

**НАЦИОНАЛНА АКАДЕМИЯ ЗА ТЕАТРАЛНО И ФИЛМОВО ИЗКУСТВО
„КРЪСТЬО САРАФОВ”**

ФАКУЛТЕТ „СЦЕНИЧНИ ИЗКУСТВА“

КАТЕДРА „АКТЬОРСТВО И РЕЖИСУРА ЗА ДРАМАТИЧЕН ТЕАТЪР”

Мартин Георгиев Каров

ИМПРО-МЕТОДИКА

Импровизационни техники за обучението

на студенти

по актьорско майсторство

Автореферат

на дисертация за присъждане на
образователна и научна степен „доктор“

Научен ръководител:

проф. д-р Ивайло Христов

СОФИЯ, 2020

Съдържание

Обща характеристика.....	2
Въведение в проблематиката.....	2
Обект и предмет на изследването.....	5
Цели на изследването.....	6
Глава Първа – Импровизацията (теоретична рамка).....	8
Глава Втора – Спонтанност (концептуална рамка).....	8
Глава Трета – Импро-методика (практическа рамка).....	11
Изводи.....	12
Приноси.....	14
Публикации.....	15
БИБЛИОГРАФИЯ.....	15

Обща характеристика

Дисертационният труд „Импро-методика: отключване на цикъла на спонтанността“ е с общ обем от 188 страници, които включват увод, три съдържателни глави и заключение, в това число и списък на използваната научна литература от 3 страници и още 32 страници с приложения – списък и описание на практическото провеждане на импровизационните игри, събрани интервюта и анкети. Първата глава изяснява теоретичната рамка, изследва понятието „импровизация“ и импровизационните педагогически практики до този момент, базирайки се на четири основни теоретици-изследователи на спонтанността – Виола Сполин, Кийт Джонстън, Дел Клоус и Джейкъб Морено. Втората глава дефинира понятието „спонтанност“ и изяснява принципа на работа на елементите от спонтанния цикъл – основни средства за актьора и театралния педагог, както и обрисова концепцията за задвижване на спонтанността, чрез премахването на страха. Трета глава е импро-методика, където се изясняват понятията и законите, които се използват в импровизаторското изкуство, методите за изграждане на персонаж и създаване на сцена чрез импровизация, както и технологията на правене на дълги форми импровизация.

Въведение в проблематиката

XXI век се характеризира с компресирането на информационните частици, с бързо променящите се условия на средата и нуждата от мигновена реакция, касаеща преобръщане на човешкото поведение. Кратките инфорамационни цикли, които ни заобикалят и които са продиктувани от навлизането на новите технологии в човешкия живот, от нарастналото количество информация, от увеличената комуникационна способност, предявяват необходимостта от нова, съвсем различна *рефлексия* у хората, те са принудени и много по-склонни да импровизират. Във всеки един аспект от живота процесът на *импровизация* засилва своето значение и необходимост, като процес, който обединява наличните знания и умения, дава нова перспектива на поведение и променя качествено възприятието на индивида. Един от основните закони в импровизационния театър, принципът на *приемане*, се адаптира и в другите сфери на човешкия живот, като се превръща във философия на съгласие с реалността, приемане, разбиране, натрупване и реализация.

Импровизацията и импровизационната способност у човек са следствие от два фактора – естествена предразположеност и практика, с други думи – **талант** и **обучение**. Въпреки, че първият фактор се смята за особено важен, способността да се импровизира също е свързана с количеството упражняване, което включва тренировка на паметта, въображението, вниманието, интуицията, както и всички други елементи, от които се влияе изпълнението – включително глас, тяло, лице, слух, зрение, чувство за ритъм, за изразяване на емоциите и т.н. Въпреки това, същността на импровизираното действие в реално време, се намира някъде в съчетанието на „многого подготовка“ и „спонтанната реакция“. Когато импровизираш и привнесеш прекалено много от предварителната си подготовка в незабавното си действие, това действие вече няма да бъде „не-пред-видено“, а ще се превърне в премерено, планирано, изчислено или анализирано, което ще означава, че не си достатъчно „присъстващ“ в конкретното реално време. Рационалното, когнитивно мислене е прекалено бавно за интуицията, така че спонтанната реакция ще бъде заместена от пре-планирана такава. По време на акта на импровизация е важно да се „сложат настрана“ по-голяма част от мислите и рационалността, които са била активни *дотогава*. Това всъщност е отдаване на интуицията и позволяване на нейния импулс да се реализира. Оприличава се със скок в тъмното, крачка в неизвестното, отдаване на момента.

