

# ЗНАЧЕНИЕ ВНИМАНИЯ И ЭМОЦИИ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ СЦЕНИЧЕСКОГО ДВИЖЕНИЯ

Гегиадзе Ш.Л.

*Гегиадзе Шота Леонидович – доцент, преподаватель,  
кафедра драматического искусства, актёрский факультет,  
Грузинский университет театра и кино им. Шота Руставели. г. Тбилиси, Грузия*

**Аннотация:** *владение собственным телом и навыки внимания и управления эмоциями связаны со сложными психофизическими факторами. Раскованность тела на сцене, умение управления мышечной системой является одной из основных и необходимых предпосылок творческой свободы актёра. Актёр должен уметь правильно настроить своё тело и привести его в готовность для органических действий на сцене, что включает гармоничное взаимодействие мышечной системы и сознания в аудитории или в сценическом пространстве, также, студент должен контролировать собственные движения и разбираться в его механизме, то есть, анализировать, что и как он выполняет (хорошо или плохо) без лишних волнений и отрицательных эмоциональных проявлений.*

**Ключевые слова:** *внимания, эмоция, сцена.*

## **Введение**

На пути из дома до аудитории психика студента подвергается агрессивному информационному и технологическому воздействию, что соответственным образом влияет на формирование эмоционального фона студента и урока в целом. Формированные подобным образом эмоциональные состояния, (в виде информационных неврозов) [1, 157] со своей стороны, выражаются в конкретных мысленных формах и содержаниях, и в целом все это находит свое отражение в поведении студентов. Исходя из этого, создание соответствующего настроения студента для урока в процессе обучения сценическому движению, является более сложным и важным процессом. Соответственно, результаты освоения студентом учебной программы связаны, в первую очередь, с вниманием и их начальным и дальнейшим психоэмоциональным отношением к уроку.

Наша главная цель – за максимально короткий промежуток времени суметь опознать эмоциональные состояния студента и привести их в соответствие с необходимыми параметрами с использованием педагогических способов и методов. Естественно, что функция педагога в отношении эмоций студента этим не ограничивается, поскольку изменчивость эмоциональных состояний студента во время урока сценического движения связана с процессами освоения навыков движения и способностью студента концентрировать внимание, управлять эмоциями и корректировать их, что требует разработки и применения соответствующих педагогических методов и способов.

**Актуальность исследования:** по нашим соображениям, на сегодня в сфере сценического движения весьма актуальным остаётся вопрос отношения внимания и эмоций. Актуальность рассматриваемой темы объясняется и тем, что специфика освоения сценического движения непосредственно связана с навыками студента по концентрации внимания и управлению эмоциями.

**Предмет исследования:** внимание и эмоция в сценическом движении.

Цель исследования: перенести теоретические знания, полученные по данному вопросу на основании изучения и анализа исторической и современной педагогики и психологической литературы в практическом пространстве и непосредственно в сфере исполнительского искусства, в частности, в сценическом движении.

**Инновация исследования,** по нашему мнению, состоит в следующем: на сегодня в сценическом движении, в частности, в процессе освоения движения, не изучена должным образом изменчивость эмоциональных состояний студента и их воздействие как на начальном этапе урока, так и во время урока.

**Теоретическая основа исследуемой темы** – труды теоретиков и практиков философии, педагогики, психологии, сценической педагогики и разных театров, в частности: А. Васаде, Д. Узнатзе, Спиноза, Аристотеля, К. Станиславского, Н. Демидова, В. Мейерхольда, Г. Товстоногова, А. Таирова, Д. Дидро, К. Гельвеция, С. Гальперине, У. Джеймса, К. Ланге, П. Экмана и других.

В качестве единственного принципа освоения движений в сценическом движении, в учебных процессах можно использовать исключительно осознанные, умственно-интеллектуальные процессы студента. Этим и только этим путем следует воспринять движение, как единый, логический процесс сценического действия. Исходя из этого, студент должен уметь создавать единую фразу пластики языком тела (наряду со словом) и передавать внутреннее состояние героя с помощью изученных сценических навыков и поведения. Профессиональная готовность будущего актёра к движению может быть нами определена по тому,

насколько успешно удастся исполнителю преодолеть существующие конфликты между собственным телом и сознанием.

