

# Психология средствами театра

ГБОУ ДЮЦ «Орлёнок»

# Цитаты великих людей

- У каждого человека под шляпой – свой театр, где разворачиваются драмы, часто более сложные, чем те, что даются в театрах.

Т. Карлейль

- Театр, если он театр, всегда рассказывает нам об одном: о том, что делается у нас в душе. Тем только и интересен.

Ю. Барбой

# Определения

## Психология

— это область научного знания, исследующая особенности и закономерности возникновения, формирования и развития (изменения) психических процессов (ощущение, восприятие, память, мышление, воображение), психических состояний (напряженность, мотивация, фрустрация, эмоции, чувства) и психических свойств (направленность, способности, задатки, характер, темперамент) человека, то есть психики как особой формы жизнедеятельности.

## Театр

— зрелищный вид искусства, представляющий собой синтез различных искусств литературы, музыки, хореографии, вокала, изобразительного искусства и других и обладающий 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.

# Сдерживание эмоций приводит к:

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

# Чем полезен театр?

- Театр учит эмоциональному общению и развивает коммуникативные способности, поскольку театр – это коллективное искусство.
- Так же, занятия актерским мастерством развивают такие немаловажные психические процессы как ощущения, восприятие, память, внимание и воображение.



# Подводя итоги...

Подводя итоги, можно сказать, что использование методов актерского мастерства в психологии достаточно эффективно при задачах развития таких психических процессов как ощущение, восприятие, память, воображение; таких психических состояний как напряженность, эмоции, чувства и таких психических свойств как характер, темперамент.

# Используемая литература

- Райх В. Характероанализ: Техника и основные положения для обучающихся и практикующих аналитиков. – М., 1999.
- Рудестам К. Групповая психотерапия. – СПб., 1999.
- Гиппиус С.В. Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств. – СПб.: Изд-во «Речь», 2001.
- <http://www.psychology-21.ru/teatr-v-nashej-zhizni.html>
- [http://www.krugosvet.ru/enc/kultura\\_i\\_obrazovanie/teatr\\_i\\_kino/PSIHOLOGICHESKI\\_TEATR.html](http://www.krugosvet.ru/enc/kultura_i_obrazovanie/teatr_i_kino/PSIHOLOGICHESKI_TEATR.html)
- <http://ru.wikipedia.org>