Импровизираното действие е действие, което възниква спонтанно, непотърсено, неочаквано, продиктувано е от обстоятелствата и от личната рефлексия на човек към

заобикалящата го среда. Думите „импровизация“ и „спонтанност“ са генетично свързани, тъй като не може да има действие, което е импровизирано, а не е спонтанно, както и обратното. Спонтанната реакция идва не по съзнателен път, тя е обусловена не от конкретен мисловен/аналитичен процес, а е работа на интуитивното познание за света, създадено от нашите спомени, представи, възпитание, наблюдения, впечатления, емоции, вдъхновение. В живота си човек е много добър импровизатор, налага му се ежедневно да импровизира думи, действия, реакции, за да се справи с препятствията, които изникват пред него, да подреди вътрешния си и външен свят, да комуникира с всеки елемент от живота.

Импровизираният акт в съвременния импровизационен театър започва от непознатото, от излизането от комфортната зона на индивида и навлизането му в по-дълбоки асоциативни пластове, като изпълнителят се ръководи от правила, които третират:

- блокиране на предложения,
- съпротива към *свободните асоциации*¹,
- страх от спонтанно взаимодействие,
- честност и искреност в реакцията,
- доверие към партньорите,
- отдаване на ситуацията,
- приемане на създадената „нова“ реалност,
- слушане,
- свързване с вътрешното си Аз и с това на партньора,
- присъствие в момента.

Всички тези аспекти на импровизационния театър успешно се използват и в психотерапията, като методи за справяне със задръжки, комплекси и различни личностни блокажи.

¹ Юнг доразвива идеята на Фройд като поставя под въпрос доколко асоциациите могат и биват „свободни“, тъй като тяхната свободност е привидна – те са оформени от вече съществуващото у човека, от неговите спомени, емоции, страхове и в известен смисъл вече са лишени от абсолютната си свобода. Но въпреки това, или именно поради това, измислената от Фройд техника за достигане до несъзнателното чрез метода на свободните асоциации е един от основните модели за изследване на личността.

Използването на импровизация в обучението по актьорско майсторство се мотивира от ефектите, които тази методика постига в работата на студента. Те се фокусират върху една от най-важните черти на актьора – способността му да бъде *спонтанен*. Те допринасят и за значимо премахване на психологическите блокажи, което освобождава субекта за спонтанно взаимодействие. Спонтанността е центъра, около който се проектира цялото актьорско същество, основна част от магията на живото и искрено изпълнение. Съвременната употреба на импровизационни техники и тренинг по спонтанност бележи началото си с почти паралелната работа на двама международно признати театрални педагози и изследователи. Те имат сходни концепции за актьорска спонтанност, но и различни подходи при изследването на проблема. Това са Виола Сполин и Кийт Джонсън. Те са автори на две системи за обучение на актьори чрез кратки форми импровизация. На по-късен етап, до изследване на спонтанната човешка природа и „изобретяване“ на дългите форми импровизация достигат Дел Клоус и Дейкълб Морено, всеки от тях допринесъл към общото опознаване на спонтанността.

Обект и предмет на изследването

Обект на изследването са **студентите** по актьорско майсторство за драматичен театър в НАТФИЗ „Кр. Сарафов“, в първи и втори курс – за обучение чрез импровизационни техники, в трети и четвърти курс – за употребата на импровизационен тренинг. *Предмет* на изследването е **обучението** по актьорско майсторство, чрез прилагането на импровизационни техники. Качествата на студентите, които ще бъдат развити след приложеното обучение по импровизация са **лични** – въображение; внимание; интуиция; спонтанност; рефлекс за сценично партньорство; психо-физическо овладяване на пространството и тялото; емоциите; справяне със страхове, които възпрепятстват пълноценното сценично взаимодействие; съвременна адаптивност и професионализъм; развитие на уникалния потенциал; **групови** – създава се работещ и ефективен творчески екип (количествено, качествено и времево), изграден от взаимно-подкрепящи се и не-съдещи се индивидуалности; **професионални** – постигане на пълно разбиране и овладяване на темата на работения драматургичен или недраматургичен материал; улавяне на специфичния жанр на

работения текст; създаване на дух на доверие и конкуренто-способност; овладяване на контакта с публиката; изграждане на сценичен образ.

