



## بررسی مهارت‌ها و توانایی‌های مورد نیاز بازیگر

پوهنیار یما حبیبی

دپارتمنت تياتر، پوهنځی هنرهای زیبا، پوهنتون کابل، کابل، افغانستان

ایمیل: yama.habibi921@gmail.com

### چکیده

تحقیق حاضر به بررسی و شناسایی نیازمندی‌ها و مهارت‌های لازم برای بازیگران مسلکی ترتیب گردیده تا آن‌ها با شناخت دقیق‌تر و دریافت معلومات کافی در مورد این نیازمندی‌ها، بتوانند استعداد‌های خود را بهبود بخشند و عملکرد هنری بهتری ارائه دهند. با توجه به اهمیت و تأثیرگذاری این هنر در جامعه، هدف از انجام این تحقیق، بهبود کیفیت عملکرد بازیگران در هنر بازیگری را بررسی کرده و اقداماتی را برای ارتقاء مهارت‌ها و توانایی‌های آن‌ها پیشنهاد می‌دهد. این هنر به‌عنوان یکی از مهم‌ترین حرفه‌ها در جهان، توانایی ارائه داستان‌های زندگی و برقراری ارتباط عمیق با تماشاگران را دارد. هم‌چنین، به توسعه و بهبود صنعت نمایش کمک خواهد کرد و فهم عمومی درباره هنر بازیگری را افزایش می‌دهد. نیز می‌تواند به تحقق استراتژی‌ها و برنامه‌های برای توسعه حرفه و صنعت نمایش، آموزش و آمادگی بازیگران، تولید نمایش‌های کیفی و ارتقاء معیارهای حرفه‌ای کمک کند.

اصطلاحات کلیدی: بازیگر؛ توانایی؛ تياتر؛ شخصیت؛ مهارت؛ نقش؛ هنر

## Examination of the Skills and Abilities Required for Professional Actors

Jr. Teaching Assistant Yama Habibi

Department of Theatre, Faculty of Fine Arts, Kabul University, Kabul,  
Afghanistan

Email: yama.habibi921@gmail.com

### Abstract

This research identified the skills and abilities necessary for professional actors to enhance their talents and deliver better artistic performances through a comprehensive understanding and adequate information about these requirements. Given the significant impact of acting on society, this research aims to explore ways to improve the performance quality of actors and suggest measures to enhance their skills and abilities. As one of the most influential professions in the world, acting has the power to present life stories and establish a profound connection with the audience. This research aims to contribute to developing and improving the theater industry and to increase public appreciation of the art of acting. It also seeks to support the implementation of strategies and programs for the development of the acting profession, the training and preparation of actors, the production of quality performances, and the promotion of professional standards.

**Keywords:** Actor; Ability; Theater; Character; Skill; Role; Art

## مقدمه

صنعت بازیگری یکی از حوزه‌های شگرف، پرشور و نیز از جمله حرفه‌های پرطرفدار و مهم در صنعت هنر می‌باشد. بازیگران، با اجراهای شان در تئاتر، سینما، تلویزیون و سایر رسانه‌ها، توانسته‌اند، به طور مستقیم با احساسات و هیجانات مردم در ارتباط باشند و آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهند. و نیز گفته می‌توانیم که هنر بازیگری یکی از هنرهای پویا و جذاب است که نیازمند مجموعه‌ای از مهارت‌ها و توانایی‌های ویژه است. این تحقیق به بررسی عمیق و جامع مهارت‌ها و توانایی‌های مورد نیاز هنر بازیگری می‌پردازد و به دنبال گشودن درباره گنجینه‌ی مهارتی و هنری هنرمندان تئاتر است. به‌عنوان نتیجه، برای دستیابی به موفقیت در این حرفه، بازیگران باید از مهارت‌ها و توانایی‌های ویژه‌ای برخوردار باشند که این تحقیق به بررسی آن‌ها می‌پردازد.

یکی از مهارت‌های اساسی برای بازیگران، مهارت فنی است. این شامل توانایی تلفظ صحیح کلمات و جملات، بیان فیزیکی مناسب در نمایش‌ها و تسلط بر حضور روی صحنه است. بازیگران باید قادر باشند داستان‌ها و نقش‌های خود را به طور دقیق و قابل فهم به تماشاگران منتقل کنند و ارتباط قوی با آن‌ها برقرار کنند. مهارت‌های عاطفی نیز برای بازیگران بسیار اهمیت دارد. بازیگران باید قادر باشند احساسات مختلف را به طور مؤثری تجسم کنند و به تماشاگران انتقال دهند. آن‌ها باید قدرت بهره‌گیری از احساسات متنوع را داشته باشند و بتوانند این احساسات را به صورت قابل ارتباط و قابل درک برای مخاطبان نشان دهند. این مهارت به بازیگران کمک می‌کند تا نقش‌ها را با عمق و واقعیت بیشتری اجرا کنند و تأثیر بیشتری بر روح و احساسات تماشاگران داشته باشند.

علاوه بر آن، مهارت‌های بینش‌های شخصی نیز برای بازیگران ضروری است. این شامل توانایی گوش دادن فعال، همکاری با تیم تولیدی و هماهنگی با همکاران بازیگر می‌شود. بازیگران باید توانایی هماهنگی و همکاری با اعضای تیم را داشته باشند تا بتوانند بهترین عملکرد را در اجراهای خود ارایه دهند (بندتی، ۲۰۰۱، ص ۲۵).

## بیان مسأله

بررسی مهارت‌ها و توانایی‌های مورد نیاز در هنر بازیگری: اکتشاف گنجینه هنرمندان نمایشی می‌باشد. هنر بازیگری یکی از هنرهای پویا و جذاب است که نیازمند مجموعه‌ای از مهارت‌ها و توانایی‌های خاص است. این تحقیق به بررسی عمیق و جامع مهارت‌ها و توانایی‌های مورد نیاز هنر بازیگری می‌پردازد و به دنبال گشودن درباره گنجینه مهارتی و هنری هنرمندان نمایشی است. هنر بازیگری هنر خلاقیت می‌باشد، بناً بازیگران باید بدانند تا چه مهارت‌ها و توانایی‌های را کسب کنند، که در این

کوشش به عمل آمده است تا مهارت‌ها و توانایی‌های که ضروری برای یک بازیگر می‌باشد، به‌طور خلص و واضح بیان گردیده است.

### اهمیت و ضرورت تحقیق

این تحقیق و بررسی مهارت‌ها و توانایی‌های مورد نیاز در هنر بازیگری در چندین جنبه اهمیت دارد:

