

Мастеркласс

«Пластико-когнитивный стиль в театре Движения»

Импровизация и динамическая композиция

Мы предлагаем посмотреть на импровизацию, как это не парадоксально звучит, как на навык, на привычное состояние души и тела человека, т. е. не как на искусственно, специально освоенную технику движения, а как на стиль жизни, включающий живое чувственное восприятие и живой отклик на все, что происходит в окружающем нас мире. Ведь импровизация сродни жизни.

Конечно же, у данной темы есть и психологическая проблематика, но мы постараемся от нее уходить и опираться только на движенческую активность человека, которая по сути и является языком театра Движения.

Для импровизации крайне необходимо, чтобы человек был подключен к своим собственным ресурсам, которые уникальны для каждого конкретного человека. Причем для актера важно овладеть способностью свободного перехода от одного ресурса к другому. В этом случае роль педагога состоит в том, чтобы помочь актеру выработать умение работы со своими собственными ресурсами и умение свободного перехода от одного ресурса к другому внутри одной и той же задачи. Далее мы покажем, как это может выглядеть на примере.

Но сначала поговорим о ресурсных возможностях (некоторых из них), которые может использовать человек в работе над импровизацией:

- Опыт целостного движения - в этом случае в движение вовлечено все тело, особое внимание уделяется центрации тела, работе с балансом, выстраиванию осей в теле человека, активной смене верха и низа тела, восстановлению активности центральной части тела человека - подвздошно-пояснично-мышечному комплексу, который в отношении мышечной силы человека представляет 70% от общей силы мышц. В этом случае совершенно естественным образом возможно прохождение по всему телу «волны и импульса». Именно это работа по конструированию целостного движения как реакции всего тела на выполнение любой движенческой задачи делает возможным применение здоровьесберегающих технологий. В нашей театральной студии разработана авторская разминка, которая представляет синтез разных подходов к движению. Особенности разминки: использование различных видов растяжек, положение тела в партере, медленный темп движения, который позволяет осуществлять аутокоммуникацию: диалог тело-эмоции-разум.
 - Примеры упражнений из разминок: исследование сосудистой реакции, «скрут суставов», примеры прохождения рефлекторного барьера - экспозиция не менее 2-х минут. По

мере освоения комплекса разминок и аутокоммуникации вырабатывается умение общаться с телом на языке образов.

- Работа в паре. Постигание своего тела с помощью партнера. Анатомия тела. Примеры. По мере освоения этой работы вырабатывается бережное отношение к партнеру, способность «состраивать тела», обновление телесного опыта, освоение новых поз и позиций в движении.
- Мы используем некоторые тренинги из контактной импровизации, но так как эта техника является достаточно описанной, мы о ней только упоминаем. Пример одной из техник, которая разработана в театральной студии «Круг»: «формирующий контакт» - тонкое, деликатное взаимодействие двух партнеров, обуславливающее освобождение ресурса - сравнимое с переживанием раннего детского возраста – действует как обновление. Пример.

Результатом всех этих тренингов является способность телесно анализировать информацию, т. е. тело реагирует целостно, в соответствие со своей физиологией и анатомией, возникает базовая телесная реакция, с которой и работает личность актера.

- Препятствия на пути к импровизации и как с ними работать. Стереотипное движение и физиологическая обусловленность стереотипного движения. Представление о Доминанте Ухтомского. Прием «заикленность»: проснувшееся тело перерабатывает стереотипное движение, пропуская его через спектр своих возможностей.

- Пластико-когнитивный стиль («думающее движение»). Пример: этюд (зарисовка): исследование предмета, своего состояния, музыки. Каждое движение несет эмоциональную нагрузку, культурный и коммуникативный смысл. Актер-импровизатор может делать и одновременно понимать происходящее (актуальный опыт).

- Работа с предметами, интерьером, природными объектами. Весь предметный мир сделан исходя из человека, его потребностей. Он соразмерен человеку и по-своему активен: диван приглашает сесть, спинка стула – опереться, подоконник – облокотиться. Мы (наше тело) находимся в состоянии постоянного диалога с окружающей средой. Этот предметный мир побуждает нас к действию и внутри нас возникают мини телесные импульсы, которые побуждают нас к действию, и мы вынуждены их оттормаживать, т. е. человек это внутренне постоянно реагирующее на все существо. Для человека естественно находится в ситуации чувственного отклика, т. е. импровизации, очень важно научиться делать выбор, находить предпочтение и использовать свои собственные ресурсы.

▪ Как закрепить импровизацию? Как защитить импровизатора в потоке эмоционально- телесной откровенности. Работа режиссера и состоит в том, чтобы актер мог позволить себе эту откровенность. Режиссеру вменяется в обязанность сохранить (защитить) психическое здоровье актера-импровизатора. Режиссер создает пространственно-временные схемы так, что он, с одной стороны, защищает актера, а с другой стороны, учитывая особенности зрительного восприятия, делает понятным происходящее для зрителя. Особенности работы зрительного восприятие, основа понимания происходящего. (Е. Гротовский) «Режиссер – профессиональный зритель». Пространственное мышление. Примеры работы с пространством. Простые геометрические формы, как культурные и коммуникативные смыслы: ряд (пластический и ритмический), «клин», «круг», «круг с фиксированным центром», «фиксированная окружность» и др.