Чрез съчетаване на различни импровизационни техники (кратки и дълги форми импровизация, бавна комедия, работа с маски, клоунада, комедия дел арте) се постига пълноценно обучение по актьорско майсторство – с много добри и трайни резултати. Резултат от изследването е систематизираната методика за обучението на студентите по актьорско майсторство, чрез употребата на импровизационни техники.

Цели на изследването

Генералният стремеж на импро-методиката е овладяване на процеса спонтанност. Той е поставен като основен център при актьорската работа и е главното качество, което придобива студента от въздействието на импровизацията. Едва ли може да се схване напълно този процес, изцяло да се предвиди негово действие и да се дефинира. Въпреки всичко той ще си остане зона на неконтролирано атавистично „лъчение” от дълбоките пластове на душата, отражение на контакта ни с друго измерение.

Импро-методиката, като част от обучението по актьорско майсторство, цели да:

- ✓ **Провокира** разкриването на пълния потенциал от актьорските възможности на студента. Това включва неговото настоящо ниво на владеене на тялото, гласа, емоционалността, чувството за хумор, чувство за характерност, разбиране на стил и жанр и т.н. Импро-методиката разкрива моментното състояние. Такъв, какъвто е актьорът в момента, тъй като една от основните характеристики на импровизираното действие е, че то се случва спонтанно на момента, продукт е на несъзнателната дейност на актьора. Спонтанното действие е атавистично заложено в реалните способности на актьора. Тази цел се състои в това, че импро-методиката използва даденостите на студента, като се стреми да развие неговото усещане за пространството, неговата свързаност и работа с партньора, да разтвори възможностите на въображението му така, че то да бъде услужливо и богато, да научи студента да разпознава и изследва своята творческа интуиция, както и да може да държи вниманието си

върху случващото се на сцената в момента, което ще премахне блокажите, неговите страхове и ще му осигури възможността да твори и да създава.

- ✓ **Запознава** студентите с видовете кратки и дълги форми импровизация, като се спира по подробно върху всяка една от тези форми и се работи до овладяване на импро-правилата и законите. Запознава студентите с видовете импровизационни спектакли, историята на импровизационния театър и тренинг, както и с клоуна и работата с клоунада, което развива многожанровия му потенциал, чувството му за характерност, споделяне, за изпитване на крайни емоции.
- ✓ **Формира** у студентите силно изразено партньорство – усещане и грижа за партньора, ансамбловост на сцената. Импро-методиката формира и много силна истинност на присъствието на студента, усещането за пълно превъплъщение в ролята. Импровизаторските умения несъмнено са средство, което студентите придобиват, тъй като успяват да постигнат плътно доверие в сценичната реалност и в своите инструменти – въображение, внимание, интуиция. Главното постижение на импро-методиката е дефинирането на цикъла на спонтанността – лост за постигането на спонтанно сценично присъствие, което се характеризира със свежест, искреност, уникалност. Всичко е свързано със строга дисциплина, с постигането на висока отговорност към процеса, заобикалящата среда, движението на групата, високо нево на екипна работа, взаимност и отговорност към творческия процес.
- ✓ Всички тези придобивки студента постига чрез **развиването** на своята бърза творческа възбудимост, способността му бързо и без предварителен анализ да се впуска в сценичен творчески акт. Развиват се характеристиките на въображението – богатство, услужливост и готовност винаги да предостави необходимата асоциативна връзка, която да се свърже със случващото се на сцената. След тренингите за въображение се създават много нови асоциативни връзки и мозъкът се приучава да прави бързи препратки и нестандартни зависимости между различни несвързани елементи. Самонаблюдението до голяма степен се премахва, тъй като *присъствието* в момента и вниманието към случващото се премахва само-осъдителния и само-наблюдателния ефект.