۱. آموزش و آمادگی حرفه‌ای: شناخت دقیق از مهارت‌ها و توانایی‌های مورد نیاز در هنر بازیگری به بازیگران و علاقه‌مندان به این حوزه کمک می‌کند تا در زمان آموزش و آماده‌سازی خود متمرکز شوند و به‌صورت حرفه‌ای به مسیر حرفه‌ای خود پیش بروند.
  ۲. بهبود کیفیت عملکرد: این تحقیق به بازیگران و هنرمندان نمایشی امکان می‌دهد مهارت‌ها و توانایی‌های خود را بهبود بخشند و عملکرد هنری خود را به سطح بالاتری برسانند. با تمرکز بر مهارت‌های مورد نیاز و توسعه آن‌ها، بازیگران قادر خواهند بود در نقش‌ها و صحنه‌ها بهتر عمل کنند و اجراهای هنری قوی‌تری ارائه دهند.
  ۳. ارتقاء صنعت نمایش: شناخت دقیق از مهارت‌ها و توانایی‌های مورد نیاز در هنر بازیگری به سازمان‌ها و مؤسسات مرتبط با صنعت نمایش کمک می‌کند تا استراتژی‌ها و برنامه‌های بهبود و پیشرفت را براساس این اطلاعات طراحی و اجرا کنند. این می‌تواند به توسعه ساخت اثرهای هنری با کیفیت بالا و رشد صنعت نمایش کمک کند.
  ۴. توسعه تحقیقات و آموزش: با تحقیق در زمینه مهارت‌ها و توانایی‌های هنر بازیگری، دانش علمی و فهم عمومی در این حوزه تقویت می‌شود. این تحقیقات می‌توانند به محققان و اساتید در زمینه هنر بازیگری اطلاعات جدید و پیشرفته را ارائه کنند و به توسعه آموزش و آموزش‌های پیشرفته در این حوزه مفید واقع شود.
  ۵. توسعه و بهبود حرفه: بازیگران و هنرمندان نمایشی به دنبال بهبود و پیشرفت در حرفه خود هستند. انجام این تحقیق و شناخت دقیق‌تر مهارت‌ها و توانایی‌های مورد نیاز در هنر بازیگری، به آن‌ها کمک می‌کند تا بر روی نقاط ضعف خود کار کنند و مهارت‌های خود را تقویت کنند، که در نهایت به عملکرد بهتر و پیشرفت حرفه‌ای منجر خواهد شد.
- اهمیت این تحقیق در جامعه هنری و صنعت نمایش، بهبود کیفیت عملکرد بازیگران و توسعه صنعت نمایش را تسهیل و تسریع می‌کند و به عمومیت فرهنگ هنری و توسعه دانش در این حوزه مؤثر واقع می‌گردد.

## اهداف تحقیق

هدف اصلی از این تحقیق، شناخت و بررسی مهارت‌ها و توانایی‌های مورد نیاز در هنر بازیگری است. این تحقیق به هنرمندان به‌خصوص بازیگران تئاتر کمک می‌کند تا درک عمیق‌تری از مجموعه مهارت‌ها و توانایی‌هایی که یک بازیگر نیاز دارد، پیدا کنند. از طریق بررسی و تحلیل این مهارت‌ها و توانایی‌ها، شما می‌توانید به‌عنوان یک محقق، استاد، یا حتی بازیگر خود، درک بهتری از فرآیند بازیگری و روش‌های بهبود و توسعه آن‌ها کسب کنید. در زیر به برخی از اهداف به‌شکل گزینه‌وار اشاره شده است:

۱. شناسایی مهارت‌هایی که بازیگران برتر و موفق در حرفه خود دارند و بررسی راه‌های تقویت و بهبود آن‌ها؛
  ۲. ارائه راهنما و راهکارهای عملی برای توسعه مهارت‌های بازیگری و بهبود عملکرد هنری؛
  ۳. ارائه شناخت دقیق‌تری از نیازمندی‌های بازیگری در صنعت نمایش و درک بهتری از نقش بازیگران در ساخت اثر هنری؛
  ۴. افزایش ارتباط و همکاری بین تحقیقات علمی در زمینه بازیگری و اجرای عملی در عرصه نمایش.
- با کسب این اطلاعات و دست‌یابی به اهداف تحقیق، این تحقیق می‌تواند به پیشرفت و توسعه دانش و فهم عمومی در زمینه هنر بازیگری مفید واقع شود.

## سؤالات تحقیق

### سؤال اصلی

۱. چه مهارت‌ها و توانایی‌ها برای یک بازیگر هنر تئاتر لازم پنداشته می‌شود تا آن‌را کسب نماید؟

### سؤالات فرعی

۱. چه مهارت‌های فنی و فیزیکی برای بازیگران نمایشی ضروری است؟ چگونه می‌توان این مهارت‌ها را تقویت و بهبود داد؟
۲. چه توانایی‌هایی برای تطبیق با نقش‌ها، شخصیت‌ها و صحنه‌های مختلف لازم است؟ چگونه می‌توان توانایی انعطاف‌پذیری و انطباق را در بازیگران تقویت کرد؟
۳. چگونه بازیگران می‌توانند هیجان‌ات خود را در نقش‌ها و صحنه‌ها مدیریت کنند؟ چه تکنیک‌ها و روش‌هایی برای کنترل هیجان‌ات و به اشتراک‌گذاری آن با تماشاگران وجود دارد؟

۴. چه توانایی‌های ارتباطی برای بازیگران در تعامل با همکاران، کارگردان و تماشاگران مهم است؟ چگونه می‌توان این توانایی‌ها را تقویت کرد؟

۵. چگونه بازیگران می‌توانند خلاقیت و تخیل خود را در نقش‌ها و اجراها به کار ببرند؟ چه تمرین‌ها و روش‌هایی برای تقویت این توانایی‌ها وجود دارد؟

### پیشینه تحقیق

هنر بازیگری به‌عنوان یکی از مهم‌ترین حرفه‌های هنری در جهان، در طول تاریخ از اهمیت بالایی برخوردار بوده است. بازیگران با ارائه داستان‌های زندگی و برقراری ارتباط عمیق با تماشاگران، توانایی دارند احساسات، شخصیت‌ها و تجربیات مختلف را به‌صورت واقعی و قابل احساس به تماشاگران منتقل کنند.

در گذشته، تحقیقات زیادی در زمینه‌ی هنر بازیگری انجام شده است. این تحقیقات به‌صورت عمده بر روی تکنیک‌ها و روش‌های بازیگری تمرکز داشته‌است. از جمله موضوعات مورد بررسی در تحقیقات گذشته می‌توان به روش‌های بازیگری، تحلیل شخصیت، تکنیک‌های روان‌شناسی در بازیگری و ارتباط با تماشاگران اشاره کرد. این تحقیقات درک بهتری از فرایند بازیگری و روش‌های بهبود عملکرد بازیگران را فراهم کرده‌اند.

اما در حال حاضر، با توسعه فن آوری و تغییرات اجتماعی، تمرکز تحقیقات در زمینه هنر بازیگری تغییر کرده است. تحقیقات جدیدتر در این حوزه به بررسی کیفیت عملکرد بازیگران و ارتقاء آن تمرکز دارد. این تحقیقات با هدف شناسایی نیازمندی‌ها و مهارت‌های لازم برای بازیگران، برنامه‌های آموزشی و آماده‌گی مناسبی طراحی و اجرا می‌کنند تا بازیگران بتوانند استعداد‌های خود را بهبود بخشند و عملکرد هنری بهتری ارائه دهند.

تحقیقاتی که در رابطه و مشابه به بررسی مهارت‌ها و توانایی‌های مورد نیاز بازیگر انجام شده‌اند. به‌طور نمونه یک تعداد آن‌ها که در موضوعاتی مانند: تکنیک‌های بازیگری، شناخت شخصیت، روش‌های استانیسلاوسکی، آموزش بازیگری، تمرینات و تکنیک‌های آموزشی، کارگردانی و دیدگاه‌های نظری در بازیگری انجام شده‌اند به‌طور خلاص معرفی می‌نمایم.

