівня, обґрунтованою пізнавальної мотивацією, соціальною активністю. Зазначаємо, що у студентському віці також формуються пізнавальні та професійні інтереси, потреба та ствердження себе у вибраній праці, здатність планувати свій життєвий шлях. Тому, безперечно, в цей час від якості організації навчально-виховного процесу залежить становлення особистості студента у його майбутній професії.

Власний багаторічний досвід практичної роботи дає можливість охарактеризувати студентський вік як максимально працездатний, коли людина спроможна досягати найвищих результатів і витримувати надзвичайно великі фізичні й психічні навантаження. Основу цієї витривалості складають психофізіологічні якості молодого організму. Їх можна покращити ще більше, якщо будуть створені належні для цього умови. Впливаючи на формування особистості студента засобами театру, педагог отримує можливість інтенсифікувати інтелектуальний, емоційний та фізичний розвиток студентів. Іншими словами, засоби театру в їхньому впливі на студентів – безпосередніх учасників театрального дійства – стимулюють розвиток їхнього психофізичного апарату. Практичним відображенням цього розвитку, наприклад, є поліпшення пам'яті, тобто збільшення швидкості запам'ятовування, покращення збереження інформації та повноти її відтворення. Все це є невід'ємним складовим елементом майстерності актора. Більш того, цей елемент, як і уяву, м'язову пам'ять (пам'ять фізичних дій), спілкування, зміну відношення можна сформувати у процесі арт-тренінгу, тобто занять з психотехніки художньої діяльності. Згідно з думкою Ю.С. Дружкіна, арт-тренінг "працює зі змістом свідомості… завжди спрямований на її більш повний та високий синтез" [3]. Застосована на врахуванні та вивченні фізіологічних реакцій психотехніка художньої діяльності допомагає не тільки більш глибоко зрозуміти закономірності людської психіки, але й "організувати свідомість згідно законів краси та гармонії. При цьому виявляється, що красиво та гармонійно організована свідомість працює набагато ефективніше" [3].

У контексті нашого дослідження остання теза має дуже важливе значення, оскільки студентський театр є різновидом художньо-творчої діяльності, яку опановують учасники театрального колективу під час навчально-виховного процесу. Він має складний комплексний характер і вимагає від його акторів здійснення декількох видів діяльності. Це, в підсумку, позитивно впливає на оволодіння внутрішніми елементами психотехніки (дією, увагою, уявою, спілкуванням, емоційною пам'яттю, почуттям правди, віри, темпу, ритму), а

також зовнішньою фізичною формою втілення (мімікою, голосом, мовою, інтонацією, рухом, пластикою). Все це, у свою чергу, стає міцним поштовхом до розвитку особистості студента, стимулом до його самовдосконалення як майбутнього фахівця.

З огляду на вищезазначене, відомий театральний режисер, педагог О.М. Поламишев нагадує та неодноразово звертає увагу на те, що "психотехніка актора повинна бути такою гармонійною, щоб з появою у свідомості актора лише думки про необхідність якогось вчинку, тіло його мусило б тієї ж миті почати виконувати визначену характером вчинку суворо конкретну дію, і навпаки, якщо тіло актора чомусь ще не почало виконувати якісь фізичні дії, тоді його психіка миттєво має реагувати – вирішувати, як учиняти йому надалі" [6, с. 219]. Отже, за твердженням автора, психотехніка майбутнього фахівця має бути досконалою. Водночас, слід добре розуміти, що психофізіологічні особливості у кожного студента різні. І якщо деякі фізичні або психічні якості розвинуті слабо, їх можна й необхідно удосконалити, щоб тіло слухалося актора і виконувало складні фізичні дії, а психіка своєчасно реагувала на них та на зміну ситуації взагалі. Саме для цього в студентському театрі й використовуються тренінгові технології, завдяки яким формується психотехніка учасника театрального колективу.

Нагадуємо, що термін "тренінг і муштра" було введено у педагогічну практику К.С. Станіславським. Його перша публікація про тренінг датується 1919 роком, тоді, коли журнал "Горн" опублікував дві статті М.О. Чехова про Систему реформатора сцени [6]. В цій роботі К.С. Станіславський звернувся до практичного рішення проблеми свідомого оволодіння підсвідомими творчими процесами, до стабільного професіоналізму актора. Він почав шукати технічні шляхи для створення такого самопочуття актора на сцені, яке, за його словами, створює сприятливий ґрунт для приходу натхнення і не є випадковим, а створюється свідомо самим актором [7].

До речі, К.С. Станіславський виявляв неабияку зацікавленість до праць видатного російського фізіолога зі світовим ім'ям І.П. Павлова та, зокрема, ретельно вивчав його роботи з дослідження вищої нервової діяльності. У цих працях І.П. Павлов, говорячи про творчість, розглядав її як несвідомий процес, як осяяння, що ніби-то приходить до людини. Вплив даних робіт на великого реформатора сцени був настільки значним, що у спілкуванні з акторами він часто вживав павловську наукову термінологію. У листуванні, що зав'язалося між ними, І.П. Павлов висловлював думку про можливість майбутнього злиття мистецтва з наукою [1].

