

Івашечкіна Марія,
ORCID: <https://orcid.org/my-orcid?orcid=0009-0006-0009-9401>
аспірантка кафедри режисури телебачення.
Київський національний університет театру,
кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого,
Київ, Україна

Mariia Ivashechkina,
Postgraduate student of the Television Directing
Department. Kyiv National I. K. Karpenko-Karyi
Theatre, Cinema and Television University,
Kyiv, Ukraine

ПСИХОФІЗИЧНІ ТЕХНІКИ У РОБОТІ РЕЖИСЕРА АУДІОВІЗУАЛЬНИХ МИСТЕЦТВ З АКТОРАМИ: ПИТАННЯ ДЕФІНІЦІЇ, СИСТЕМИ ТА ПРАКТИЧНОГО ФУНКЦІОНАЛУ

Анотація. Мета статті – дослідити особливості використання психофізичних технік у роботі режисера аудіовізуальних мистецтв з акторами. Дослідити походження терміна «психофізика». Визначити їх системність і функціонування з огляду на екранні параметри. Розглянути адаптацію театральних методик до специфіки кінематографічного середовища. Визначити, як психофізичні техніки забезпечують органічність акторського існування у фрагментарному процесі зйомки та сприяють формуванню екранної органіки. **Методологія дослідження.** Використано аналітичний і порівняльний методи для дослідження теоретичних підходів до психофізики актора в українській, європейській та американській традиціях. Застосовано принцип системності (Л. фон Бергаланфі) для осмислення психофізичних технік як цілісної структури «тіло – психіка – емоція – голос» у координатах екранної виразності. **Наукова новизна дослідження.** Вперше системно розглянуто психофізичні техніки як інструментарій режисера аудіовізуальних мистецтв. Визначено поняття «екранна органіка» як результат інтеграції психофізичних методик у знімальний процес. Запропоновано модель «техніка – режисерське завдання – умови зйомки», що надає режисерові можливість свідомо добирати психофізичні інструменти для досягнення точності, повторюваності й автентичності акторських станів у кінематографічному просторі. **Висновки.** У статті проаналізовано психофізичні техніки як системну категорію, що інтегрує психологічний, тілесний, емоційний і голосовий виміри акторської творчості. На основі системного підходу Л. фон Бергаланфі розглянуто їхнє функціонування у зв'язку з екранними параметрами – кадрюванням, оптикою, звуком і монтажем. Запропоновано модель «екранної органіки» та введено індикатори якості для оцінки результативності акторської роботи у кінематографі. Дослідження формує нову методологічну основу для режисерської практики в аудіовізуальних мистецтвах.

Ключові слова: психофізичні техніки, психофізика, аудіовізуальні мистецтва, режисура, акторська підготовка, екранна органіка, теорія систем.

Постановка проблеми та актуальність дослідження. Сучасне аудіовізуальне мистецтво створює нові виклики для акторської підготовки, оскільки вимагає від виконавця не лише технічної дисципліни та професійних навичок, а й здатності до максимальної природності та органічності перед камерою. У ситуації, коли процес зйомки є фрагментарним, а сцени записуються у різній послідовності, актор мусить зберігати сталість внутрішнього стану, точність емоційних переходів і тілесної виразності. Це зумовлює потребу у використанні психофізичних технік, що поєднують внутрішню психологічну дію з зовнішньою пластичною формою.

Проблема полягає у тому, що в українській науковій та педагогічній практиці психофізичні техніки здебільшого розглядаються в контексті мистецтва театру, тоді як їхня адаптація до умов кіно- і телепродакшну ще не отримала системного аналізу. Немає цілісної методології, яка б пояснювала, яким чином режисер аудіовізуальних мистецтв може інтегрувати ці техніки у власну роботу з актором для досягнення «екранної органіки».

Таким чином, постає завдання: визначити особливості використання психофізичних технік у кінематографічному середовищі, окреслити їх методологічний потенціал у практиці режисера та показати, як вони можуть стати інструментом для створення багатовимірного й достовірного екранного образу.