۱. کتاب تحت عنوان (The Actor's Checklist: Creating the Complete Character) نویسنده

Rosary O'Neill که چاپ اول آن در سال ۱۹۹۰ و چاپ دوم آن در سال ۲۰۰۲ به نشر رسیده

است. در کتاب ذیل در رابطه به تمرینات بازیگری براساس روش بازیگری کنستانتین

استانیسلاوسکی تحریر گردیده که هشت اصل استانیسلاوسکی را بررسی می‌کند که در قالب

چک لیست به راحتی قابل فهم ارائه شده است. علاوه بر استانیسلاوسکی، این راهنمای بازیگری هیجان‌انگیز شامل دیدگاه‌های سایر استادان بازیگری مشهور مانند یوتا هاگن، سنفورد مایزور، لی استراسبرگ، مایکل چخوف و استلا آدلر است. این کتاب تکنیک‌هایی را برای استفاده در موقعیت‌های صنف درسی و تولید ارائه می‌دهد (اونیل<sup>۵۰</sup>، ۲۰۰۲).

۲. کتاب (آماده‌سازی هنرپیشه) اثر کنستانتین استانیسلاوسکی که در سال ۱۳۹۰ منتشر شده است، در مورد موضوعات متنوعی بحث می‌کند که به توانایی‌ها و مهارت‌های بازیگران در حوزه هنر نمایش مرتبط می‌شود. در زیر، چندین موضوع کلیدی را که این کتاب درباره آن‌ها بحث می‌کند می‌نگارم:

۱. آماده‌گی جسمانی و روحی: تمرینات و تکنیک‌هایی که به بازیگران کمک می‌کند تا برای اجسام خود آگاهی بیشتری داشته و آن‌ها را برای نقش‌های مختلف آماده کنند.

۲. استعدادیابی و کاوش در شخصیت‌پردازی: تکنیک‌هایی که به بازیگران کمک می‌کند تا درک عمیق‌تری از شخصیت‌ها و نقش‌هایی که ایفا می‌کنند، پیدا کنند و بتوانند آن‌ها را به صورت مؤثر و قابل اعتنا اجرا کنند (استانیسلاوسکی، ۱۳۸۲).

۳. تمرینات و تکنیک‌های فیزیکی و صوتی: تمرینات بدنی، تنفسی، آواشناسی و آماده‌سازی صدا که به بازیگران کمک می‌کند تا مهارت‌های فیزیکی و صوتی خود را تقویت کنند و در اجراهای نمایشی بهبود یابند.

۴. روابط با کارگردانان و همکاران: راهکارها و ترفندهایی که به بازیگران کمک می‌کند تا رابطه‌های مؤثری با کارگردانان و همکاران خود برقرار کنند و در فرآیند کار گروهی موفق عمل کنند (مایزور<sup>۵۱</sup>، ۱۹۸۷، ص ۶۹).

۳. استلا آدلر یکی از معروف‌ترین و تأثیرگذارترین بازیگران و معلم بازیگری قرن بیستم، در کتاب (هنر بازیگری) به صورت جامع به بررسی موضوعات مختلفی چون (بررسی شخصیت‌پردازی و روش‌های خلق و ساخت شخصیت در بازیگری، اهمیت آماده‌گی فیزیکی و صوتی بازیگر برای اجراهای نمایشی، اهمیت برقراری رابطه و هماهنگی با همبازیان و کارگردان در فرآیند بازیگری، اهمیت درک نقش و بررسی تأثیر محیط بر بازیگر، مباحث مربوط به عملکرد و اجرا در بازیگری و نیز آدلر به اهمیت حقیقت و زنده‌بودن در عملکرد بازیگر و تأکید بر ارتباط عاطفی با مخاطبان اشاره داشته و پرداخته است (آدلر، ۱۳۹۴).

<sup>50</sup>. O'Neill

<sup>51</sup>. Meisner

## روش تحقیق

برای تبیین مطالب و اهداف این تحقیق از روش تحلیلی توصیفی با استناد از منابع معتبر به طور کتاب‌خانیهی با حفظ حرمت و امانت‌داری استفاده صورت گرفته است، هم‌چنین برای عینیت بخشیدن به مطالب گردآوری شده از سایت‌های مختلف انترنتی نیز در مواردی بهره گرفته شده است.

## بازیگری چیست

استلا آدلر در تعریف بازیگری می‌گوید: بازیگری پاسخی خلاقه و آکنده از پویایی به محرک‌ها، در شرایط یک زندگی فرضی است که به شیوه زندگی شخصیت و محیط او، زمان و مکانی که در آن زندگی می‌کند به گونه‌ای که افکار و عواطف مورد نظر را به تماشاگر منتقل کند، می‌باشد (بار، ۱۳۹۰، ص ۱۸).

بازیگری در تعریف عینی یعنی: حضور زنده بازیگر روی صحنه که ما می‌توانیم در این جا حضور به معنای اشغال بخشی از فضا توسط بدن که با اندیشه و احساس توأم است. مارلون براندو اولین شغل انسانی را بازیگری می‌داند، و نیز براندو بازیگری را عملی برای تسهیل روابط اجتماعی می‌داند که در اجتماع انسان‌های نخست نیز وجود داشته است.

بازیگری هنری است که در آن بازیگر با استفاده از تکنیک‌ها و حالات حسی خاص، به بازآفرینی یک شخصیت می‌پردازد. این شخصیت توسط نویسنده فلم‌نامه نگاشته می‌شود و بازآفرینی مذکور توسط بازیگر و پس از تحلیل کامل فلم‌نامه صورت می‌پذیرد.

بازیگری به مثابه‌ی یک هنر همواره در رشته‌های تئاتر و سینما مطرح بوده است، بازیگری بی‌شک همان انجام رویدادهاست؛ اما بازیگری هنرمندانه انجام یک عمل خلاقه براساس تکنیک می‌باشد. بازیگری هنر و فرایندی است که در آن بازیگران با استفاده از عمل، تخیل، و استعداد در زمینه‌ی نمایش، شخصیت‌های مختلف را در روی صحنه یا در محیط فیلم و تلویزیون به تصویر می‌کشند. بازیگری نیازمند مهارت‌های متعددی است که شامل تحلیل شخصیت، فهم عمیق احساسات و روابط انسانی، تسلط بر صدا و حرکت، و تعامل با همبازیان و کارگردان می‌شود.

بازیگری یک هنر سخن‌گویی است که از طریق نمایش زنده یا ضبط شده، افکار، احساسات، و تجربیات انسانی را به مخاطبان منتقل می‌کند. بازیگران با استفاده از تکنیک‌های مختلف، مانند تحلیل نقش، تمرینات جسمی و صوتی، و تجربه واقعیت درونی نقش، برای خلق شخصیت‌های زنده و قابل ارتباط با مخاطبان، تلاش می‌کنند (آدلر، ۱۹۸۸، ص ۱۵).

استانیسلاوسکی در تعریف بازیگری می‌گوید: بازیگر باید با حقیقت و با ایمان به آن چیزی که در صحنه انجام می‌دهد در تماشاگر نفوذ کند. بازیگر برای بیدار کردن احساس ایمان تماشاگر به آن چه که روی صحنه باید صادقانه و طبیعی باشد، به «حقیقت» احتیاج دارد. حتی اگر این حقیقت را تجسم به وجود آورده باشد، طوری که شخص بتواند به آن ایمان بیاورد و با آن زندگی کند.

مطابق با نظریه استانیسلاوسکی، بازیگری فرایندی است که در آن بازیگر با تمرکز بر احساسات خود و هماهنگی با شرایط محیطی، نقش خود را به تصویر می‌کشد. او معتقد بود که بازیگر برای اجرای مؤثر نقش، باید از عمق درون خود استفاده کند و احساسات و خاطرات شخصی خود را در نقش ترکیب کند (استانیسلاوسکی، ۱۴۰۰، ص ۱۱).

در مورد تعریف بازیگری پیتر بروک می‌گوید: بازیگری عبارت است از نمایش یا اجرای عملی ویژه روی صحنه. تظاهر کردن، بازآفریدن، تجسم بخشیدن و بازی کردن نقش مثلاً در یک نمایش (گل محمدی، ۱۳۹۳).