Подальший розвиток нейронауки показав, що місточком, який би міг забезпечити подібне поєднання мистецтва та науки, цілком здатна виконати психофізіологія. Її предметом є поведінка людини. Згідно О.Р. Лурії [5], психофізіологія – це фізіологія цілісних форм психічної діяльності. Вона виникла в результаті необхідності пояснити психічні явища за допомогою фізіологічних процесів, і тому у ній зіставляються складні форми поведінкових характеристик людини з фізіологічними процесами різного ступеню складності. Зміст наведених визначень досить добре корелює з наступним висловлюванням К.С. Станіславського: "Пізнайте свою природу, дисциплінуйте її". Для сучасних режисерів, акторів та викладачів мистецьких дисциплін ця теза набула форми заповіту. Дійсно, єдиний шлях пізнання самого себе – це шлях дії, активного впливу на свою природу та взаємодію з навколишнім середовищем. Закономірно, що інструментом як актора, так і педагога є його внутрішні (психічні) та зовнішні (фізичні) дані, які К.С. Станіславський називає елементами творчості, адже саме тіло, голос, нервовий апарат, темперамент є їхніми знаряддями праці. Причому, їх професійні дії можливі лише за умови віртуозного володіння всім спектром власних психофізичних даних. Перераховані психофізичні дані (механізми), що лежать в основі поведінки людини, забезпечують програмування, регуляцію та контроль різних форм свідомої діяльності. Вони є складними інтегральними системами, необхідними для здійснення психічної діяльності. Художньо-творча діяльність у цьому плані не є виключенням, оскільки в ній також знаходять свій прояв вищі кіркові функції мозку.

Розумова діяльність, як свідчать наукові дослідження, завжди пов'язана з підвищенням функціональної активності мозку. Причому, ефективність цієї діяльності людини залежить від індивідуально-типологічних властивостей центральної нервової системи [9, с. 152]. Отже, закономірно, що наслідком активної взаємодії зовнішніх і внутрішніх, фізичних і психічних факторів діяльності є народження творчості та образного, символічного мислення.

Таким чином, виникнення творчого начала людської діяльності, образного символічного мислення з'являється у процесі взаємодії зовнішніх і внутрішніх, фізичних і психічних характеристик діючої особистості. При цьому слід підкреслити, що для того, щоб результат такої творчої діяльності виявився ефективним, майбутнім спеціалістам необхідно вдосконалювати зазначені вище психофізичні елементи. Це вдосконалення становить зміст першого розділу системи К.С. Станіславського "Роботи актора над собою", який припускає щоденний тренінг і муштру, спрямовані на покращення, шліфування акторської техніки [9]. Безперечно, володіння психофізикою як своїм професійним інструментом дозволяє акторові, учаснику студентського театру повноцінно й професійно працювати на сцені поза залежністю від натхнення, а вірніше – входити в потрібний творчий стан саме тоді, коли це необхідно; вольовим зусиллям досягати правильного творчого самопочуття. Тільки завдяки постійним заняттям акторською технікою можлива повноцінна робота актора над роллю. Тому дуже логічно, що назвою другого розділу системи К.С. Станіславського є "Робота актора над роллю" [8]. Необхідно визнати, що методологічним підґрунтям проведення тренінгової роботи є системи К.С. Станіславського та М.О. Чехова, що у подальшому були розвинуті у наукових працях М.Й. Кнебель, С.В. Гіппіуса, Л.П. Новицької. Метою їх систем виховання актора є свідоме оволодіння людиною власним психофізичним апаратом. Більш того, системи цих театральних педагогів-майстрів, з нашої точки зору, зосереджують увагу митців на психофізіологічних аспектах тренінгової роботи, а саме: свідомому оволодінні людиною своїм психофізичним апаратом; умінням співвідносити свої дії з діями партнера чи партнерів; умінням залишатися собою в умовній ситуації, у так званих "запропонованих обставинах".

Таким чином, відомі театральні діячі намагалися і намагаються пізнати природу творчості, її механізмів, з певною метою: навчитися самому та навчити актора бути у творчому стані під час здійснення професійної діяльності. Крім того, системи К.С. Станіславського, М.О. Чехова є технологією підготовки та реалізації творчого результату. Така технологія спирається на природні, психологічні закономірності взаємодії людини з оточуючим світом. У зв'язку із цим, цілком очевидно, що ці елементи повинні бути присутні й у процесі педагогічної діяльності в обставинах навчання у студентському театрі. Власний досвід роботи театрального педагога та керівника навчального студентського театру дозволяє зробити висновок, що неможливо розвивати акторські вміння та формувати психофізіологічний апарат студента, не визначивши об'єктивних природних задатків і характеру особливостей його переживань.