Нетренированное тело находится в постоянном конфликте с сознанием и противоречит как всему новому и необычному, так и специально созданным в учебных процессах и существующим в них реальным и условным ситуациям. Естественно, возникшие во время учебного процесса конфликты между телом и сознанием не разрешаются мгновенно, они требуют достаточно времени и это весьма трудоемкий процесс. Педагог, со своей стороны, должен обратить внимание студента именно на это. Изучение и развитие выразительных способностей собственного тела является важнейшим процессом для студента и ее реализация возможна только с помощью полной профессиональной и методической поддержкой педагога.

Владение собственным телом и навыки внимания и управления эмоциями связаны со сложными психофизическими факторами. Раскованность тела на сцене, умение управления мышечной системой является одной из основных и необходимых предпосылок творческой свободы актера. Готовность тела актера к движению, его пластичность, выразительность, координированное действие и т.п. считалось обязательным условием фактически с первых же

дней существования театра. Актер должен уметь правильно настроить свое тело и привести его в готовность для органических действий на сцене, что включает гармоничное взаимодействие мышечной системы и сознания в аудитории или сценическом пространстве, также, студент должен контролировать собственные движения и разбираться в его механизме, то есть, анализировать, что и как он выполняет (хорошо или плохо) без лишних волнений и отрицательных эмоциональных проявлений. И что для этого необходимо? Безусловно, концентрация внимания с необходимой силой на психические процессы, происходящие в собственном теле, в ходе освоения движений. Подразумевается управление происходящих в теле человека психических процессов с помощью внимания с разработкой особой, научно-творческой техники для актера, то есть, т.н. «психотехники» (термин внедрен в психологии И.

Штерном, позднее Станиславский использовал его в сценической педагогике). Станиславский, также, как К. Марджанишвили и С. Ахметели, В Мейерхольд и другие представители театрального мира, считали необходимость научных исследований психологических и физиологических аспектов актерского творчества одним из обязательных условий и искали пути и средства для решения указанной проблемы. А решение проблемы требует изучения этой проблемы, изучения как исторического прошлого психологии и педагогики, так и теоретических и практических достижений науки в этой сфере в современных условиях и их непосредственного применения в практике.

### **Сценическое движение в структуре театрального образования**

Одним из важных предметов профессионального мастерства будущего актера в структуре театрального образования является сценическое движение. Сценическое движение, как специальный предмет, начинает формироваться в своем первоначальном виде еще в начале прошлого века. Наряду с основанием театральных школ в повестке дня встает вопрос необходимости разработки специальной учебной программы, посредством которой стало бы возможной целенаправленная и комплексная подготовка

двигательного аппарата актера для сценического действия. Первая книга – «Воспитание движения актера» – выходит в 1937 году, авторы: И.С. Иванов и Е.С. Шишмарева, а первая попытка разработки единой учебной программы состоялась в 1954 году, на Всесоюзной конференции педагогов сценического движения и танца. Несмотря на довольно большой опыт, накопленный к тому времени в сфере воспитания драматического актера, фактически не существовали научные труды, посвященные определению характера и содержания сценического движения. Сам термин «сценическое движение» не возник на пустом месте, его сущность изначально подразумевала физическую и психическую готовность исполнителя к сценическому действию и со временем его содержание приобретает универсальное значение (в начале у него было узкое специализированное назначение (подразумевается физическая подготовка). Сегодня мы его рассматриваем, как синтез всего опыта по движению тела, накопленного человечеством. И если мы рассмотрим движение человека с психофизической точки зрения, выходит, что мы (педагоги направления движения) все вместе работаем над улучшением таких профессиональных качеств студента, как воля, смелость,

внимание, память, сила, быстрота, гибкость, реактивность, приспособленность, ритмичность, музыкальность и т.д. Естественно, над всеми перечисленными профессиональными качествами мы работаем и на

уроках актерского мастерства, что в этой части профессионального мастерства (освоение специальных навыков) частично носит характер «дублирования» и все это приводит к положительному результату. Определить качество практических педагогических процессов сегодня возможно исключительно на основании теоретического научного подхода. Преодолеть проблемы, сопутствующие учебному процессу, возможно только путем проникновения в суть предмета и использования научно-педагогических методов.