Аналіз сучасних досліджень і публікацій. Поняття психофізики має міждисциплінарне походження: від класичних праць Г. Т. Фехнера, який у «*Elemente der Psychophysik*» (1860) заклав підвалини кількісного вивчення співвідношення фізичного стимулу й суб'єктивного відчуття, до експериментальної програми В. Вундта, де психофізика осмислена як «перехідна сфера» між фізіологією та психологією. У сучасних енциклопедичних оглядах (Oxford Research Encyclopedia; Oxford Bibliographies) ці підходи розглядаються як методологічний міст між природничими науками й гуманітаристикою, що легітимізує аналітичну роботу з тілесними та емоційними процесами в мистецтві. Саме така оптика дає змогу переносити психофізичні параметри в площину аудіовізуального виробництва.

У театральних практиках ХХ століття термін «психофізичний» набуває прикладного змісту: від методу психологічного жесту М. Чехова (кон-

денсація внутрішнього стану в керований рух/позу) до соматичних підходів Ф. М. Александера та М. Фельденкрайза (усвідомлений рух, декондиціювання м'язових патернів). Важливий пласт становлять голосові системи А. Лессака, що трактують голос як інтегрований із тілом резонансний інструмент, і метод С. Мейснера, який акцентує правдиву реактивність у взаємодії з партнером. Значний внесок у розробку психофізичного підходу здійснив Лесь Курбас, для якого акторська природа визначалася синтезом тілесних дій і духовних імпульсів, а тренінг мав формувати цілісність організму й свідомості. Сукупно ці напрями формують корпус технік, де «психо-» і «фізичне» мисляться як єдина операційна система виконавця.

У 2020–2025 роках з'являється низка досліджень, що зміщують фокус із театального контексту на когнітивну нейропсихологію актора. Дослідники звертаються до тілесності як до «режисерського матеріалу» – крізь призму сприйняття, уваги, тілесної пам'яті та психофізичних механізмів реакції. Наприклад, праці Shaun May (2021), Phillip B. Zarrilli (оновлені перевидання 2020–2022), а також колективні збірники на кшталт «*Embodied Acting in Screen Performance*» (2023) акцентують актуальність тілесних технік у зйомках, коли актор взаємодіє з камерою, а не лише з партнером.

В українському просторі тему впливу акторського тренінгу на підготовку майбутніх акторів досліджує у своїй праці В. Штефюк. Акцентують свою увагу на механізмах тілесності В. Корольчук та М. Корольчук. У межах своїх напрацювань у галузі екстремальної та кризової психології дослідники аналізують, як тілесноорієнтовані практики можуть сприяти подоланню внутрішніх психологічних бар'єрів. Вагомим внеском у вивчення тілесності стала праця О. Хлівної та Л. Магдисюк, у якій докладно розглядаються різновиди м'язових блоків і способи, якими вони впливають на поведінку та емоційні реакції людини.

За останні десятиліття у міжнародному дискурсі переважно спостерігається фокус сценічної специфіки застосування психофізики. На цьому тлі актуалізується завдання операціоналізувати психофізичні процеси в координатах кіномови: кадрування, мізансцена, ритм дубля, звуковий запис, монтаж. Саме ця перспектива поки що недостатньо описана в українській і зарубіжній теорії та педагогіці.

На цьому тлі запропонований у статті вектор – розгляд психофізичних технік саме як інструментарію режисера аудіовізуальних мистецтв – є методологічно новим. Модель «техніка – режисерське завдання – умови зйомки» переводить психофізику з площини загальної акторської підготовки у площину керованих режисерських рішень.

Це й обумовлює *мету статті* – сформувати цілісну методологічну рамку використання психофізичних технік у роботі *режисера аудіовізуальних мистецтв* з акторами, яка:

- уточнює дефініцію поняття для екранного контексту;
- операціоналізує психофізичні процеси актора відповідно до параметрів зйомки (план, мізансцена, ритм дубля, монтажна дискретність, звук);
- пропонує систему режисерських інтервенцій до/під час/після зйомки для досягнення *екранної органіки* та керованої повторюваності емоційних станів між дублями.

