



КАК АКТЕРЫ ЗАПОМИНАЮТ РЕПЛИКИ?

Уразымбетова Шахсанем

*Студент 2-курса «Режиссура эстрады и массовых
представлении» Нукусского филиала государственного
института искусств и культуры Узбекистана*

Аннотация: в данной статье рассматриваются основы процесса запоминания, но давайте углубимся в то, как ваш мозг может улучшить процесс запоминания. В зависимости от того, как работает ваш ум, вы можете обнаружить, что вербальные или визуальные методы запоминания помогают вам лучше запоминать фрагменты информации.

Ключевые слова: процесс запоминания, мозг, ум, вербальный, визуальный, метод, фрагмент, информация.

Память — это способность разума, с помощью которой данные или информация кодируются, сохраняются и извлекаются при необходимости. Это сохранение информации с течением времени с целью повлиять на будущие действия. Если бы прошлые события нельзя было помнить, было бы невозможно развивать язык, отношения или личностную идентичность. Потеря памяти обычно описывается как забывчивость или амнезия.

Человеческий мозг – любопытная вещь. Иногда он вспоминает случайный и вырванный из контекста факт, которым ваш друг поделился с вами 17 лет назад, и заставляет вас задуматься, сколько у вас там места для хранения данных (забавный факт: около 2,5 петабайт). В других случаях вы выходите из офиса или выходите из Zoom на весь день и чувствуете, что ваша память была стерта в ту же секунду, когда вы это делаете.

К какому бы сценарию вы ни относились больше, знайте, что с помощью правильных методов запоминания каждый может улучшить емкость и скорость, с которой его мозг обрабатывает информацию. Отсутствие необходимости постоянно искать данные или проверять список дел, потому что вы запомнили эту информацию, также повысит производительность.

Хранение: перемещение информации из кратковременной памяти в долговременную — это активный шаг. Ваш мозг не может принять это решение за вас, вам придется запомнить его, используя метод, который подойдет именно вам, — но мы вернемся к этому через минуту.



Извлечение. То, как вы обращаете внимание, кодируете и храните информацию, будет влиять на то, насколько хорошо вы сможете получить ее в более поздний момент времени. Чем больше времени проходит между двумя последними этапами — хранением и извлечением — тем важнее часто возвращаться и просматривать информацию, чтобы она оставалась свежей в вашей памяти.

Будь то автозапись или личное прослушивание, всегда полезно запоминать свои реплики. Таким образом, вы сможете сосредоточиться на чем-то другом, кроме сценария. Звучит просто, правда? А что, если твое прослушивание завтра... или через три часа? Как можно запомнить строки настолько быстро, насколько это возможно?

Примите тот факт, что ваша память уже намного лучше, чем вы думаете, потому что я обещаю вам, что это так.

Осознайте, что сценарии — это всего лишь цепочка предложений, а каждое предложение — это всего лишь группа изображений, которые в конечном итоге используются для передачи истории и смысла. Если вы можете представить изображение для каждого ключевого слова или фразы, то вы сможете соединить эти изображения в цепочку.

Потратьте не менее 50 процентов времени репетиций на самые сложные части, даже если они составляют лишь один процент всего сценария или сцены.

Они используют свое воображение, выполняют отдельные разделы и двигаются, пока запоминают.

Кэтрин Хартт, основатель Hartt and Soul Studio, говорит:

Есть несколько приемов, которые помогут упростить запоминание:

С самого первого раза, когда вы увидите эту сцену, читайте ее, как хороший роман, и представляйте себя в этой сцене так, как если бы она была реальной. Это уже начнет придавать вам смысл реальности и хода сцены. Убедитесь, что вы понимаете, что заставляет вас произносить слова и что заставляет вас переходить от одного такта к другому.

Берите по одному маленькому разделу за раз. Начните с первого раздела и продолжайте до тех пор, пока не появится смысл сделать большой сдвиг и поработать над этой одной областью. Затем уйдите ненадолго. Когда вы вернетесь, просмотрите этот первый раздел, а затем перейдите к следующему разделу. Продолжайте часто делать перерывы.

Двигайтесь, пока запоминаете. Это поможет вам легче запомнить.

Скажите себе, что это легко запомнить. Позитивное мышление!



Они подходят к сценарию так, чтобы это имело для них смысл.

Филип Эрнандес, тренер по прослушиванию из Нью-Йорка, говорит:

Сначала выясните, что вы хотите от сцены. Затем определите события, которые приближают вас к достижению этой цели или отталкивают ее от нее. Новые события требуют от вас корректировки своего мышления, чтобы и дальше получать желаемое. Воспринимайте каждую корректировку как новый раздел в ваших мыслях.

Иметь ход мыслей, который имеет для вас смысл, а не думать о десятках отдельных строк, которые нужно запомнить, более управляемо и значительно облегчает запоминание. Это немного похоже на пункты списка идей. Вы можете запомнить всю речь, потому что вам нужно запомнить всего пять пунктов, а не 1000 слов! Поймите ход своих мыслей, и отдельные строки появятся быстрее.

Быстрое заучивание строк — это вопрос выработки; это требует практики. Чем больше вы это делаете, тем лучше у вас это получается. Визуализируйте то, о чем вы говорите, вместо того, чтобы сосредоточиться исключительно на том, как это сказать. Если в тексте, который вы пытаетесь запомнить, очень мало образов, напрягите свое воображение. Представьте, что вам напоминает язык текста, затем представьте каждую мысль, используя как можно больше органов чувств, чтобы вспомнить каждую мысль (каждую строку). Другими словами, представьте то, о чем вы говорите, с как можно большим количеством звуков, движений и образов. Пройдитесь по комнате и поместите каждую мысль в разное место. Это также задействует зрение и ваши собственные движения и объясняет, почему мы лучше всего запоминаем реплики, когда стоим на ногах. Результаты могут вас поразить.