Как мы уже отмечали, подход к предмету сценического движения необходимо осуществить на основании исследований в истории философии, психологических наук и разных сфер искусства, таких, как философские и педагогические взгляды Аристотеля и Спиноза о человеке, как единой системе; Экспериментальная психология и психология установки Дмитрия Узнадзе; учение К. С. Станиславского; принципы синтетического театра К. Марджанишвили и С. Ахметели, В. Мейерхольда, А. Я. Тайрова и Е. Вахтангова; Актер и сверхмарионетка Г. Крэга; Эксперименты и театральная антропология Ежи Гротовского и Э. Барба; Психологические вопросы художественного творчества А. Васадзе; Психология эмоции Пола Экмана и пр.

#### **Вопрос исследования эмоции и внимания**

##### **Эмоции**

Знания о физиологии человека дают возможность, ознакомиться с законами изменений, происходящими в характере человека, а психология дает возможность, наблюдать за изменчивостью человеческого характера, вызванной с помощью разных стимулов (раздражителей). Исходя из этого, задача педагога – вызвать или, наоборот, защитить студента от нежелательных эмоциональных изменений, что может стать причиной возникновения соответствующих (психофизических) реакций.

Современные требования педагогического воспитания состоят в том, что педагог должен уметь видеть происходящие в студенте существенные изменения (физические и психические) и направить их в нужное русло, а для этого необходимо разбираться в законах, на основании которых происходят те или иные изменения. Наличие неотъемлемости физических и эмоциональных процессов студента в учебных процессах – это обязательное состояние, без которого было бы невозможным развить в студенте творческий характер. Творческая свобода ( подразумевается полная свобода психики и мышечной системы исполнителя) должна стать главной опорой деятельности будущего актера, поэтому выработка этой свободы остается главным условием процесса воспитания актера.

Исходя из практического опыта, чем больше информационное давление педагог оказывает на студента на начальном этапе учебы (в основном подразумевается специальная теоретическая информация), тем больше вынуждает его подключиться к анализу полученной информации, в результате чего начинаются противоречивые психоэмоциональные процессы (скованность мышц и отрицательные эмоциональные проявления), что вызывает разрушение творческой атмосферы. Поэтому, первые уроки сценического движения со студентами- первокурсниками следует начать с уровня его возможности готовности к движению, то есть, ему должна быть предоставлена возможность, на начальном этапе исполнять предложенные педагогом задачи по движению, как это ему под силу, в соответствии с его физическими и органическими свойствами (процесс адаптации), под строгим наблюдением педагога и в виде коротких устных замечаний. То есть, слово-практический шаг, опять слово-практический шаг и т.д. Затем, по тому, как скоро происходит адаптация студента или группы студентов в творческой атмосфере и происходящих в ней процессах, педагог оказывает все большее и большее информационное и практическое давление на студента, соответственно, студенту постепенно становятся понятными процессы, в которых он непосредственно участвует. Поэтому, дальнейшее информационное давление со стороны педагога не воспринимается студентом, как препятствующее условие, наоборот – он становится более смелым и свободным. Естественно, все это носит временный методичный характер (условно – метод первого шага) и педагог регулирует его длительность исходя из возможностей группы или студента.

Этим путем процессы освоения навыков сценического движения должны стать органической и естественной частью студента.

