

МОСГОРСПРАВКА
ОТДЕЛ ГАЗЕТНЫХ ВЫРЕЗОК

103009, ул. Горького д. 5/6 Телефон 203-81-63

Вырезка из газеты

СОВЕТСКАЯ
КУЛЬТУРА

19 MAR 1983

г. Москва

з. 1386

А. Гройсман. Психогигиена творческого труда студентов театральных вузов. М., ГИТИС, 1982.

Специфика профессии актера во многом определяется необходимостью уметь в любой момент вне зависимости от собственного самочувствия достичь наивысшего эмоционального напряжения. Как научиться владеть собой, своим сценическим самочувствием? На этот важный вопрос психологии творчества пытается ответить автор книги, основываясь на опыте преподавания и научного наблюдения за студентами творческих вузов страны. В книге дана методика проведения занятий по коллективной психотерапии, психофизической гимнастике, самомассажу, использованию приемов аутотренинга. Эти упражнения, адаптированные к творческим профессиям, могут быть полезны не только студентам, но и всем артистам, сталкивающимся с нервными перегрузками.