Виклад основного матеріалу. Психофізичні техніки в сучасному мистецькому процесі постають не лише як педагогічна методика чи набір вправ, а й як фундаментальна методологічна категорія, що визначає нові горизонти розвитку акторської майстерності й аудіовізуального мистецтва у XXI столітті.

Якщо розглядати поняття «психофізичні техніки» у сучасному науковому дискурсі, то маємо об’єктивну необхідність у чіткому методологічному визначенні цього поняття. Це зумовлено кількома чинниками.

По-перше, сам термін має міждисциплінарне походження: він виник на перетині психології та фізіології, але з часом був інтегрований у практики театрального й аудіовізуального мистецтва. Така багатовекторність застосування призвела до розмитості дефініцій, коли одні дослідники наголошують на психологічному вимірі поняття, інші – на його тілесно-практичному аспекті, а також існує культурологічне й педагогічне значення.

По-друге, відсутність уніфікованого визначення ускладнює аналіз і порівняння різних методик акторської підготовки, зокрема у сфері аудіовізуального мистецтва, де психофізичні техніки набувають нової ваги в умовах специфіки екранної виразності. Без єдиного методологічного підходу наукові дослідження залишаються фрагментарними, а педагогічні практики – розпорошеними.

По-третє, чітке визначення поняття необхідне для формування узгодженої системи термінів, що забезпечує теоретичну цілісність сучасного театрознавства, кінознавства та мистецтвознавства загалом. Це дасть змогу інтегрувати психофізичні техніки в ширший науковий контекст і уникнути надмірної еkleктики у їхньому трактуванні.

Термін «психофізика» був уведений у науковий обіг німецьким філософом і фізиком Густавом-Теодором Фехнером у середині XIX століття. У праці *«Elemente der Psychophysik»* (1860) він уперше систематично обґрунтував нову наукову дисципліну, що мала на меті вивчення співвідношення між інтенсивністю зовнішніх фізичних подразників і суб’єктивною силою психічних відчуттів. Власне, Фехнер розглядав психофізику як «науку про функціональний зв’язок душевного та тілесного» (Робінсон, 2020, с. 196), наголошуючи необхідність математичного вимірювання процесів чуттєвого сприйняття. Психофізика «Це – точна теорія про співвідношення між розумом і тілом. Як і фізика, психофізика, як точна наука має ґрунтуватися на досвіді та математичному зв’язку емпіричних фактів, які вимагають вимірювання пережитого або, якщо такого вимірювання ще не існує, – пошуку цього вимірювання». (Робінсон, 2020, с. 200) Саме в цьому контексті термін «психофізика» вперше отримав точне методологічне наповнення й став фундаментом для розвитку експериментальної психології.

Подальший розвиток цього поняття пов’язаний із діяльністю Вільгельма Вундта, засновника першої у світі психологічної лабораторії в Лейпцигу (1879). Вундт трактував психофізику як базову галузь нової науки про психіку, орієнтовану на експериментальне дослідження зв’язку між фізіологічними процесами й суб’єктивним досвідом. «Вундт розглядав психофізику як перехідну сферу між фізіологією та психологією, що має на меті встановити закономірний зв’язок між тілесними стимулами та свідомими відчуттями». (Araujo, 2021). У його концепції психофізика стала методологічним мостом між філософією та емпіричною психологією, заклавши підґрунтя для формування психології як самостійної дисципліни.

Отже, початково психофізика постала як міждисциплінарна галузь знання, що поєднала методи природничих наук із проблематикою філософії та психології. Її вихідною метою було встановлення закономірностей переходу фізичного стимулу

в психічне відчуття, а базовим принципом – вимірюваність цього переходу. Саме з цього етапу поняття «психофізика» почало поступово входити в інші сфери гуманітарного знання, серед іншого – в мистецтвознавство.