Актьорското съзнание остава отворено към различни стимули от средата и партньора, както и остава будно за случващото се вътре в него – неговата емоционалност, неговите темпераментни характеристики и интуитивни находки. И не на последно място обучението развива едно многожанрово присъствие, тъй като елементите от актьорския инструментариум се провокират в различни степени на преувеличение така, че актьорът да успее да овладее и моделира яркостта на своето присъствие.

Глава Първа – Импровизацията (теоретична рамка)

Импро-методиката се базира на четирите различни и допълващи се подхода към спонтанността на актьора, които предлагат широка база за изследване на разглеждания проблем. Общото между Виола Сполин, Кийт Джонсън, Дел Клоус и Джейкб Морено е, че всички те търсят начини за отключване на творческата енергия, вярват в силата на индивида, уникалността на личността и необозримите възможности на човешкия дух. Общо е и интуитивното им усещане, че творческа истинност се постига, чрез освобождаване на поведението от съзнателен контрол. Те представляват революционни за времето си концепции, които излизат далеч извън конкретната сценична среда и оказват активно влияние върху психотерапията, работата с деца и юноши, съвремения театрален и кино тренинг. Титаните на импровизацията са вдъхновението за едно по-задълбочено формулиране на импровизационна методика за обучение по актьорско майсторство. Тази импро-методика обединява много от техниките, които те използват в своите изследвания и открития, като ги групира през концептуалната призма на цикъла на спонтанността.

Глава Втора – Спонтанност (концептуална рамка)

Ключовите резултати, които постига обучението са овладяване на импровизационните правила, овладени процесите въображение, внимание и интуиция, прецизна работа с въображаеми предмети, преодоляване на анти-спонтанните страхове, премахване на блокирането, изграждане на клоунска персона, овладяване на начините за изграждане и поддържане на персонаж и проявленията му, владееене на процеса по

построяване на соло, двойна и групова импро-сцена, както и познания за историята на импровизацията и нейните изследователи. Но основно значение импро-методиката отдава на генералната си цел – отключването на спонтанния цикъл.

Освобождаването на цикъла на спонтанността има за цел да подтикне актьора да усети, осъзнае и реагира бързо на вътрешните си стимули, т.е. да бъде винаги в готовност за реакция, в готовност за приемане на импулси, така че импулсите да не претърпяват никакви закъснения, цензуриране и трансформация преди да бъдат реализирани и изразени. И кратките и дългите форми импровизация, както и клоунатата, като част от импро-методиката, преследват идеала за спонтанност и са своеобразни рецепти за осъзнаване и насочване на естествените импулси, за да се осъществи качествено ниво на „бъдене“ спонтанен. Спонтанността се намира някъде дълбоко под кожата, в ничия земя, между интимността и колективното, в зоната на здрача на актьорското публично усамотение. Физиологично, също както и при интуитивното усещане, чувството на спонтанност провокира позитивни чувства на лекота и удоволствие. И не на последно място, има терапевтично въздействие. Когато някаква емоция изблисне от човек неспирана и неограничавана, се случва импровизация, а тя формира база за следваща импровизация.

Импро-методиката категорично дефинира основните инструменти, които са обект на нейното въздействие. Това са основни инструменти за актьора (както и за треньора). Те му служат да създава творчески акт в момента, да бъде уникален, да акцентира върху живото си присъствие, да постигне състоянието на публично усамотение, творческа взривност и сетивност. Тези инструменти са въображение, внимание и интуиция.

Принципът на действие на импро-методиката се постига чрез освобождаване на процесите въображение, внимание и интуиция от страх, което довежда до активизиране на актьорската спонтанност. Освободено от блокиращите страхове (чрез средствата на играта) въображението на актьора създава своите асоциативни картини, вниманието помага да се фокусира дадена картина, а интуицията подсказва пътя към следващата картина, която въображението произвежда, а вниманието „прихваща“. Този цикъл на действие може да се нарече *спонтанен*. Той не разчита на когнитивната способност на човека, а на не-съзнателните процеси, които протичат в мозъка му. Елементите в създаващата се симулирана реалност, начинът на действие, говор, емоционалност на

актьора се подреждат по естествен спонтанен ред, така че присъствието му на сцената да е истинно и искрено. А страхът е фактор, който обхваща целия процес и влияе на базисно ниво, като активизира аналитичния контрол и блокира спонтанното действие.