### بازیگر کیست

بازیگر، که در گذشته «اکتور» یا «آرتیست» خوانده می‌شد، کسی است که نقشی را در اثر نمایشی بازی می‌کند. این اصطلاح بیشتر برای آنانی که نقش شان را بازی می‌کنند بکار می‌رود هر چند که صدایپیشه‌ها و بازیگران نقش‌ها در نمایش‌های رادیویی نیز ممکن است هنرپیشه خوانده شوند. هنرپیشه یا بازیگر به کسی گفته می‌شود که به‌طور حرفه‌ای نقشی را در یک نمایش، تئاتر، سینما و تلویزیون بازی می‌کند. هنرپیشه می‌تواند کار خود را در چهارچوب یک تئاتر، فیلم، مجموعه‌ی تلویزیونی یا در حین آموزش دیگر هنرپیشه‌گان انجام دهد. هنرپیشه‌ها گاه به صداگذاری شخصیت‌های کارتون‌ی یا صحبت کردن به جای افرادی در آگهی‌های تلویزیونی هم می‌پردازند. هنرپیشه‌گان امروزی گاه در بازی‌های رایانه‌ای هم نقشی را به اجرا می‌گذارند. این کار توسط ثبت حرکات و صدای آن‌ها و بازسازی داده‌های رایانه‌ای به دست آمده صورت می‌گیرد. حرفه‌ی هنرپیشه‌گی از پیشه‌های بسیار کهن بشری است.

دنیای زیبا و پیچیده‌ی بازیگری، دنیایی است که هر انسانی از کودکی با آن عجین است. در واقع انسان در روح و فکر خود از یک سو و مکان و زمانی که در آن حضور دارد از سوی دیگر در حال بازی است؛ اما تفاوتی بین بازی زندگی و بازی در زندگی وجود دارد. در کل باید گفت؛ انسان‌ها بازیگران روزگارند. درباره‌ی بازیگر تعاریف متعددی وجود دارد، از جمله می‌توان گفت: بازیگر، پرسوناژ یا اکتور؛ به کسی گفته می‌شود که یک سری حرکات را بر مبنای تحلیل شخصیت و براساس بیان همراه با حس به تماشاگران ارائه می‌دهد. به‌طور ساده می‌توان گفت: بازیگر فردی است که برای ایفای نقش



خاصی انتخاب می‌شود. بازیگر مانند هر انسان زنده صاحب صدا، چهره و حالتی خاص است که با سرشت او آمیخته شده تغییر می‌کند تا بتواند خودش را با نقشی که بر عهده دارد تطبیق دهد. بازیگر دو روح دارد در یک جسم، یعنی خودش و شخصیتش در یک جسم روی صحنه و روح خودش و جسم خودش (بولسلاوسکی، ۱۳۹۹، ص ۸).

دنی دیدرو در باره‌ی هنرپیشه در کتاب خویش تحت عنوان "هنرپیشه کیست؟" چنین نظریه ارایه می‌دارد: کتاب "هنرپیشه کیست؟" شامل دو نظریه از دیدرو می‌باشد که تمام اثر شامل گفت‌وگو و بحث درباب همین دو نظریه است. نخستین نظریه این است که هر هنرمند اعم از نقاش، شاعر، نمایش‌نامه‌نویس، بازیگر و... نباید به هیچ‌عنوان از طبیعت تقلید داشته باشد. بلکه باید در موضوعات طبیعی دقت کرده، در آن دخل و تصرف نماید و اثر خود را با کمک ذهن خویش، جاودانه سازد. نظریه‌ی دوم دیدرو در این کتاب سترگ، این است که هنرمند لزومی ندارد تمام فکر و ذکر خویش را با طبیعت مچ کرده و خود را در جایگاه هر واقعه‌ای قرار دهد. بلکه می‌تواند با یک هم‌ذات‌پنداری دقیق و استفاده از خلاقیت و نبوغ خویش، واقعه‌ی مورد بحث را نخست در ذهن ترسیم کرده و سپس به منصفه ظهور برساند (دیدرو، ۱۳۹۳، ص ۵).

#### تعریف بازیگر از دید برخی صاحب نظران

**استانیسلاوسکی:** بازیگر کسی است که توانایی بازگو کردن افکار دیگران، توانایی واگذار کردن کامل خود در خدمت هیجانانگیز دیگران و آفرینش اعمال دیگران را دارد، آن چنان که گویی این اعمال از خودش سر میزند.

**رابرت دنیرو:** از نکات بازیگری این است که به شما اجازه می‌دهد زندگی سایر مردم را تجربه کنید بی آن‌که بهایش را بپردازید.

**استایگزاین:** بازیگر با شکوه به‌نظر می‌رسد؛ اما این کاری است که پیش از همه چیز باعث می‌شود به خدا شبیه شوم، من می‌کوشم یک انسان بسازم او هم همین کار را می‌کند.

**استراسبرگ:** بازیگر یک هنرمند خلاق است که باید عقاید، آراء، مفاهیم و واژه‌های نویسنده اثر را در نمایش زنده کند.

**الکساندر تایروف:** بازیگری ترکیبی است از احساس و شکل منتج از تخیل خلاق بازیگر.

**گروتسکی:** بازیگر کسی است که چون کشیش مناجات دراماتیک می‌آفریند و در عین حال تماشاگر را به تجربه کردن و می‌دارد، یعنی ایجاد یک نقش روانی بین خود و تماشاگر.

**اورلی هولتن:** بازیگر وانمود می‌کند کسی دیگر است و نقش‌های خیالی معینی را بازی می‌کند.

**مه برهولد:** انسان نیاز ندارد روی صحنه کوشش کند تا خالق انسان دیگری باشد؛ بلکه برعکس باید با ارائه هنر خود دنیای شگفت‌انگیزی خلق کند که در آن هم تماشاچی بیاموزد و هم سرگرم شود.

**هگل** فیلسوف آلمانی می‌گوید: بازیگر با تمام وجود، با قیافه، چهره و با صدای خود هنرآفرینی می‌کند. وظیفه‌ی او این است که خویشتن را با نقشی که بر عهده دارد یکی سازد.

صدا، حرف زدن، حالت‌های حسی و به‌طور کل همه اعمال و اندیشه‌های او با نقشی که دارد منطبق باشد. باید همه چیز خود را فراموش کند تا احساس و حس دیگری را نشان دهد (چخوف، ۲۰۱۴، ص ۶۳).

### مهارت‌های مورد نیاز بازیگر

هنر بازیگری شامل یک مجموعه‌ی گسترده از مهارت‌ها و صفات است که برای پیشرفت در این حرفه لازم است. در زیر به برخی از مهارت‌های مورد نیاز هنر بازیگری اشاره می‌شود:

**۱. تحلیل و درک نقش:** بازیگران باید مهارت تحلیل و درک نقش‌شان را داشته باشند. آن‌ها باید قادر باشند تا به عمق شخصیت، هدف‌ها، مواجهه‌ها و روابط شخصیت پی ببرند.

تحلیل و درک نقش در هنر بازیگری تیاتر، عنصر اساسی و حیاتی است که تأثیر قابل توجهی در کیفیت و موفقیت اجرای یک بازیگر دارد که شامل بررسی و فهم عمیق شخصیت، روابط، هدف‌ها، عواطف، دیدگاه‌ها و تغییرات شخصیت در طول نمایش است. در ادامه، مراحل مهم برای تحلیل و درک نقش در هنر بازیگری تیاتر را توضیح می‌دهم:

۱. مطالعه‌ی نمایش‌نامه: برای تحلیل و درک نقش، نخستین قدم این است که نمایش‌نامه را مطالعه کنید. با خواندن نمایش‌نامه و فهم داستان و ساختار آن، می‌توانید با شخصیت‌ها و رویدادهای اصلی آشنا شوید و نقش خود را در این ساختار قرار دهید.