На межі XIX–XX століть поняття «психофізика» почало активно інтегруватися у сферу театральної педагогіки. Відбулося це у процесі пошуків нових методів акторської підготовки, спрямованих на подолання механістичної гри та наближення сценічного існування до органічності. У театральному дискурсі того часу стверджується ідея нерозривної єдності психічного та фізичного, за якою внутрішній емоційний стан актора невід’ємно пов’язаний із його тілесною дією.

У театральному мистецтві термін «психофізика» набув нового значення: він почав означати не лише галузь психологічних досліджень, а й практичний принцип акторської педагогіки, що визначає органіку сценічного існування та стає підґрунтям для подальшого розвитку сучасних психофізичних технік.

У цьому дослідженні психофізичні техніки розуміються як цілісна система методів, спрямованих на інтеграцію психічних і фізичних процесів у творчій діяльності актора, що забезпечує гармо-

нію між внутрішнім станом виконавця та його зовнішнім екранним вираженням. Вони охоплюють як способи формування концентрації, уваги, уяви та емоційної пам’яті, так і практики тілесної організації руху, голосу та енергетики, які у взаємодії створюють умови для автентичного художнього існування в просторі акторської майстерності та аудіовізуального мистецтва.

У процесі розвитку театральної педагогіки й акторської майстерності психофізичні техніки сформувалися не як набір окремих прийомів, а як цілісна система, що характеризується внутрішньою структурованістю. Її основу становить взаємопов’язаність елементів, серед яких ключовими є тіло, психіка, емоція та голос. Кожен із цих компонентів функціонує не ізольовано, а в постійному взаємозв’язку з іншими: тілесна дія запускає психічний імпульс, емоційний стан знаходить вираження у голосі, а голос, у свою чергу, впливає на тілесну динаміку й психічний процес. Така взаємозалежність визначає органіку акторського існування та забезпечує ефективність психофізичних технік.

З огляду на це закономірним видається проведення паралелей із загальною теорією систем, яку розробив Людвіг фон Берталанфі.

Аспект	Зміст у теорії Берталанфі	Пояснення
Мета створення	Розробка універсальної науки про системи	Берталанфі прагнув знайти принципи, які діють у всіх видах систем – біологічних, соціальних, технічних, культурних.
Визначення системи	Система – це сукупність взаємопов’язаних елементів, що утворюють цілісність	Жоден елемент не можна зрозуміти ізольовано; важливо досліджувати їхню взаємодію.
Принцип цілісності	«Ціле більше, ніж сума його частин»	Властивості системи не зводяться до властивостей окремих елементів.
Відкритість систем	Системи взаємодіють із середовищем	На відміну від закритих механістичних моделей, відкриті системи обмінюються енергією, інформацією, матерією.
Ієрархічність	Будь-яка система включена у більшу систему і водночас складається з підсистем	Це дає змогу досліджувати різні рівні організації – від клітини до суспільства.
Гомеостаз	Системи мають здатність до саморегуляції й підтримання стабільності	Вони зберігають рівновагу, навіть за наявності змін у середовищі.
Розвиток	Системи еволюціонують і саморозвиваються	Їм властиві не лише стабільність, а й зміни, ускладнення, поява нових якостей (емерджентність).
Інтердисциплінарність	Загальна теорія систем може застосовуватись у різних науках	Від біології й кібернетики до соціології, психології та мистецтвознавства.

У межах дослідження системний підхід Л. фон Берталанфі дає змогу моделювати психофізичні техніки актора як цілісну структуру, де взаємодіють чотири ключові елементи: тіло – психіка – емоція – голос. У цій моделі кожен компонент функціонує не ізольовано, а у постійному взаємозв'язку з іншими, створюючи єдину динамічну систему акторської виразності.

