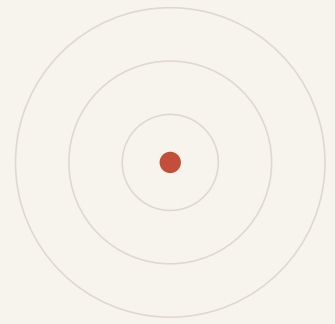




discurs.pro / GRAVITAȚIE

FELIX PODBORSKI

Тренер · Фасилитатор · Актёр · Режиссёр · Педагог

Ясность. Присутствие. Контакт.
Не через запоминание. Через практику.

felix.podborski@gmail.com / +373 695 10 144

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПРОФИЛЬ

Сценический опыт. Практический метод

Felix Podborski - актёр, режиссёр, педагог и тренер, выпускник Академии музыки, театра и изобразительных искусств по специальностям «Актёрское мастерство театра и кино» и «Режиссура современного спектакля».

С 2021 года он создаёт и проводит практические мастерские для профессиональных актёров, студентов, молодых людей из неправительственных организаций и команд. Его опыт включает работу с присутствием, голосом и телом, импровизацией, анализом сообщения, контактом с партнёром и реакцией в непредвиденных ситуациях.

Инструменты актёрского мастерства и режиссуры используются не для того, чтобы научить участников играть роль. Они превращаются в конкретный процесс наблюдения, обратной связи и повторения - пока изменение не становится заметно в том, как человек говорит, движется и взаимодействует с аудиторией.

5+ лет педагогической и тренерской практики	25+ документированных мастерских и мастер-классов	13 форматов в 2025 году для групп 14-31 человек
---	---	---

Аудитории, с которыми я работал

Команды и компании Эмпатичная коммуникация, отношения с клиентами, публичные выступления и ответы в непредвиденных ситуациях.	Неправительственные организации Профессиональное присутствие, коммуникация миссии, участие и театральные методы в образовании.
Студенты и молодёжь Присутствие, голос, тело, работа с текстом, уверенность и сотрудничество.	Профессиональные актёры Импровизация, драматический анализ, психофизическая выразительность и сценическое взаимодействие.

Направления работы

Присутствие и профессиональная коммуникация · Публичные выступления · Голос и тело · Импровизация · Эмпатичная коммуникация · Отношения с аудиторией · Ответы на вопросы · Анализ сообщения · Видеообратная связь · Образование через театральные методы

МЕТОД

Мы не учим казаться уверенными

Мы тренируем способность сохранять ясность, присутствие и гибкость, когда ситуация меняется.

01 / Сообщение Проясняем центральную мысль, порядок аргументов и формулировку, которую легко понять.	02 / Присутствие Работаем с телесной опорой, голосом, ритмом и тем, как человек занимает пространство.
03 / Контакт Тренируем контакт с аудиторией, слушание и способность отвечать, а не только воспроизводить текст.	04 / Повтор Наблюдаем, даём точную обратную связь и повторяем ситуацию, пока разница не станет видимой.

Избранный опыт

36 часов • 8 встреч • смешанная группа более 50 участников

Программа развития коммуникации и присутствия

Полностью разработана и проведена для компании из сферы гостеприимства. Темы: эмпатичная коммуникация, присутствие, импровизация, отношения с клиентами и ответы в непредвиденных ситуациях.

30 часов • профессиональные актёры • 2023

Лаборатория импровизации

Тренировка реакции, контакта с партнёром и свободы в непредвиденных сценических ситуациях.

Открытый мастер-класс • 22 участника • 2025

Свободное существование перед аудиторией

Практическая работа с напряжением, телом, вниманием и прямым контактом с аудиторией.

Мастерская для молодёжи НКО • 17 участников • 2025

Принципы образования через театральные методы

Театральные инструменты, превращённые в методы обучения, участия и рефлексии.

Главный принцип

Участники не учатся играть уверенного оратора. Они учатся лучше поддерживать собственную мысль собственным телом и голосом.

ОПЫТ

Мастерские и программы / 2021-2024

Полная хронология документированных тренинговых и педагогических мероприятий за этот период.

2021

27 мая

Сценическое движение и телесная выразительность

Мастерская для студентов АМТАР: принципы сценической телесной выразительности и элементы техники движения.

10 июня

Сценическое движение и телесная выразительность

Мастерская АМТАР: мобилизация психоэмоционального аппарата, художественная выразительность, движение и сценическое действие.