۲. شناخت شخصیت: درک عمق شخصیت نقش، از جمله خصوصیت‌ها، اهداف، ترس‌ها، عواطف، دیدگاه‌ها و تغییرات شخصیت در طول نمایش، بسیار مهم است. شما باید به دقت شخصیت را بررسی کنید و سعی کنید به‌طور کامل با آن هم‌دل شوید.

۳. تحلیل روابط و تعاملات: در ایفای نقش در هنر بازیگری تیاتر، شخصیت شما با شخصیت‌های دیگر در تئاتر تعامل دارد. بررسی روابط و تعاملات شما با سایر شخصیت‌ها و شناخت دینامیک این روابط، به شما کمک می‌کند تا درک عمیق‌تری از نقش خود پیدا کنید (استاناسلاوسکی، ۱۳۸۵، ص ۱۵).

۴. تحلیل هدف‌ها و مواجهه‌ها: هر شخصیت دارای هدف‌ها و مواجهه‌های خاصی است. شما باید بفهمید که نقش شما چه هدف‌هایی دارد و با چه چالش‌ها و موانعی روبروست. این تحلیل به شما کمک می‌کند تا موقعیت و وضعیت شخصیت را بهتر درک کنید.
۵. تحلیل عواطف و روحیه: درک عواطف، احساسات و روحیه‌ی نقش بسیار حائز اهمیت است. شما باید بفهمید که شخصیت شما در مواجهه با موقعیت‌های مختلف چه‌گونه عمل می‌کند و چه‌گونه احساس می‌کند. این شناخت به بازیگر کمک می‌کند تا نقش را با تمام وجود به تصویر بکشد، درک کند و احساسات و عواطف شخصیت را به‌طور مؤثری بازی کند.
۶. تحلیل تغییرات شخصیت: در طول نمایش، شخصیت‌ها ممکن است تغییر کنند و تکامل پیدا نمایند. شما باید تحلیلی دقیق از تغییرات شخصیت خود در طول نمایش داشته باشید و بفهمید که چه‌گونه این تغییرات در روند داستان و روابط شخصیت‌ها تأثیر می‌گذارد (کوربیت<sup>۵۲</sup>، ۲۰۱۳، ص ۱۶).
۷. تحقیق: برای تحلیل و درک نقش، تحقیق در مورد زمان و محیط قرارگیری نمایش مفید است. اطلاعات در مورد دوره‌ی زمانی و مکان قصه، فرهنگ و اجتماع آن زمان، و دیگر موارد مشابه می‌تواند به شما کمک کند تا بهتر درک کنید که شخصیت شما در چه شرایطی قرار دارد و چه‌گونه باید با محیط ارتباط برقرار کند.
۸. تجربه و تمرین: تحلیل و درک نقش در هنر بازیگری تیاتر نیازمند تجربه و تمرین است. برای بهترین بازی در نقش خود، شما باید فرصت‌ها و خطرات مختلف را تجربه کرده و با تمرین آن‌ها را بهبود بخشید.
- در مجموع، فرایند تحلیل و درک نقش در هنر بازیگری برای بازیگران به‌منظور بهبود عملکرد، انتقال پیام‌های قدرت‌مند و ارتباط عمیق با مخاطبان بسیار مهم است (اسپر، ۲۰۰۸، ص ۴۴-۴۵).
۲. **تمرکز و حضور در لحظه:** بازیگران باید مهارت تمرکز بر روی نقش و حضور در لحظه را داشته باشند. آن‌ها باید قادر باشند تا از ذهن خود دور شوند و به شخصیتی که در حال بازی است، تمرکز کنند. تمرکز و حضور در لحظه توسط بازیگر از طریق تمرین و تمرکز ذهنی قابل تقویت است. این شامل مجموعه‌ی از مهارت‌ها و تکنیک‌های است که به بازیگر کمک می‌کند تا توجه خود را به حالت حاضر متمرکز کند و تمام توجه و انرژی خود را به نمایش و شخصیت موردنظر پردازد. تمرکز و حضور در لحظه می‌تواند به شکل‌های زیر تشریح شود:

۱. هوش و خلاقیت: در رشته بازیگری شخص باید باهوش باشد تا توانایی آشنایی سریع با روند تیاتر را داشته باشد و بتواند متن نمایش نامه را حفظ کند. همین طور در بسیاری موارد باید بتواند در ایفای نقش بهتر از خلاقیت خود بهره بگیرد.
  ۲. کار تیمی خوب: یکی از مهارت‌های رشته بازیگری، کار تیمی خوب می‌باشد. ساخت هر نمایش تیاتری، سریال یا فلم به همکاری تیمی از عوامل مختلف نیاز دارد که بازیگر یکی از آنهاست و چنان‌چه کار تیمی به‌طور مناسب انجام شود، نتیجه خوبی نیز حاصل خواهد شد (بورگوین<sup>۵۳</sup>، ۲۰۱۸، ص ۸۸).
  ۳. تمرکز بر حالت داخلی: بازیگر باید قادر باشد، به‌طور کامل درک کند و در شخصیت و احساسات آن هسته داخل شود. این شامل شناخت عمیق شخصیت، تحلیل عواطف، ترس‌ها، هدف‌ها و تغییرات شخصیت در طول نمایش است. با کشف و درک عمق شخصیت، بازیگر می‌تواند به‌شکل درستی و معتقدانه با شخصیت ارتباط برقرار کند.
  ۴. حساسیت به محیط: بازیگر باید به‌طور جدی به محیط اطراف خود حساس باشد و به‌طور کامل به آن واکنش نشان دهد. این شامل توجه به جزئیات صحنه، روابط بازیگران دیگر، تغییرات صدا و نور، و هرگونه اعمال دیگری است که بر تجربه‌ی نمایش تأثیر می‌گذارد. بازیگر باید به‌طور کامل در محیط حاضر و حاکم باشد و به تمام جزئیات واکنش نشان دهد.
  ۵. خلق حضور: بازیگر باید بتواند حضور قوی و جاودانه را در صحنه ایجاد کند. این به‌معنای بیان شخصیت با اعتماد به نفس، قدرت وارد کردن احساسات و انگیزه‌های شخصیت، و ارائه نمایشی واقعی و درون‌مایه است. با تمرین و تمرکز، بازیگر می‌تواند با استفاده از حرکات بدن، اصوات، صداها، زبان غیرکلامی و ارتباط چشمی، حضور مفید و قابل توجهی را در صحنه ایجاد کند (دونلن، ۲۰۰۶، ص ۲۳).
  ۶. تمرکز در لحظه‌ی حاضر: بازیگر باید به‌طور کامل در لحظه حاضر باشد و از هرگونه ذهن‌پردازی یا افکار خارج از صحنه خودداری کند. این شامل تمرکز بر حالت جسمانی، عواطف و روابط صحنه است. بازیگر باید به‌طور کامل به صحنه متمرکز شود و به‌طور طبیعی و جریانی با شخصیت و دیگر بازیگران در ارتباط باشد.
- تمرکز و حضور در لحظه در هنر بازیگری نیازمند تمرین و تمرکز ذهنی است. با تکرار و تمرین مداوم، بازیگر می‌تواند این مهارت‌ها را تقویت کند و به تمرکز و حضور در لحظه بیشتری دست یابد. این

<sup>53</sup>. Burgoyne

حالت به بازيگر کمک می کند تا نمایشی واقعی و متقاعدانه ارائه دهد و ارتباط عمیقی با مخاطبان خود برقرار کند (فیشر<sup>۵۴</sup>، ۲۰۱۷، ص ۲۳).