Особливістю даного підходу є інтеграція внутрішніх процесів актора у координати екранної виразності, що формуються технічними параме-

трами зйомки. Так, кадрування визначає видиму частину тілесної дії (від мікрожестів у крупному плані до пластики руху в загальному плані); оптика впливає на сприйняття просторової динаміки та інтенсивності емоційних проявів; звук фіксує найтонші нюанси голосової експресії, пов'язані з психоемоційним станом актора; монтаж створює ритмічну структуру, яка вимагає від актора здатності до точного повторення емоцій і тілесних дій у різних дублікатах.

Системний підхід у моделюванні психофізичних технік актора

Компонент актора	Зв'язок із системою	Екранний параметр
Тіло	Формує пластичну дію, рух, мікроекспресії	Кадрування (крупний/середній/загальний план)
Психіка	Джерело внутрішніх імпульсів, уваги, уяви	Мізансцена, драматургія кадру
Емоція	Забезпечує внутрішню правду образу	Ритм дубля, монтажна структура
Голос	Передає емоційний стан і ритм сцени	Звук, робота з мікрофоном

Таким чином, системний підхід дає можливість розглядати психофізичні техніки не лише як педагогічний інструмент, а й як модель інтеграції внутрішнього й зовнішнього в умовах екранного мистецтва. Він акцентує необхідність взаємного узгодження психічних процесів актора з технічними параметрами кіновиробництва, що створює підґрунтя для формування поняття «екранної органіки».

«Екранна органіка» – це стан акторської присутності перед камерою, коли внутрішній психоемоційний процес узгоджений із зовнішньою дією та ритмом зйомки. На відміну від театральної органіки, яка спирається на безперервність живої дії, екранна органіка враховує фрагментарність кінопроцесу: монтажну структуру, крупність кадру, тривалість дубля, технічні паузи. Вона проявляється через природність мікрореакцій, відповідність темпоритму персонажа об'єктивним умовам зйомки та відчуття «життя в кадрі».

Важливим є також усвідомлення відмінності між системним баченням психофізичних технік та фрагментарним використанням окремих методик. Використання ізольованих вправ без урахування їхньої взаємодії з іншими елементами призводить до втрати глибинного педагогічного ефекту та спрощення самого поняття психофізики. Лише системний підхід забезпечує формування акторської майстерності як органічного процесу, де тіло і психіка розвиваються у взаємній кореляції.

У роботі режисера аудіовізуальних мистецтв психофізичні техніки постають не як абстрактний теоретичний конструкт, а як практичний інструментарій, що безпосередньо пов'язаний з екранними умовами зйомки. Для систематизації цього досвіду доцільно застосувати принцип побудови матриці «техніка – режисерське завдання – екранні умови», яка дає змогу розкрити функціональність кожної техніки у конкретному виробничому процесі.

Так, метод Ф. М. Александера орієнтований на усвідомлення тіла і зняття м'язових затисків. У кіно цей підхід особливо важливий у роботі зі статичними мізансценами або у довгих планах, де камера фіксує найменші мікроруки актора. Александер вважав, що поведінка людини має відповідати моделі «введення інформації – обробка – виведення інформації». Для реалізації цієї формули важливо стримувати миттєві м'язові реакції на подразники, даючи можливість обробити інформацію та підготувати адекватну реакцію. Завдяки цьому методу актор зберігає природність тілесного існування навіть у крупному плані, уникаючи напруженості, що руйнує екранну органіку.

Метод М. Фельденкрайза, заснований на усвідомленому русі, сприяє плавності переходів між емоційними станами. У своїй попередній статті ми вже розглядали цей метод детально. «Основні принципи методу Фельденкрайза: Органічний рух – актор вчиться рухатися максимально природно, без зайвого напруження чи форсування;

Тілесне усвідомлення – через м'які, неквапливі вправи актор починає краще відчувати власне тіло, його центр, баланс і можливості; Зв'язок між рухом і мисленням – рух сприймається не механічно, а як частина внутрішнього процесу, що впливає на емоційний стан і акторську гру» (Івашечкіна, 2025, с. 179). Для знімального майданчика, де сцени часто знімаються у фрагментарній і непослідовній структурі, цей метод дає змогу акторові швидко відновити необхідний психофізичний стан у кожному дублі та зберегти внутрішню концентрацію.