Важную роль в определении эмоционального состояния человека играет свобода поведения (непринужденность поведения). Свободная, непринужденная поза, жест, мимика или улыбка указывает на уравновешенное состояние субъекта, на его настроение, установить свободные отношения с объектом. В отличие от познания собственных эмоций, где основным признаком эмоции является субъективное ощущение, познание эмоциональных ощущений другого человека в основном происходит, с одной стороны, с помощью внешних признаков то есть языка тела, такими, как: жест, мимика, поведение, и, с другой стороны, с помощью голоса и слова; тем временем, не следует оставлять без внимания т.н. «антецеденты», то есть то, что может стать причиной возникновения эмоции, и, безусловно, большое значение имеет способность педагога, определить к кому или чему направлены эмоции. Основная и главная функция эмоции (эмоции положительного или отрицательного характера) состоит в том, что она правит поведением человека, его характером и, наряду с этим, имеет и оценочные функции. Но, как пишет Симонов: Оценочная функция эмоций становится бесполезной, если отсутствует необходимость сравнения. То есть, в противоположность последователям биологической теории эмоций, эмоция в этом случае представляется, «как универсальный размер ценностей», «валюта мозга», а не простой эквивалент оценки, которая функционирует по принципу:

вредный-полезный, приятный-неприятный».[2, 26] То есть, эмоции для человека это процессы оценки информации, поступившей в мозг о внутреннем и внешнем мирах. Исходя из специфики студента, как во время учебы, так и на протяжении всей своей

творческой жизни, стоит перед решением психологических проблем, решение которых зависит от его индивидуально-профессиональных возможностей, как субъекта. Под ресурсами подразумеваются когнитивные, эмоциональные и волевые возможности, которые являются основой для таких механизмов саморегуляции, как контроль собственного поведения или внимание со стороны студента в учебном процессе. Способность саморегуляции студента подразумевает использование определенного знания в отношении собственных эмоций, а способность регулирования и управления эмоциями, со своей стороны, предоставляет студенту возможность, принять правильное решение и, исходя из этого, действовать в соответствии с принятым решением. А принятие решений подразумевает наличие и использование определенных знаний (по словам Аристотеля, это- процессы восприятия чувств, в которых участвует как тело, так и душа), то есть целая система, человек со всей своей психофизикой. (Анохин П. К. О системах.)

Исходя из вышесказанного, можно подчеркнуть следующий момент регулирования эмоции студентом: во время эмоционального регулирования происходит осознание эмоции и в случае необходимости, ее, так сказать, разрядка в процессе действия, что, в той или иной форме, служит для решения проблемы, в результате чего студент переходит непосредственно на решение проблемы. Разрядка эмоций происходит как невербально, так и вербально, а реагирование на них снижает интенсивность отрицательных эмоций. В большинстве случаев, проблема решается в результате многократных попыток, повторения (репетиция, урок), во время которых степень проявления эмоций приобретает степень, соответствующую результату каждого повторения, попытки. В результате, в регулировании эмоций первое место занимает внимание и мышление. В процессе освоения движений студент должен уметь умышленно активировать контр-эмоции, чтобы регулировать или нейтрализовать существующие препятствующие эмоции.

Причиной возникновения эмоций называют информационно-когнитивные процессы, происходящие в автоматическом режиме (П. Экман, Психология эмоции), поэтому эмоциональное состояние действует как контекст, в виде трансформации реакций и действий на явления со стороны субъекта. Обычные эмоциональные состояния субъект выражает чувствами меньшей интенсивности, чем это происходит во время выражения сильных эмоций и чувств. В отличие от ощущений, чувства сливаются и испытываются в виде единого эмоционального состояния (Вундт, «Единство эмоционального состояния», Р. Натадзе «Двухполюсность чувств», «Амбивалентное чувство»). Разные эмоциональные состояния студента на уроке являются результатом определенных причин, хотя в существующей ситуации студент может полностью или частично не осознавать причины их возникновения, поэтому, разнообразие эмоциональных состояний студента, возникшее во время освоения движений, в учебном процессе, может быть выражено в разных формах выражения чувств, это может быть настроение, аффект, фрустрация, страсти и т.д.