**۳. تسلط بر حرکت و بدن:** تسلط بر حرکت و بدنیت در هنر بازيگری به مهارت و قدرت بازيگر در استفاده از بدن خود برای بیان شخصیت، احساسات و داستان در نمایش می پردازد. این شامل کنترل بدن، طرح حرکات، شکل دهی به فضا، استفاده از ابزارهای بدنی و ایجاد ارتباط غیرکلامی با تماشاگران است.

۱. کنترل بدن: بازيگر باید بتواند بدن خود را به صورت کامل کنترل کند. این شامل کنترل عضلات، تعادل بدن، ناحیه تنفس، ضربان قلب و کنترل انرژی و قدرت فیزیکی است. بازيگر باید بتواند بدن خود را به طور دقیق و هماهنگ حرکت دهد و در طول نمایش کنترل بدن خود را حفظ کند.

۲. استقامت، انرژی و توان و تناسب بدنی: یکی از سخت ترین مشاغل، شغل بازيگری می باشد. معمولاً اگر در تياتر باشد کارگردانی یک تياتر و یا اگر فلم باشد، فلمبرداری ساعات زیاد و متمادی انجام می شود و شخصی که در رشته بازيگری فعالیت دارد، باید توان بدنی و انرژی کافی داشته باشد تا خستگی تأثیر منفی روی کارش نگذارد. از لحاظ ظاهری نیز باید متناسب با موضوع تياتر و یا فلم، تناسب اندامی داشته باشد، به طوری که باید در برخی تياترها چاق شود و در برخی دیگر بسیار لاغر باشد.

۳. سازگاری و توانایی انطباق سریع با شرایط و افراد: چون فارغ التحصیل رشته بازيگری مرتباً با موقعیتها و انسانهای دیگر هنگام اجرا در ارتباط است، لحظه های زیاد غیر منتظره ای پیش می آید که باید خود را با آنها سریعاً وفق داده و به خوبی کارش را پیش ببرد.

۴. انضباط و سخت کوشی: محصل رشته بازيگری باید با گروه های مختلف مردم، آداب و رسوم، ویژگی های گفتاری و رفتاری آنها برای ایفای نقش بهتر و واقعی تر آشنایی کامل داشته باشد.

۵. انتقادپذیری بالا: بازيگران رشته تياتر و یا فلم باید سطح انتقادپذیری بالایی را برای پذیرش نظرات و انتقادهای کارگردان، منتقدان و ... داشته باشد (اویدا، ۱۴۰۲).

۶. طرح حرکات: بازيگر باید بتواند حرکات مختلف را به طور دقیق طراحی و اجرا کند. این شامل حرکات طبیعی و روزمره، حرکات خاص و غیرعادی، حرکات ریتمیک و کشش های بدنی است.

۷. شکل دهی به فضا: بازیگر باید بتواند از فضا و محیط نمایش به عنوان یک عنصر مهم استفاده کند. این شامل استفاده از ابعاد فضایی، سطوح و ارتفاعها، انتقال بین مکانها، و استفاده از وسایل و تجهیزات موجود در صحنه است.

۸. ارتباط غیرکلامی: بازیگر باید بتواند از طریق بدن خود پیامهای غیرکلامی را به تماشاگران منتقل کند. این شامل استفاده از اعمال صورت، حرکات چشم، نگاه، لمس، شکل صورت، و غیره است.

تسلط بر حرکت و بدنیت در هنر بازیگری نه تنها به بازیگر امکان می‌دهد تا شخصیت‌های مختلف را بازی کند؛ بلکه به وی اجازه می‌دهد تا احساسات عمیق و پیچیده را با استفاده از بدن خود به نمایش بگذارد. این مهارت‌ها به بازیگر کمک می‌کنند تا نقش‌ها را به طور قابل توجهی ترسیم کند و تجربه‌های متنوع و عمیق را به تماشاگران ارائه دهد (استانیسلاوسکی، ۱۳۸۲، ص ۲۹).

### توانایی‌های مورد نیاز بازیگر

توانایی‌های مورد نیاز بازیگر می‌تواند بسیار متنوع باشد و ممکن است وابسته به نوع نمایش (تلویزیون، تئاتر، سینما و غیره) و نوع نقش (کمدی، دراماتیک، تراژیک و غیره) متفاوت باشد. اما در کل، برخی از توانایی‌های مهم و ضروری بازیگر عبارتند از:

۱. توانایی روانشناسی شخصیت: بازیگران باید توانایی درک روانشناسی شخصیت‌ها و نحوه عملکرد آنها را داشته باشند. آنها باید قادر باشند تا به درستی شخصیت‌ها را تجسم کنند و رفتارها، احساسات و رویدادهای آنها را درک کنند. توانایی روانشناسی شخصیت در هنر بازیگری به مهارت و قدرت بازیگر در درک، تجسم و بازگویی شخصیت‌های مختلف در نمایش می‌پردازد. این شامل شناخت عمیق شخصیت، درک موقعیت‌ها و احساسات شخصیت، ارتباط با داستان و انتقال احساسات و تجربیات درونی شخصیت به تماشاگران است. توانایی روانشناسی شخصیت به بازیگر امکان می‌دهد تا در نمایش‌های خود عمق و پیچیدگی شخصیت را به صورت قابل توجهی تجسم کند و تماشاگران را درگیر و مشتاق کند. توانایی روانشناسی شخصیت در هنر بازیگری شامل عوامل زیر است:

۱. شناخت شخصیت از لحاظ روانشناسی: بازیگر باید قادر باشد شخصیت مورد نقش خود را به طور عمیق و جامع شناخته و درک کند. این شامل مطالعه و تحلیل جوانب مختلف شخصیت، اعمال، اعتقادات، اهداف، احساسات و تجارب گذشته است. بازیگر باید بتواند با استفاده از روش‌های روانشناسی، شخصیت را درک کرده و در نمایش از آن بهره‌برداری کند.

۲. درک موقعیت‌ها و احساسات شخصیت: بازیگر باید بتواند موقعیت‌ها و احساساتی که شخصیت در آن قرار دارد را درک کند. این شامل درک دقیق از محیط، رویدادها، رابطه با شخصیت‌های دیگر و هم‌چنین درک احساساتی مانند خشم، شادی، غم و استرس است. بازیگر باید بتواند احساسات شخصیت را به‌صورت عمیق و معتبر بازتاب دهد تا تجربه‌های درونی شخصیت را به تماشاگران منتقل کند (چاباک<sup>۵۵</sup>، ۲۰۰۵، ص ۱۱۴).

۳. ارتباط با داستان: بازیگر باید بتواند با داستان و مضمون نمایش ارتباط برقرار کند. این شامل درک عمیق از داستان، موضوعات، پیام‌ها و اهداف داستان است. بازیگر باید بتواند شخصیت خود را به داستان متصل کرده و در طول نمایش با انتخاب‌های صحیح و هنرمندانه، داستان را به نمایش بگذارد.

