



Адрес: 353370, Краснодарский край,
Крымский район,
ст. Варениковская,
ул. Леваневского, 68

Телефон: 8 (86131) 71-4-26

e-mail: MBDOU26-68@mail.ru

Наш сайт: <https://detsadik26.ru/>



Психология и театр



Ноябрь, 2016 г.

Что такое психология?

Психология (греч. — душа; греч. — знание) — это наука, изучающая поведение и психические процессы людей.



Что такое театр?

Театр – зрелищный вид искусства, объединяющий в себе различные виды искусств - литературу, музыку, хореографию, вокал, изобразительное искусство и другие обладающие собственной спецификой: отражение действительности, конфликтов, характеров, а также их трактовка и оценка. Утверждение тех или иных идей здесь происходит посредством драматического действия, главным носителем которого является актёр.



Психология и театр всегда были тесно связаны между собой, они дополняли друг друга. Для обучения актёра анализу характера, эмоциональных состояний героя, вживание в образ, языку телодвижений и др. используются психологические упражнения, большинство из которых взято из психогимнастики.

Что такое психогимнастика?

Психогимнастика – это курс специальных занятий (этюдов, упражнений и игр), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики человека (как ее познавательной, так и эмоционально-личностной сферы).



Чем же, с точки зрения психологии, полезен театр?

Каждый день, каждый час нас переполняют чувства, которым необходимо выйти наружу, но мы все время сдерживаем их из-за рамок, которые возложило на нас общество с самого нашего рождения. Мы почти всегда прячем свои эмоции из-за того, что мы находимся либо «не в том месте», либо «не в то время», чтобы никто не подумал о нас ничего лишнего. А ведь это может привести к серьёзным психологическим проблемам.

Когда мы сдерживаем наше внешнее выражение эмоций, мы блокируем чувства с помощью собственных мышц. Могут

сформироваться устойчивые мышечные блоки. Незаметно для нас, сдерживание эмоций приводит к:

- ослаблению дыхания;
- предрасположенности к простудным заболеваниям;
- формированию и развитию неврозов;
- безэмоциональности;
- напряженности, страха эмоционально «взорваться»;
- психосоматическим болезням.

А занятия актерским мастерством – это отличное средство выплеснуть из себя все накопившиеся чувства, не нарушая при этом законы современного социального общества.



Чем же полезна психогимнастика для актёра?

Режиссер Ф.Ф. Комиссаржевский отмечал, что не только органы речи, звуки и мышцы лица актёра, но и все его тело должно быть технически приспособленным для выражения переживаний; тем более тело, т.к. оно отражает внутренние эмоции, прежде чем они находят выражение в слове или звуке.

Поэтому программа обучения актёров включает в себя сценическое движение и ритмопластику, а многие упражнения для этого взяты из психогимнастики.