Когато актьорът-импровизатор застане пред празната сцена се задейства неговото въображение. То започва да предлага асоциативни образи, които са провокирани от вътрешни или външни дразнителни. Вниманието фокусира някой от отделните микрообрази като по този начин го „слага на дневен ред”, карайки актьора да извърши действие или произнесе реплика (да направи активен избор) и следи за импулсите идващи от интуицията. Интуицията „прошепва” подсъзнателна посока на въображението, накъдето то да развие своята асоциативна верига и да комбинира и рекомбинира микрообразите. Този процес поддържа своята цикличност непрекъснато, представлявайки една безкрайна творческа машина в съзнанието на актьора. Но за да прехвърли своето действие отвъд пределите на несъзнаваното и да се превърне в истинно спонтанно живеене, е необходимо този процес да бъде лишен от страх.

Трудно е да се каже кой от тези инструменти действа първично при възприемането на сценичната реалност. Сетивата и паметта са процесите, които зареждат въображението на актьора, така че следва да се предположи, че то е първичният процес, но вниманието също играе своята роля при създаващите се взаимоотношения на сцената. Вниманието в средата, в партньора, в детайлите, във вътрешните импулси, които се появяват в настоящия момент. Интуицията пък е човешкият пътепоказател при възприемането и реагирането на заобикалящата ни реалност. Тя подсказва на съзнанието решенията и „находките“ на подсъзнателното. Но едно е сигурно – този затворен цикъл е „вратата” за достигане до заветната цел – *спонтанното*.

Сетивата и Паметта са аспекти от човешкото същество, които са строго индивидуални. Те се оформят от специфичния начин, по който протича твоят личен житейски път. Те са следствие на ежедневно ти живеене, трудностите и болката, щастието, спомените и картините. Колкото по-наситен със събития е този житейски път, толкова по-богат ще бъде материалът за цикъла на спонтанността. Всеки един от елементите му е разгледан подробно с цел анализиране на неговото действие и откриване на посоки за въздействие върху студента по актьорско майсторство.

Премахване на блокирането е ключът за освобождаване на спонтанния цикъл. Той разтваря пълния си капацитет, когато не е атакуван от съзнанието, чрез прокрадващия се СТРАХ. Главен лост за завъртането на спонтанния цикъл е премахването на страховете, които възпрепятстват спонтанното сценично взаимодействие, защото когато актьорът импровизира без страх – той присъства.

Глава Трета – Импро-методика (практическа рамка)

Методиката за обучение на студенти чрез импровизационни техники започва с въвеждането на двигателя на този процес; този, който адаптира своя подход към студентите и предвижда (*im-pro-visare*) тяхното обучение през учебния процес. Това е импровизационният треньор. Той е фигурата на преподавателя, отговорен не само количествено и качествено за прилагането на методиката по импровизация, както и на крайния резултат от обучението, но е и анализатор на всеки отделен студент – изследващ и търсещ силните и слабите му страни, проектиращ бъдещото му развитие.

Играта е основното средство за натрупване на способности и знания, тяхното осмисляне и развитието на актьорски професионални качества. Игровият модел на поведение вплита пълната, чистосърдечна човешка природа в пресъздаването на дадена ситуация, въвлича играча да се впусне безкомпромисно и необмислено в дадените обстоятелства.

Импро-методиката извежда на преден план четири закона, които служат едновременно за отключване на спонтанния цикъл и за справяне със страховете. Необходимостта да се формулират тези закони идва и от факта, че в импро-сцените играчите нямат време да използват аналитичната си сила, а трябва да се оставят (осланят) на случващото се пред тях на сцената, да бъдат „прихванати“ от въображаемата реалност. Простотата на законите ги превръща в универсални лостове за впускане в игрова ситуация. Спазвайки тези закони, актьорът ще *присъства*, ще бъде ангажиран в слушането, гледането и следенето на партньора си и на парчетата информация, които той му предлага. От друга страна тази отвореност на сетивата ще въвличе играча в следването на момента – момент след момент след момент. Законите се базират на същината на импровизаторската работа. Те са: Даряване, Приемане, Надграждане, Оправдаване.