۴. انتقال احساسات و تجربیات درونی شخصیت: بازیگر باید بتواند احساسات و تجربیات درونی شخصیت را به تماشاگران منتقل نماید. این شامل تجسم و بازتاب احساسات، انتقال تجربیات درونی و تجسم شخصیت در حالت‌های مختلف است. بازیگر باید بتواند با استفاده از بیان بدنی، صدا، صورت‌بندی و استفاده از فنون بازیگری، احساسات و تجربیات درونی شخصیت را به‌طور قابل توجهی به نمایش بگذارد.

۵. توانایی روان‌شناسی شخصیت در هنر بازیگری به بازیگر امکان می‌دهد تا شخصیت را به‌صورت واقعی‌تر و معتبرتری نمایش دهد. این توانایی به بازیگر کمک می‌کند تا درونیت شخصیت را به خوبی درک کند و ارتباط عمیقی با آن برقرار کند. با استفاده از توانایی روان‌شناسی شخصیت، بازیگر می‌تواند شخصیت را به‌صورت زنده و واقعی به نمایش بگذارد و تماشاگران را درگیر کند (اسپر<sup>۵۶</sup>، ۲۰۱۴).

۲. توانایی در بیان احساسات و افکار شخصیت: در هنر بازیگری تئاتر یکی از توانایی‌های بسیار اساسی و حیاتی برای هنرپیشه در نقش‌های مختلف است. این توانایی به بازیگر امکان می‌دهد تا با استفاده از روش‌های متنوع، احساسات و افکار شخصیت نقش را به‌صورت واقعی و قابل ارتباط برای تماشاگران نمایش دهد. در هنگام ایفای نقش، بازیگر باید قادر باشد احساسات و افکار شخصیت را به‌صورت متناسب و واقعی بیان کند. این شامل احساسات مختلف مانند خوش حالی، غم، عصبانیت، ترس، عشق، نفرت و سایر احساسات است. بازیگر باید بتواند درک عمیقی از شخصیت نقش داشته باشد، با توجه به تاریخچه زندگی، تجربیات، و هدف‌های

<sup>55</sup>. Chubbuck

<sup>56</sup>. Esper

شخصیت. برای تعبیر صحیح احساسات و افکار شخصیت، بازیگر باید به دقت به جزئیات متن و کنش های شخصیت توجه کند و تحلیل عمیقی از کلمات، عبارات و دستور زبان در متن داشته باشد. برای توانایی در بیان احساسات و افکار شخصیت، بازیگر می تواند از روش های مختلفی استفاده کند. به عنوان مثال، روش استانیسلاوسکی می تواند به بازیگر در درک عمیق تر احساسات شخصیت کمک کند. این روش شامل تحقیق و بررسی جزئیات نقش، تجربه زندگی شخصیت، و بیان احساسات در قالب حقیقت و واقعیت است (هاگن، ۱۳۹۸، ص ۵۳).

**۳. استفاده از صدا و تلفظ صحیح:** در هنر بازیگری تیاتر بخش مهمی از فنون بازیگری است که توانایی بازیگر در استفاده از صدا و تلفظ درست برای ایجاد شخصیت های متنوع، انتقال احساسات و ارائه داستان را تقویت می کند. صدا و تلفظ در هنر بازیگری تیاتر شامل استفاده از طیف گسترده ای از ابزارهای صوتی مانند قدرت صدا، اندازه، سرعت، ریتم، بلندی و کمی صدا، تنظیم صدا، تغییرات تلفظ و استفاده از نکات تکنیکی صوتی است. صدا در هنر بازیگری تیاتر می تواند متنوع و چندبعدی باشد، شامل صداهای بلند و نرم، صداهای خشن و نرم، صداهای ترسیده، خشمگین، شاد و غمگین و غیره. توانایی بازیگر در تنظیم صدا به میزانی که شخصیت نقش را به صورت درست و قابل ارتباط برای تماشاگران بیان کند، بسیار مهم است. تلفظ نیز در هنر بازیگری تیاتر به استفاده صحیح از آواهای مختلف و تلفظ درست کلمات متن نمایش مربوط می شود. بازیگر باید توجه ویژه ای به تلفظ صحیح حروف، کلمات، و عبارات داشته باشد تا به بهترین شکل ممکن داستان را به تماشاگران منتقل کند و دقت لازم را در انتقال اطلاعات داشته باشد. برای توانایی در استفاده از صدا و تلفظ صحیح، بازیگر می تواند از تمرینات و تکنیک های مختلفی استفاده کند. مثلاً، تمرینات تنفسی و آماده گی صدا به بازیگر کمک می کند تا در تولید صدای قدرت مند و قابل کنترل، و تنظیم صدای صحیح توانایی پیدا کند (آدلر، ۱۳۹۴، ص ۱۴).

**۴. آمادگی جسمانی:** توانایی حفظ و بهبود فیزیکی برای دستیابی به استقامت و انعطاف پذیری لازم برای اجرای صحیح حرکات نقش، ایستادگی در طول نمایش و مدیریت انرژی بدن در طول عملکرد. آمادگی جسمانی در هنر بازیگری به معنای آماده سازی جسمانی بازیگر برای اجرای نقش ها و صحنه های مختلف است. این توانایی شامل تمرینات و فعالیت هایی است که به بازیگر کمک می کند تا قوام و قدرت جسمانی خود را افزایش داده و برای اجرای درست و قابل اعتماد نقش ها آماده شود. آمادگی جسمانی در هنر بازیگری شامل بخش های مختلفی از جمله قدرت بدن، استقامت، انعطاف پذیری، تعادل و کنترل حرکت، هماهنگی حرکتی و قابلیت درک و استفاده از فضا می شود.



۱. قدرت بدن: در هنر بازیگری به معنای استفاده از قدرت عضلات و قوام جسمانی است. بازیگر باید قوام و قدرت جسمانی خود را تقویت کرده تا بتواند حرکات فیزیکی مختلف را برای اجرای صحیح نقش‌ها انجام دهد.
۲. استقامت جسمانی: یکی از توانایی‌های بازیگر در انجام فعالیت‌های بدنی طولانی مدت است. بازیگر باید استقامت جسمانی خود را افزایش دهد تا بتواند در صحنه‌های طولانی‌تر و فعالیت‌های حرکتی پرانرژی حضور پیدا کند.
۳. انعطاف‌پذیری: نیز از جمله توانایی‌های بازیگر در انجام حرکات مختلف و انعطاف‌پذیری بدن است. بازیگر باید انعطاف‌پذیری خود را تقویت کرده تا بتواند حرکات متنوع و پیچیده را به درستی و با ظرافت اجرا کند (دروزین<sup>۵۷</sup>، ۲۰۱۶، ص ۳۳).
۴. تعادل و کنترل حرکت: نیز به معنای توانایی بازیگر در حفظ تعادل بدن و کنترل حرکات است. بازیگر باید تعادل بدن خود را بهبود دهد و قدرت کنترل حرکت را بیشتر کند تا بتواند در صحنه‌ها و نقش‌های مختلف با استحکام و ثبات حرکت کند.
۵. هماهنگی حرکتی: از توانایی‌های دیگری بازیگر در هماهنگی حرکات بدن و حرکات اعضای مختلف است. بازیگر باید توانایی هماهنگی بین قسمت‌های مختلف بدن خود را تقویت کند تا بتواند با دقت و هماهنگی حرکت کند.
۶. توانایی درک و استفاده از فضا: بازیگر باید بتواند فضای صحنه را به خوبی درک کند و در اجرای نقش‌ها از فضا بهره‌برداری کند. این شامل توانایی حرکت در فضا، استفاده از ارتفاع و عمق، تعامل با اشیاء و عناصر موجود در فضا و تصویرسازی فضایی است (ساکس<sup>۵۸</sup>، ۲۰۱۵، ص ۴۵).
۷. بیان زبانی: یکی از توانایی‌های لازم برای رشته بازیگری توانایی مخابره کردن و ایده‌ها در گفتار است به گونه‌ای که افراد متوجه شوند.
۸. درک زبانی: توانایی گوش دادن و درک اطلاعات و ایده‌ها از جملاتی که بیان می‌شود. این قابلیت از دیگر توانایی‌های رشته بازیگری به‌شمار می‌رود.
۹. به‌خاطر سپاری: توانایی به یاد آوردن اطلاعاتی مثل کلمات، اعداد، تصاویر و رویه‌ها برای رشته بازیگری الزامی می‌باشد.