Голосові методики А. Лессака відкривають голос і забезпечують його емоційне наповнення. Метод Артура Лессак Барбо ґрунтується на принципі кінезеніки – внутрішнього відчуття резонансу, звукової хвилі та тілесного відгуку на голос. Він передбачає розвиток природного голосу через тілесну свободу та енергетичний баланс, акцентуючи увагу не на технічному контролі, а на взаємодії голосу з внутрішнім станом актора. «Голос і тіло є єдиним інтегрованим інструментом. Відкриття природного резонансу та енергії дає можливість максимально ефективного використання голосу» (Лессак, 1997).

Цінність цих методик для кіно полягає у роботі з мікрофоном і крупним планом, коли навіть найтонші дихальні та голосові нюанси стають помітними. Завдяки цим технікам актор може передати емоцію з високим ступенем автентичності, зберігаючи контроль над тембром і ритмом мовлення.

Техніка С. Мейснера забезпечує швидкий вхід у стан та автентичну реакцію на партнера. Сенфорд Мейснер (Sanford Meisner, 1905–1997), американський актор і викладач акторської майстерності, вважав, що уява як ґрунт для створення сценічних обставин слугує найкращим пропуском до емоційного світу актора і дає більшу свободу, при цьому краще відповідаючи художньому темпераменту і не завдаючи шкоди. В уявному сценарії можуть діяти реальні люди, але при цьому події будуть виключно вигаданими. Це не спогади, а радше надії та (або) страхи, прожиті у фантазії наяву.

У кінематографі вона набуває особливого значення в інтенсивних сценах із багатокамерною зйомкою, де важливо досягти природності кожної реакції й водночас витримати повторюваність емоцій у серії дублів.

Психологічний жест М. Чехова дає можливість сконденсувати емоційний стан у символічному русі чи позі, що є надзвичайно цінним для

кіно, де акторові потрібно відтворювати той самий стан у різних технічних умовах зйомки.

Крім того, танцювально-рухова терапія та імпровізаційні практики створюють можливості для роботи з психоемоційним станом актора. Вони застосовуються як підготовчий інструмент перед зйомкою, надаючи можливість акторові зняти стрес, вийти за межі побутової тілесності та відкритися до експерименту з пластикою.

Таким чином, у межах аудіовізуального виробництва кожна техніка може бути розглянута крізь призму режисерського завдання (швидкий вхід у стан, повторюваність емоцій, контроль голосу чи тілесної дії) і співвіднесена з конкретними екранними умовами (тип плану, темпоритм зйомки, монтажна дискретність, робота зі звуком). Такий підхід перетворює психофізичні техніки на функціональну матрицю режисерських рішень, яка забезпечує точність, керованість і органічність акторського існування перед камерою.

Введення індикаторів якості

Однією з ключових проблем у використанні психофізичних технік у кінематографічному середовищі є відсутність чітких критеріїв їхньої результативності. На відміну від театру, де ефективність тренінгу здебільшого оцінюється якістю сценічного існування «тут і тепер», у аудіовізуальних мистецтвах виникає потреба у більш точних, операціоналізованих індикаторах, які дають змогу фіксувати сталість і повторюваність акторських станів у фрагментарному процесі зйомки. Саме тому у дослідженні пропонується набір метрик якості, що дають можливість оцінити ефективність застосування психофізичних технік.

1. Continuity index емоційної послідовності між дублями. Цей індикатор відображає, наскільки актор здатний відтворити однакову емоційну траєкторію у різних дублікатах однієї сцени. Умови кінозйомки часто вимагають розриву драматургічної дії на частини, що створює ризик втрати емоційної логіки. Continuity index дає змогу зафіксувати ступінь відповідності емоційних станів у різних дублів, що є критично важливим для монтажною цілісності.