Станиславский видел ключи творческой интуиции актера в искусственных эмоциях и сценической правде, и говорил, что эмоция актера ненастоящая, она является результатом периферического, искусственного раздражения тела, т.е. искусственный, умышленный вызов эмоций актёром в нужный момент (А. Васадзе «Мой актерский путь», Гуревич Л., Творчество актера). Естественно, на начальном этапе учебы не может быть и речи об искусственных эмоциях, хотя эмоциональная возбужденность, высвобождение энергии и способности их управления – одно из обязательных условия для будущего актера. Безусловно, все это приемлемо, когда дело касается непосредственно завершенного художественного произведения -спектакля, роли – но в процессе поисков (репетиции), как и в процессе учебы, на первом плане должны быть ум, сознание, интеллект – тем более, когда дело имеем с эмоциональными и телесными выражениями, динамикой, движением, что, естественно, связано с соответствующими эмоциональными реакциями и, как уже отмечалось, их отрицательные проявления остаются постоянным и основным препятствующим условием в процессе изучения сценического движения.

### **Внимание**

Внимание – одна из главных условий достижения успеха в учебных процессах – во время обучения внимание студента должно быть направлено не только на интересную для него информацию, но и на информацию, которая, как он считает на данном этапе обучения, не является предметом его интереса и это не удивительно, поскольку работа с самим собой – познание собственного психофизического аппарата и установление контакта с ним, требует от студента полного включения воли и с его помощью – полную мобилизацию внимания как на начальном, так и на последующем этапе изучения сценического движения. В психологии существуют разные теории понятия внимания, среди них нас интересуют:

1. Моторная (моторно-эмоциональная) теория внимания (Т. Рибо)
2. Моторная теория внимания (Н. Ланге )

### 3. Теория установки внимания (Д. Узнадзе)

В современной психологии проблема внимания считается одной из самых сложных проблем. Она не является независимым актом и находится в постоянной связи с восприятием, памятью, мышлением, воображением, фантазией и т.д. Более того, сами эти психические процессы активируются только с возникновением внимания и приобретают содержание только в отношении познавательного процесса. Иными словами, ни один из психических процессов, происходящих в сознании человека, не осуществляется без акта внимания. Если механизм внимания – двигательного характера (Рибо - Ланге), то необходимо, чтобы в каждом проявлении внимания участвовали мышечные элементы. Таким образом, двигательные проявления, наряду с сознанием (которое также подвергается мышечному воздействию) и являются вниманием. Кроме того, внимание – это процесс адаптации человека с окружающими условиями, и, как отмечалось, вызывающие его причины лежат в аффективных, эмоциональных реакциях. Например: страх, неожиданность, удивление, оцепенение и т.п.

Творческие процессы будущего актера, как и любого другого человека, основаны как на интеллектуальных, так и на физических процессах, сосуществование которых невозможно без внимания. Д. Узнадзе писал: «Наиважнейшим условием любой учебы изначально и вполне справедливо