1 авг - 17 окт

Аналитические дискуссии по международным спектаклям

9 сессий для студентов и магистрантов АМТАР; спектакли из Берлина, Клузы, Москвы, Лондона и Авиньона.

2022

11-12 марта

Психофизическое исследование и выразительность

Мастерская для студентов АМТАР: физическое выражение персонажей с изменённым сознанием и состояний опьянения.

15-19 марта

Анализ драматического текста • 22 часа

Теоретико-практическая мастерская по пьесе Мартина Макдонаха «Одинокий Запад»: темы, композиция, мотивы, символы и метафоры.

21-25 марта

Работа с драматическим текстом • 25 часов

Практическая мастерская: приближение к персонажам, анализ отношений и скрытых мотиваций.

2023

8-14 февраля

Словесная выразительность. Создание персонажа

Мастерская по текстам Уильяма Шекспира для студентов актёрских классов.

25-29 апреля

Актёрская мастерская по пьесе Gotcha!

Выявление подтекста и планов действия в современной минималистской пьесе.

1-24 ноября

Лаборатория импровизации • 30 часов

Лаборатория для профессиональных актёров в Национальном центре образования через искусство.

2024

19-23 февраля

Сценическое существование

Мастерская для учеников XI класса Теоретического лицея М. Berezovschi.

6-9 марта

Сценическая подготовка и постановка

Фрагмент «Девятая ночь» по Matei Visniec; награда муниципального конкурса Tinerii au Talent 2024.

25 мар - 2 мая

Программа Rezonanță • 36 часов

8 встреч для смешанной группы более 50 участников: эмпатичная коммуникация, присутствие, импровизация и отношения с клиентами.

11 июня

Эффективная коммуникация в публичных выступлениях

Практический тренинг продолжительностью 6 часов.

ОПЫТ

Мастерские и мастер-классы / 2025

13 форматов для групп от 14 до 31 участника.

6 марта**Принципы образования через театральные методы**

Мастерская для молодёжи НКО · 17 участников

8 мая**Свободное существование перед аудиторией**

Мастер-класс · 22 участника

12 мая**Работа актёра со сценарием. Приближение к персонажу**

Мастер-класс для студентов · 20 участников

10 июня**Индивидуальные чувства в создании роли**

Мастер-класс для студентов · 21 участник

11 июня**Словесное действие и подтекст**

Мастер-класс для студентов · 21 участник

5 июля**Роль первого впечатления в работе над драматическим текстом**

Мастер-класс для студентов · 31 участник

8 июля**Актёрские техники для осознанной коммуникации**

Открытый мастер-класс · 28 участников

9 июля**Актёрские техники для осознанной коммуникации**

Открытый мастер-класс · 18 участников

12 июля**Проблематика, тематика и мир драматического произведения**

Мастер-класс для студентов · 26 участников

26 июля**Драматическое событие. Как разворачивается действие**

Мастер-класс для студентов · 25 участников

2 августа**Конфликты и персонажи в развитии действия**

Мастер-класс для студентов · 19 участников

9 августа**Драматический текст как целостная система**

Мастер-класс для студентов · 14 участников

6 сентября**Актуальность и сверхзадача спектакля**

Мастер-класс для студентов · 21 участник

КВАЛИФИКАЦИЯ

Профильное образование

Основа метода: актёрское мастерство, режиссура, педагогика, тело, голос и работа в живых ситуациях.

Высшее образование

АМТАР

Актёрское мастерство театра и кино
Высшее образование

АМТАР

Режиссура современного спектакля
Высшее образование

Международные мастер-классы

Cathy Haase • FITS 2026

Method for Film Acting
Работа перед камерой, естественность и действие

Dumitru Acriș • FITS 2025

Биомеханика Мейерхольда
Тело, точность, импульс и выразительность

Ștefan Lupu • FITS 2025

Movement Workshop
Движение и сценическое присутствие

Cathleen Leslie • Actors Studio, США • 2019

Method Acting
Golden Apricot Yerevan International Film Festival

Armine Anda • Армения • 2019

Michael Chekhov's Psychological Gesture
Воображение, тело и психологический жест

Ohad Naharin • FITS 2019

Gaga / People
Движение, выразительность и телесная доступность

Chorea Theatre, Лодзь • 2017

Body / Movement / Voice
Практики, вдохновлённые Jerzy Grotowski

Контакт

Felix Podborski
Тренер и фасилитатор
felix.podborski@gmail.com
+373 695 10 144
discurs.pro