Сучасна наукова театральна методика навчання передбачає, що ще під час вступних іспитів у абітурієнта потрібно намагатися розкрити потенційні властивості кожної модальності відчуттів (зорової, слухової, кінестетичної); виявити домінування того або іншого типу пам'яті (зорової, слухової, рухової); темп виникнення й розгортання чуттєво-рухових реакцій; ритм і спосіб переключення (включаючи швидкість переключення) з одного чуттєвого розрізнення на інше; силу й інтенсивність чуттєво-рухової реакції; глибину послідовних реакцій, яскравість асоціацій, що утворюються; ступінь володіння зоровою пам'яттю й зоровими поданнями (баченнями) [2, с. 306].

Апробований при конкурсному відборі у студентський театр "Студі-Арт" Херсонського державного університету такий підхід дійсно показав свою ефективність. Крім того, в ході цього конкурсу, як свідчить наш досвід, можна виявити індивідуальні особливості розвитку тих або інших чуттєвих умінь. Встановлення об'єктивних критеріїв творчої обдарованості й визначення найбільш плідних шляхів її розвитку та

вдосконалювання у цьому процесі залежить від пізнавальної активності особистості. Адже розвинутість пізнавальних потреб студента детермінує його діяльнісну активність [4], яку потім, шляхом тренінгу у студентському театрі, можна структурувати, і відпрацьовувати навички психофізіологічної творчості.

Підсумовуючи все викладене вище, слід визнати, що тренінгові заняття у студентському театрі є ефективним методом впливу на весь організм студента. У свою чергу, це запорука розвитку механізмів творчості особистості, яка опановує нові горизонти свого життя. Оцінюючи значення тренінгів, за умов урахування психофізіологічних аспектів, можна стверджувати, що такий напрям роботи у вищому навчальному закладі позитивно впливає на майбутніх фахівців будь-якого педагогічного спрямування, на розкриття їхніх художніх здібностей та творчого потенціалу, а результатом цього процесу є сформована, гнучка психотехніка учасника студентського театру, підготовленого до професійної діяльності. В подальшому планується акцентувати увагу на розвиткові конкретних психофізіологічних якостей особистості у контексті тренінгової роботи.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Валобцев В.А., Скляр И.Г. Методы экспериментального исследования К.С. Станиславского сценич. творч. актера /В.А. Валобцев, И.Г. Скляр // Вестник Моск. гос. ун-та культуры и иск-в. – 2003. – №4. – С. 92-103.
2. Гиппиус С.В. Актёрский тренинг. Гимнастика чувств / Сергей Гиппиус. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2009. – 377 с.
3. Дружкин Ю.С. Психотехника художественной деятельности: Арт-тренинг / Ю.С. Дружкин. [Електронний ресурс]. – М., 2001. – Режим доступу: http://drusus.narod.ru/artbook.htm.
4. Коньков А.М. Студент і його потреби / А.М. Коньков. – Херсон: Айлант, 2012. – С. 5.
5. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии / А.Р. Лурия. – М., 2003. – 384 с.
6. Поламишев А.М. Мастерство режиссера: Действенный анализ пьесы / А.М. Поламишев. – М.: Просвещение, 1982. – 224 с. [Захава Б.Е. Мастерство актера и режисера /Б.Е. Захава. – М.: Просвещение, 1973. – 287 с.
7. Станиславский К.С. Начало сезона / К.С. Станиславский // Статьи, речи, беседы. – М, 1953. – 327 с.
8. Станиславский К.С. Работа актера над ролью / Константин Сергеевич Станиславский – М.: АСТ, 2010. – 480 с.
9. Станиславский К.С. Работа актёра над собой. М.А. Чехов О технике актёра / К.С. Станиславский, М.А. Чехов. – М.: Артист. Режиссер. Театр, 2007. – 490 с.70]
10. Чайченко Г.М. Фізіологія вищої нервової діяльності: Підручник. – К.: Либідь, 1993. – 218 с.

Лимаренко Л.И.

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ В СТУДЕНЧЕСКОМ ТЕАТРЕ

Статья посвящена исследованию вопроса психофизиологических аспектов в тренинговой работе со студенческими театрами высших учебных заведений. Автор сосредотачивает внимание на обязательном учёте физических и психологических особенностей студента в процессе проведения тренинговых занятий.

Ключевые слова: психофизические аспекты, тренинговая работа, студенческий театр.

Limarenko L.I.

PSYCHOPHYSIOLOGICAL ASPECTS OF TRAINING IN STUDENT THEATRE

The arcticle is dedicated to the research of the psycho-phisiological aspects in training work of university students. The author is concentrating on the obligatory consideration of physical and psychological features of student in training lessons process.

Key words: psycho-physiological aspects, training work, student's theatre.