Импро-методиката се спира и на няколко базисни неща за импровизационните спектакли – импро-понятията, законите, методите на създаване на сцена и персонаж чрез импровизация, революционното откритие и начин на действие на Статуса, както и гениалният сценарий за дълга импровизация на Дел Клоус – Харолд. Голямо звено в импро-методиката е употребата на клоуната – своеобразен тренинг по искреност, която служи и за изследване и анализиране на емоциите и темпераментите, като средство за изграждане на персонаж и сцена.

Подробно е описана и практическата работа и прилагането на импро-тренинг като репетиционен модел за изработване на спектакъл по драматургичен текст.

Изводи

Човекът е спонтанен. Житейските ситуации ни провокират да дадем подходящ (*някакъв*) отговор на конкретната реалност, който се базира на нашите желания, чувства, емоции, опит от миналото, знания, адаптивност. Спонтанно е онова действие, което ни кара да дадем адекватен отговор на нова ситуация или нов отговор на стара ситуация. Достигането до спонтанността на актьора е главна задача на театралния педагог. Спонтанното действие е това, което ще направи театъра жив, случващ се в момента – непосредствено създаващ се за и пред публиката. Спонтанното действие е това, което изисква пълно „*присъствие*” на актьора, като го провокира да използва човешката си природа, емоционална си памет, своите рефлексии и личностни качества. Тук рационалният ум се активира като защитна реакция, която поражда редица страхове, които не позволяват на спонтанното действие да се реализира. Живото и живеещо тяло на актьора на сцената – играта на тялото му, играта на фините му физиологични промени, е могъществено и неотразимо качество на театъра, където човек се представя пред зрителя в настоящия момент, в натура.

Импровизирането става на върха на интелигентността на човек, т.е. борави с първите възникващи мисли, думи, импулси и пълния капацитет на паметта му, а това включва големи дози от не-съдене. Актьорът се стимулира да се откаже от наблюдение, анализиране и съдене на себе си, като по този начин изчезва състоянието да се усеща в проблем. Така ще успее и да избегне възможността да прави ходове, продиктувани от страх.

Смисълът на истинното присъствие на актьора в сценичното пространство е той да реагира спонтанно *момент, след момент, след момент* на реалността, която се разгръща на сцената пред него, без значение накъде отива и колко отвъд неговите комфортни зони е. Част от процеса на преодоляване на страховете е доверието, което актьорът придобива в своята спонтанна природа вследствие на импро-методиката. За да влезе в режим на следване на момента, актьорът трябва да направи следващото малко нещо. И това ще бъде достатъчно. Импро-игрите изискват от играча продължително във времето да изтрива идеите от ума си, така че той да остава празен и оттам адекватен и спокоен.

Импро-методиката е чудесна база за сблъскване, анализиране и преодоляване на страховете на актьора. Чрез обучение в импровизация те се развиват в максимална степен, тъй като сред различните степени на публично говорене и присъствие импровизираните представления могат спокойно да се нарекат най-страшните. Без написан сценарий, върху който да се облегнеш и под погрешната представа, че ролята на изпълнителя е задължително да бъде смешен през цялото време, основният страх е, че актьорът може да каже нещо грешно, или нещо лошо, да блокира, да замръзне и да не може нищо да направи или да каже. В този контекст, импро-методиката използва употребата на игри, които построяват доверие между партньорите, като по този начин се създава спокойно и сигурно място за експериментиране.

Усещането за тази сигурност и нейното постигане изискват много силен стремеж и свобода за впускане в игрова ситуация - *заиграване*, които твърде често биват блокирани и ограничени от стракове, създавани в подсъзнанието на твореца, които възпрепятстват спонтанната и нецензурирана творческа енергия. Блокажите в речта, мисълта, спонтанността на актьора са основна тема при работата с импровизационни игри, тъй като „блокиране“ е термин, който се използва за определяне на онази част от поведението на актьора на сцената, която прекратява естественото развитие на сцената, разкриването на персонажите и темата на представлението, както и спиране на естествените (логични или нелогични) импулси както на твореца, така и на неговите партньори. Още от началото на опитите да се обясни, предвиди, структурира и развие актьорското присъствие на сцената и в театъра въобще, се търси връзката на актьорското майсторство с достигането на подсъзнателните, атавистични пластове на човешката природа, като по този начин се провокира спонтанното творчество. Актьорът се намира и непрекъснато търси своето

място между ритуала и карнавала. Театрални практики и теоретици от различни времена като Арто, Барба, Брук и други се вдъхновяват от различни ритуални практики, Кийт Джонстън – неслучайно наричан „баща на импровизацията“, изследва влиянието на маската като средство за изкарване на актьора от ежедневието му и поставянето му в по-високо ниво на съзнание, реализиращ спонтанните си импулси на сцената и постигайки по-силно внушение и творческо присъствие.