2. Латентність входу у стан (секунди). Цей показник вимірює час, необхідний акторові для того, щоб після зовнішнього сигналу (режисерської команди, початку зйомки, дії партнера) увійти у заданий психофізичний стан. В умовах кінематографу, де дубль може починатися з різних моментів

сцени, швидкість «входження у стан» визначає якість роботи актора перед камерою. Чим коротший цей часовий проміжок, тим більш ефективною вважається техніка.

3. Варіативність інтенсивності голосу (dB) у межах рольового завдання. Голос у кіно є надзвичайно чутливим маркером внутрішнього стану. Робота з мікрофоном вимагає від актора точного контролю над інтенсивністю та тембром. Введення показника варіативності у децибелах дає змогу оцінити стабільність голосової дії: наскільки актор здатний зберігати емоційний зміст без небажаних перепадів гучності чи втрати інтонаційної цілісності.

4. Частка «придатних» дублів у межах блоку сцени. Цей індикатор відображає ефективність роботи актора у виробничому процесі: яка частка знятих дублів може бути використана у фінальному монтажі без додаткових правок чи перезйомок. Високий показник придатності дубля демонструє, що актор завдяки психофізичним технікам здатен стабільно відтворювати потрібний стан, мінімізуючи кількість невдалих повторів.

Висновки. Аналіз генези та сучасного функціонування психофізичних технік засвідчує, що це не випадковий набір вправ чи педагогічних прийомів, а системна методологічна категорія, яка інтегрує психологічний, тілесний, емоційний і голосовий виміри творчості актора. Від наукових пошуків Фехнера та Вундта до театральних практик XX століття та сучасних інтерпретацій у сфері аудіовізуального мистецтва психофізика поступово трансформувалася у багатовимірний інструмент, що поєднує наукове й мистецьке знання.

Системний підхід Л. фон Берталанфі дає змогу розглядати психофізичні техніки як цілісну динамічну структуру, у якій тіло, психіка, емоція і голос функціонують у постійній взаємодії. В умовах екранного виробництва ця взаємодія безпосередньо корелює з технічними параметрами кіномови – кадруванням, оптикою, звуком і монтажем. Таким чином, психофізичні техніки стають фундаментом формування «екранної органіки», що визначає достовірність і переконливість акторського існування перед камерою.

Запропоноване моделювання та введення індикаторів якості дає змогу подолати фрагментарність у трактуванні поняття «психофізика» та надати йому прикладного значення для практики режисера аудіовізуальних мистецтв. Це відкриває

нові перспективи у методології підготовки актора та формуванні інструментарію режисерської роботи, зорієнтованого на вимоги сучасного кіно й телебачення.

Джерела та література

- Араухо, С. (2021). Вільгельм Вундт. Див.: *Оксфордські бібліографії з психології*. DOI: 10.1093/obo/9780199828340-0273
- Івашечкіна, М. (2025). Техніки опрацювання «тілесної виразності» як елемент психофізичного тренінгу актора в контексті аудіовізуальних мистецтв. *Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого*. Вип. 36. С. 174-181. URL: <http://nv.knutkt.edu.ua/article/view/332821>
- Корольчук, В., Корольчук, М. (2017). Технології психологічної допомоги подолання негативних наслідків професійного стресу. *Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології*: монографія. Харків. 414 с. URL: <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/123456789/12957/1/Харьков%20-%20ВСЯ%20монография%20.pdf#page=414>
- Лессак, А. (1997). *Використання та тренування людського голосу: біодинамічний підхід до вокального життя*. Нью-Йорк: Макгроу-Гілл.
- Робінсон, Д. (2020). Густав Теодор Фехнер: Психологіка та природничі науки. *Оксфордська дослідницька енциклопедія психології*. DOI: 10.1093/acrefore/9780190236557.013.491
- Хлівна, О., Магдисяк, Л. (2022). *Психологія тілесності*: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк. 192 с. URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/20892>