57. Droznin

58. Sacks

۱۰. وضوح سخنوری: از دیگر قابلیت‌هایی که برای رشته بازیگری نیاز است، توانایی سخنوری شفاف طوری که دیگران متوجه شوند.

۱۱. درک نوشتاری: توانایی خواندن و درک ایده‌ها و اطلاعات از میان مطالب نوشتاری از موارد موردنیاز برای رشته بازیگری می‌باشد (شرایبیر<sup>۵۹</sup>، ۲۰۰۵، ص ۶۷).

### نتیجه‌گیری

در نهایت، با توجه به این تحقیق، می‌توان به این نتیجه رسید که هنر بازیگری نقش مهمی در جامعه و فرهنگ دارد. بازیگران، با ارائه عملکرد هنری خلاقانه و قابل تأمل، می‌توانند تأثیرات عمیقی بر تماشاگران و جوامعی که در آن‌ها فعالیت می‌کنند، بگذارند. از این رو، تحقیقات در زمینه هنر بازیگری اهمیت بسیاری دارند و می‌توانند به توسعه و پیشرفت این حوزه کمک شایانی کنند. به‌طور کلی، این تحقیق به بهبود کیفیت عملکرد بازیگران و توسعه صنعت نمایش کمک می‌کند. با شناسایی نقاط قوت و ضعف بازیگران و ارائه اقدامات متناسب، بازیگران قادر خواهند بود عملکرد هنری بهتری ارائه دهند و توسعه صنعت نمایش نیز تقویت خواهد شد. بازیگران با ارائه داستان‌های زندگی و برقراری ارتباط عمیق با تماشاگران، قادر هستند احساسات، شخصیت‌ها و تجربیات مختلف را به‌صورت واقعی و قابل احساس به تماشاگران منتقل کنند. از این رو، بهبود کیفیت عملکرد بازیگران از اهمیت بالایی برخوردار است. این تحقیق نشان می‌دهد که هنر بازیگری نه تنها به ارتقای کیفیت اجراها و عملکرد بازیگران کمک می‌کند؛ بلکه توانایی ایجاد ارتباط عمیق با تماشاگران و انتقال احساسات و تجربیات مختلف را در ایشان به ارمغان می‌آورد.

بازیگران و هنرجویان با توجه به مهارت‌ها و توانایی‌های که در این تحقیق در نظر گرفته شده است تقویت کنند و آن‌ها را بیشتر در جریان ایفای نقش در نظر بگیرند، بازیگر خوب‌تر و بهتر می‌تواند نقش را که ایفا می‌کند از تمام ابعاد درک کند و در عمق شخصیت برود و از صفات و کردار شخصیت اصلی خویش دور شود و شخصیت را که قرار است بازی کند داخل شود، آن زمان است که بازیگر در اجرای نقش که کارگردان برایش تعیین کرده است موفق بدرخشد.

<sup>59</sup>. Schreiber

## منابع

- آدلر، استلا. (۱۳۹۴). هنر بازیگری. ترجمه‌ی فاطمه خسروی، تهران: انتشارات افراز.
- آدلر، استلا. (۱۹۸۸). تکنیک بازیگری. ترجمه‌ی احمد دامود، تهران: انتشارات مرکز.
- استانیسلاوسکی، کنستانتین. (۱۴۰۰). کار هنرپیشه روی خود در جریان تیاتر. چاپ ۱۱، ترجمه‌ی مهین اسکویی، تهران: سروش (انتشارات صدا و سیما).
- استانیسلاوسکی، کنستانتین. (۱۳۸۲). آماده سازی هنرپیشه. جلد ۱، ترجمه‌ی مهین اسکویی، تهران: سروش (انتشارات صدا و سیما).
- استانیسلاوسکی، کنستانتین. (۱۳۸۵). نقش آفرینی: کار هنرپیشه روی نقش، مجموعه آثار استانیسلاوسکی (۳) چاپ پنجم. ترجمه‌ی مهین اسکویی، تهران: سروش (انتشارات صدا و سیما).
- اسپر، ویلیام. (۲۰۰۸). *The Actor Art and Craft*. نیویارک: Anchor.
- اویدا، یوشی. (۱۴۰۲). ترفندهای بازیگری. ترجمه‌ی مجموعه‌ی نویسندگان مسعود پیله و رخامی، تهران: انتشارات ایجاز.
- بار، تونی. (۱۳۹۰). بازی برای دوربین. ترجمه‌ی کاظم هژیرآزاد، تهران: نشر افراز.
- بندتی، رابرت. (۲۰۰۱). کار عملی بازیگر- و مهارت‌ها و توانایی بازیگری. ترجمه‌ی احمد دامود، تهران: سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی پوهنتونها (سمت).
- بولسلاوسکی، ریچارد. (۱۳۹۹). بازیگری: شش درس نخست. ترجمه‌ی حسن ملکی، تهران: نشر افکار.
- چخوف، میخایل. (۲۰۱۴). به بازیگر: در مورد تکنیک بازیگری. ترجمه‌ی پوپیک رحیمی، تهران: انتشارات افراز.
- دونلن، دکلان. (۲۰۰۶). بازیگر و هدف. ترجمه‌ی علی منصوری، تهران: انتشارات افراز.
- دیدرو، دنی. (۱۳۹۳). هنرپیشه کیست. ترجمه‌ی احمد سمعی گیلانی، تهران: امیر کبیر، کتاب‌های سیمغ.
- گل محمدی، محمود. (۱۳۹۵). قواعد اجرای نمایش در تلویزیون. تهران: انتشارات علمی و فرهنگ.
- هاگن، اوتا. (۱۳۹۸). به بازیگری احترام بگذارید. ترجمه‌ی پوپیک رحیمی، تهران: انتشارات افراز.
- Burgoyne, S. (2018). *Creativity in Theatre Theory and Action in Theatre/Drama Education*. Springer International Publishing AG, part of Springer.
- Chubbuck, I. (2005). *The Power of the Actor: The Chubbuck*. Publisher: Avery.
- Corbett, D. (2013). *The Art of Character: Creating Memorable Characters for Fiction, Film, and TV*. Hudson Street, New York, Published by the Penguin Group.
- Droznin, A. (2016). *Physical Actor Training*. New York: Routledge.
- Esper, W. (2014). *The Actor's Guide to Creating a Character: Teaches the Meisner Technique*. Publisher: Anchor.
- Fischer, J. (2017). *The Actor's Life: A Survival Guide*. Publisher: BenBella Books.
- Meisner, S, and Dennis L, and Sydney P. (1987). *Sanford Meisner on Acting*. Publisher: Vintage.
- Sacks, O. (2015). *Physical Actor Training: An Olympic Approach*. New York: Published by Harcourt.
- Schreiber, T with Mary B. (2005). *Acting Advanced Techniques For The Actor, Director, And Teacher*. New York, Published by Allworth Press.
- Onell, R. (2002). *The Actor Checklist*. New York: Published by Harcourt.