Преодоляването на страха, независимо каква форма той приема, е първата стъпка от импро-методиката. За да може въобще да се задвижи цикълът на спонтанността страх не бива да присъства. Статията за театъра на Гротовски в Театрален бюлетин дефинира разликата в подхода към актьора като при системата на Станиславски се поставя пред актьора въпроса „Как да направя това?“, превръщайки средствата „как“ правя дадено действие в основното; докато при Гротовски се поставя друг въпрос: „Какви са пречките, които ви смущават по пътя на цялостния акт, който трябва да мобилизира всичките ваши психически и физически възможности от най-инстинктивните до най-умозрителните?“ Въпросът, който ми се струва единствено правилен, и който поставя импро-методиката в основата на психо-физическата подготовка на актьора при неговото обучение по актьорско майсторство е именно:

„Кои са страховете, които ми пречат да играя?“

Приноси

Научните приноси на настоящата дисертация са:

- Проучване и анализиране на основните теоретични трудове, третиращи темата за актьорската спонтанност.
- Теоретично и практическо изследване на ефекта от употребата на импровизацията като обучителен и репетиционен модел на работа.
- Дефиниране на елементите, които взимат участие в създаването на спонтанните импулси, както и изследване на механизма на тяхното действие.
- Изработване и дефиниране на понятиен апарат и изясняване на основните термини, които центрират актьорската работа в импровизацията.

- Дисертацията има практическа приложимост при начинаещи и напреднали студенти по актьорско майсторство, импровизатори и други театрални специалисти.

Публикации

- статия „**Актьорски страхове, възпрепятстващи спонтанното сценично взаимодействие**“ в годишник на НАТФИЗ 2018 - 2019 г.
- статия „**Цикълът на спонтанността. Въображението**“ в годишник на НАТФИЗ 2019-2020 г.

БИБЛИОГРАФИЯ

- ✓ Станиславски, К. С., *Моят живот в изкуството*, Библиотека Театър ХХ век
- ✓ Станиславски, К. С., *Работата на актьора над себе си*, Библиотека Театър ХХ век
- ✓ Минчев, Б., *Обща психология*, изд. Ciela, 2008
- ✓ Иванов, П., *Основни теми по когнитивна психология*, издателство „П. Хилендарски“, 2012
- ✓ Силва, Х., *Интуицията – път към подсъзнанието*, изд. Кръгзор, 2007
- ✓ Юнг, К. Г., *Психологически типове*, Lege artis, 2016
- ✓ Кехоу, Дж., *Подсъзнанието може всичко*, изд. ИнфоДар, 2018
- ✓ Барба, Е., *Фиксацията на двойствеността*, Театър, 1991, бр.1
- ✓ Атанасов, А., *Субект и образ*, Издателство „Валентин Траянов“, 2009
- ✓ Морено, Дж., *Основи на психодрамата*, Отворено общество, София, 1994
- ✓ Чехов, М., *За техниката на актьора*, изд. Изток-Запад,
- ✓ Брук, П., *Избрани произведения*, Театър ХХ век, 1978
- ✓ Театрален бюлетин на САБ, бр. 84
- ✓ Ортега-и-Гасет, Х., *Фантазиращото животно*, изд. Изток-Запад, 2014
- ✓ Хьойзинха, Й., *Ното ludens*, изд. Захари Стоянов, 2000
- ✓ Буткевич, М. М., *К игровому театру*, 2010
- ✓ Николова, Р., *Актьорският тренинг през ХХ век*, проф. Петко Венедиков, 2007
- ✓ Йосифова, П., *Човекът актьор в театъра на Йежи Гротовски*, 2016
- ✓ Фройд, З., *Психология на несъзнаваното*, Колибри 2014