References

- Araujo, S. (2021). *Wilhelm Wundt*. In.: *Oxford Bibliographies in Psychology*. DOI: 10.1093/obo/9780199828340-0273
- Ivashchekina, M. (2025). *Tekhniky opratsiuvannia «tilesnoi vyraznosti» yak element psykhofizychnoho treninhu aktora v konteksti audiovizualnykh mystetstv*. [Techniques of working through «bodily expressiveness» as an element of the actor's psychophysical training in the context of audiovisual arts]. *Naukovyi visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu teatru, kino i telebachennia imeni I. K. Karpenka-Karoho*. Vyp. 36. S. 174-181. URL: <http://nv.knutkt.edu.ua/article/view/332821> [in Ukrainian]
- Khlivna O., Mahdysiuk L. (2022) *Psykhohohiia tilesnosti* [Psychology of corporeality]: navchalnyi posibnyk.

- Lutsk: Vezha-Druk. 192 s. URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/20892> [in Ukrainian]
- Korolchuk, V., Korolchuk, M. (2017) Tekhnolohii psykholohichnoyi dopomohy podolannya nehatyvnykh naslidkiv profesiynoho stresu. [Technologies of psychological assistance in overcoming negative consequences of professional stress] Aktualni doslidzhennia v suchasni vitchyznyanii ekstremalniy ta kryzovii psykhologii: monohrafiya. Kharkiv. 414 s. URL: <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/123456789/12957/1/>
- Харьков%20-%20ВСЯ%20монографія%20.pdf#page=414 [in Ukrainian]
- Lessac, A. (1997). *The use and training of the human voice: A bio-dynamic approach to vocal life*. New York: McGraw-Hill.
- Robinson, D. (2020). Gustav Theodor Fechner: Psychophysics and natural sciences. *Oxford Research Encyclopedia of Psychology*. DOI: 10.1093/acrefore/9780190236557.013.491

Mariia Ivashechkina

Psychophysical techniques in directing for audiovisual arts: definition, system, and practical application

Abstract. Purpose. Research the peculiarities of using psychophysical techniques in the work of a director of audiovisual arts with actors. Explore the origin of the term «psychophysics». Define their systemic nature and functioning in relation to screen parameters. Examine the adaptation of theatrical methodologies (the somatic practices of F. M. Alexander and M. Feldenkrais, S. Meisner's method, A. Lessac's vocal systems, M. Chekhov's «psychological gesture» method) to the specifics of the cinematic environment. Determine how psychophysical techniques ensure the organic quality of the actor's existence within the fragmentary process of filming and contribute to the formation of screen authenticity. **Research methodology.** Analytical and comparative methods were used to study theoretical approaches to the actor's psychophysics in Ukrainian, European, and American traditions. L. von Bertalanffy's systems theory was applied to conceptualize psychophysical techniques as an integrated structure of «body – psyche – emotion – voice» within the coordinates of screen expressivity. The practical component is based on the analysis of archival and video sources, protocols of pedagogical observations, surveys of student actors, and practice-based research in film and television production. **Scientific novelty of the research.** For the first time, psychophysical techniques are systematically considered as a tool of the audiovisual arts director, rather than solely of the actor or theater pedagogue. The concept of «screen organicity» is defined as the result of integrating psychophysical methodologies into the filming process. A model «technique – directorial task – filming conditions» is proposed, enabling directors to consciously select psychophysical tools to achieve precision, repeatability, and authenticity of acting states in cinematic space. **Conclusions.** The article analyzes psychophysical techniques as a systemic category that integrates the psychological, bodily, emotional, and vocal dimensions of acting. Based on L. von Bertalanffy's systems approach, their functioning is examined in relation to screen parameters – framing, optics, sound, and editing. The concept of “screen organicity” is introduced, and quality indicators are proposed to assess the effectiveness of psychophysical techniques in cinematic performance. The study establishes a new methodological framework for directing practice in audiovisual arts.

Keywords: psychophysical techniques, psychophysics, audiovisual arts, directing; actor training, screen organicity, system theory.

Подано до редакції 01.10.2025

Підписано до друку 25.11.2025