считается внимание... оказалось, что под влиянием внимания плодотворность умственного труда увеличивается и растет его точность». [3, 551] Такого состояния, когда внимание находящегося на сцене актера не занято каким либо объектом, не существует. Даже во время самого пассивного состояния, актер на сцене не должен оставаться без объекта внимания, также, внимание может быть поверхностным, которое быстро переходит от одного объекта к другому объекту и, кроме того, не имеет никакой конкретной цели, хотя в данном моменте наличие внимания будет очевидно. В учебном процессе в отношении студента становится необходимой разработка внимания такой степени, которая предоставит ему возможность, создать необходимую скорость переключения внимания, легкость и естественность. Хотя, в отличии от профессионального, многоплоскостного внимания уже состоявшегося актера, в процессе изучения сценического движения и особенно на его начальном этапе, студенту с помощью педагогических способов нужно значительно уменьшить объем внимания (от трех до шести единиц) и направить его на одного объекта, разрешение одной задачи (за счет фокусирования внимания на одном объекте), хотя под периферическим контролем внимания все-же остаются определенного количества объекты, тем временем, это не должно стать причиной, препятствующей намеченной педагогом задаче. Естественно, это сложная задача, поскольку в процессе урока психика студента становится эпицентром воздействия множества внешних факторов. В случае, если студент полностью включен в разрешение предложенной педагогом задачи, он обязательно сможет освободиться от чувств, которые никак не соответствуют существующей на уроке реальности. Таким образом, студенту предоставляется возможность, работать как в узком (внутренне «Я»), так и в среднем кругу внимания (то есть Я и узкий круг внимания). В сценическом движении на данном этапе (первый курс) мы имеем дело с этими двумя сферами. Работа в указанных кругах внимания на уроке сценического движения вынуждает студента, стать в процессе выполнения намеченной задачи предельно внимательным, что на начальном этапе обучения способствует процессу еще более активного освоения студентом специально разделенных и замедленных педагогом движений (еще один педагогический способ), что опять же должно произойти в результате целенаправленного, волевого действия. В данной ситуации целенаправленное, волевое внимание является главным моментом, который необходим не только для освоения разделенных движений, но и для их корректировки посредством контрольных функций внимания. Поскольку волевое внимание напрямую связано с происходящими в сознании процессами и носит активный характер, то оказавшиеся в центре активного внимания, объекты неизбежно подключаются к процессам практическо-интеллектуального действия студента. И эти процессы постепенно переходят в свойства профессионального, сценического внимания. Дело в том, что в отличии от обычного, жизненного внимания, сценическое внимание вынуждает актера, специально, сознательно разместить нужные ему объекты под собственным вниманием. То есть, в этом случае мы имеем дело с полным включением воли в процессы, в основе чего лежит вполне целенаправленное, осознанное действие. В отличии от волевого внимания неволевого, то есть, пассивное внимание, обусловлено внешними, механическими причинами. Оно является естественной чертой и в людях перераспределена весьма неравно и вызвавшую ее причину следует искать в состоянии аффекта человека.

Кроме двух указанных форм внимания в учебной практике часто встречаем переход одной формы внимания в другую форму и наоборот (то есть, реверсивный характер внимания). В таком случае объект, который стал причиной возникновения неволевого внимания студента, в дальнейшем сможет вполне свободно стать объектом активной концентрации его внимания. В результате сохранена осознанная и целенаправленная активность внимания к цели и вместе с тем, студент полностью освобождается от лишнего

психического напряжения, в результате чего происходит полное включение студента в творческие процессы и все это тесно связано с процессами мышления. В этой форме внимание появляется только тогда, когда интерес к подобранному объекту не требует особого включения воли в действие, чтобы концентрироваться на предмете объекта. Речь идет о постволевой форме внимания. Это - ситуация, когда дело, которого не освоил в начале и из-за этого оно требовало максимального включения внимания, постепенно приобретает такой особый оттенок и смысл, что вызывает желание, в течение длительного времени заниматься этим делом (можно назвать это творческим вниманием), оно не требует максимального напряжения воли и в результате превращается в осознанный, умственный процесс. Подобное чередование форм внимания часто встречается на уроках сценического движения, поскольку исходя из его специфики, оно связано с активными, движущимися и эмоциональными процессами. Невозможно, чтобы студент на протяжении учебного процесса непрерывно и длительно приостановил внимание на одном объекте (и это не является нашей задачей).

Педагог должен постоянно обновлять объект внимания, то есть, частое изменения как ряда задач, так и их длительности и чем разнообразнее будет содержание урока, тем больше будет положительных эмоциональных проявлений и, соответственно, качество освоения урока будет гораздо высоким. Таким образом, включение студента в учебно-творческие процессы является психическим состоянием, которое возникает в процессах его активной деятельности и должно представлять вполне осознанный процесс изучения движений.

#### ***Список литературы***

1. *Севастьянов А.И.* Общая театральная психология. 2007.
2. *Симонов П.В.* Эмоциональный мозг. Изд. Наука. М; 1981. 216 с.
3. *Узнадзе Д.* Общая психология. Изд. Мацне. 2015. 636 с.