- ✓ Ганева, М., *Подготовката на актьора. Школи, методи и упражнения по актьорско майсторство*, Гутенберг, 2007
 - ✓ Павис П. Речник на театъра. София, 2002
 - ✓ Кант, И., *Критика на чистия разум*, С, 1992
 - ✓ Spolin, V., *Improvisation for the Theatre, 3rd Edition*, Northwestern University Press, 1999
 - ✓ Spolin, V., *Theater games for rehearsal – a Director’s Handbook*, NW University Press, 2010
 - ✓ Spolin, V., *Theater games for the Lone Actor*, 2001
 - ✓ Johnston, K., *IMPRO: Improvisation and the Theatre*, Methuen Drama, 1981
 - ✓ Close, D., Halpern, Ch., *Truth in Comedy*, Meriwether Publishing, Colorado, 1994
 - ✓ Johnson, Kim H., *The funniest One in the Room: The lives and legends of Del Close*, Chicago Press, 2008
 - ✓ Johnstone, K., *Impro for Storytellers*, New York: Routledge, 1999
 - ✓ Hines, W., *How to be the Greatest Improviser on Earth*,
 - ✓ Moreno, J.; Fox, J (Ed.) (1987) *The essential Moreno: Writings on Psychodrama, group method, and spontaneity*. New York, NY: Springer Publishing Company
 - ✓ Jagodowski, T.J. and Pasquesi, D., *Imrovisation at the Speed of Life*, Solo Roma Inc, Chicago, 2015
 - ✓ Hauck, B., *Long-form improv*, Allworth Press New York, 2012
 - ✓ Fotis, M., *The Harold: a revolutionary form that changed improvisational theatre & American comedy*, University of Missouri, 2012
 - ✓ Simon, E., *The art of clowning*, Palgrave Macmillan, 2012
 - ✓ Moreno, J. L., *The philosophy of the moment and the spontaneity theatre*, Sociometry, 4, 205-226. Psych. Abs., 1941
 - ✓ von Neumann, J., *Morgenstern*, Princeton University press, 1944,
 - ✓ Yapko, M., *Mindfulness and Hypnosis: The Power of Suggestion to Transform Experience*, W.W. Norton, New York, 2011
- www.referati.org - Трендафилов Красимир, статия *Въображение, възприятие и мислене*
<http://www.improvcomedy.org/hall/spolin1.html>
<http://www.improvcomedy.org/hall/spolin3.html> - Kerr, Juddy., Spotlight Casting Magazine –

ноември 1993

<https://www.imdb.com/title/tt0094580/> - „*Чия е тази реплика?*“

http://improvencyclopedia.org/references/Ten_Commandments.html

<https://www.youtube.com/watch?v=7N2GHwPNiVU>

<https://uathetlesin.ru/kshha/17540-sociometrija-i-sociometrichni-metodi-v.html>

www.centerminerva.com/bg/psihodrama.html

<https://bg.basicdefinitions.org/3402-coach>

<http://www.improvcomedy.org/hall/spolin3.html>

<https://bg.m.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B2%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D0%B4%D0%B0>

<https://bg.m.wikipedia.org> – Въображение, Физиологична основа

www.chitanka.info/w/интуиция

www.rechnik.chitanka.info, Спонтанен

www.latin-is-simple.com Sua Sponte

<https://chitanka.info/text/2375/13#textstart> Фройд З., За неврозите.

<https://bg.wikipedia.org/wiki/Конфликт>

https://contextualscience.org/williams_lynn_acceptance_review_2010 статия Williams & Lynn, 2010

<https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.215284/page/n6>

www.epis.bg/raznikakvo-predstavliava-teoriiata-na-igrите/

<https://ejournal.vfu.bg>, „От теория на игрите до теория на драмата“

www.bbc.co.uk - The Weakest Link

www.vulture.com, 2012 Shafeek Matt, Louis CK, TJ & Dave, and the power of Slow Comedy

https://en.wikipedia.org/wiki/Emotion_classification#Plutchik's_model

<http://naskoart.com/eBooks/Psihotestove/Aizenk.htm> - Личностен въпросник на Айзенк

www.latin-dictionary.net

www.hera.bg/s.php?n=3206 – Нестинарството – силата на вярата, Милена Христова

www.carnaval.com/dionysos/ Dionysos Bacchus: the God of Carnaval