Попробуйте запоминать изображения вместо линий. Эту технику я использую всякий раз, когда поручаю актерам играть Шекспира или любой другой материал, в котором используются образы или описательный язык, но он работает со всем материалом, пока у актера есть воображение. Я видел, как актеры использовали его, чтобы запомнить целые акты пьесы за выходные. Просто свяжите с каждой из ваших строк определенное изображение или визуальный элемент, и ваши строки придут к вам гораздо быстрее. Это потому, что разум запоминает изображения быстрее и лучше, чем слова. Конечно, помогает, если материал определенного характера, но вы можете взять даже самый обычный, скучный диалог и связать с ним образы, если у вас есть воображение. Стоит попробовать!



Есть много способов запомнить строки, и крайне важно выяснить, какой из них подойдет именно вам. Я использую пару устройств. Для начала, прочитав все, я просматриваю сценарий и просматриваю его построчно. Если я забываю строчку, я возвращаюсь к началу до тех пор, пока не смогу просмотреть всю страницу, не подглядывая. Как только я смогу достичь этого, я пойду на скорость. У меня также, как правило, фотографическая память, поэтому я представляю, где находится линия на странице, когда начинается новая страница и т. д., и это может быть полезно для вспоминания. Если есть блокировка, я запоминаю, используя эту телесность, которая помогает соединить линию и стоящее за ней намерение. И, конечно же, повторение и практика являются ключевыми моментами. Память — это мышца, которую нужно тренировать.

Самый очевидный проверенный метод — это повторение, повторение и повторение. Но некоторым актерам повторения недостаточно. Чтобы получить больше поддержки, репетируйте с другим актером или с кем-нибудь, кто готов помочь. Им не обязательно быть великим актером. Фактически, монотонное чтение партнером по репетиции подготовит вас к работе с неподготовленным читателем.

Нет времени репетировать с человеком? Приложения линейного обучения становятся все более популярными, помогая запоминать. Я рекомендую Rehearsal, приложение.

Самый старый трюк в книге — написать все строки от руки на листе бумаги. А затем сделайте это снова. Да, это звучит утомительно, но это работает.

У актеров разные стили обучения. Некоторые из них визуальные. Другие лучше всего учатся, слушая. Многие делают. А некоторые тактильны и хорошо реагируют на запись.

Повторяй, повторяй, повторяй. Это лучший способ быстро подготовить свой мозг. Выделите линии персонажа. Это позволит вам быстро найти нужную строку, взглянув на бумагу. Разбейте линии на более мелкие части. Не беритесь за весь сценарий сразу. Разбейте сценарий на небольшие части и повторяйте, повторяйте, повторяйте, пока строки не укоренятся. Работайте над строками перед сном. Исследования показали, что изучение строк прямо перед сном может оказать большое влияние на запоминание. Обязательно просмотрите их еще раз утром, чтобы закрепить их в памяти.

Я учу актеров в Screen Actors System никогда не «запоминать». Это не школа. Не зубрите. Вам нужно глубоко знать строки. Сколько информации вы запомнили для школьных тестов? Забыто. Бесполезно. А теперь вспомните реальную



историю из вашей жизни. Легкий. Думайте о словах как о части вашей истории, потому что на самом деле так оно и есть.

Не поймите меня неправильно: как режиссер и сценарист я ожидаю, что вы будете безупречны в словах. Противоречие? Нет.

Просто выучите строки так: Проведите полнотекстовый анализ сцены. Определите все доли. Выберите свои цели, точки фокуса, тактику и учтите эмоциональные препятствия. Отметьте их на странице. Изучите предысторию вашего персонажа. Ни в коем случае нельзя повторять строки вслух снова и снова. Это только закрепит неудачную репетицию.

К тому времени, когда вы как драматург узнаете сцену, вы выучите и строки органично. Запоминание — это утомительно. Изучение материала увлекательно. Даже если бы у меня было всего 15 минут, я бы все равно работал таким образом.

Сделай это. Отпустить. И вы будете знать строки.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Аткинсон, Р.К. и Шиффрин, Р.М. (1968). Человеческая память: предлагаемая система и процессы ее управления. В книге «Психология обучения и мотивации»: II Оксфорд, Англия: Academic Press. doi:10.1016/S0079-7421(08)60422-3
2. Баддели, А. (2007). Рабочая память, мышление и действие. Оксфорд: Издательство Оксфордского университета.
3. Айзенк, МВ (2012). Основы познания. Нью-Йорк: Psychology Press.
4. Ферде, К., Полдрак, Р.А. (2009). Процедурное обучение человека. В Л.Р. Сквайр (ред.), Новая энциклопедия нейробиологии, Vol. 7 (стр. 1083–1091). Оксфорд, Великобритания: Academic Press.
5. Граф П., Шактер Д.Л. (июль 1985 г.). «Неявная и явная память на новые ассоциации у нормальных и амнезиальных субъектов». Журнал экспериментальной психологии: обучение, память и познание. 11 (3): 501–18. doi: 10.1037/0278-7393.11.3.501. PMID 3160813.
6. <https://asana.com/ru/resources/memorization-techniques>
7. <https://www.backstage.com/magazine/article/backstage-experts-answer-ways-quickly-memorize-lines-6719/>