

Date: 21st January-2026

КИНО АКТЁРЛИГИДА “КАМ ЭМОЦИЯ – КУЧЛИ ТАЪСИР” ТАМОЙИЛИ
ИЧКИ ИФОДА, МИМИКА ВА КАМЕРА ПСИХОЛОГИЯСИ

Усмонов Музаффар

Республика мусиқа ва санъат техникуми

Аннотация: Ушбу мақолада кино актёрлигида кенг қўлланилаётган “кам эмоция – кучли таъсир” тамойилининг назарий ва амалий жиҳатлари таҳлил қилинади. Кино санъатида камера инсоннинг ички кечинмаларини яқин план орқали юқори даражада кўрсатиб бера олиши сабабли актёрнинг ортиқча ҳиссий ифодаси аксинча сунъийликка олиб келиши мумкин. Шу нуқтаи назардан, минимал ташқи ҳаракат, чекланган мимика ва ички руҳий ҳолатни назорат қилиш орқали кучли драматик таъсир яратиш механизмлари ёритилади. Мақолада кино актёрлигида ички энергия, кўз ифодаси, сукут, пауза, темп-ритм ҳамда психофизик тайёргарликнинг аҳамияти асослаб берилади.

Калит сўзлар: кино актёрлиги, минимализм, камера психологияси, ички эмоция, яқин план, мимика, сукут, пауза, драматик таъсир, реализм.

Кино актёрлиги театр актёрлигидан фарқли равишда, инсон руҳиятининг нозик қирраларини камера воситасида аниқ ва теран акс эттириш имкониятига эга бўлган санъат туридир. Театр сахнасида актёр ҳис-туйғуларни томошабинга етказиш учун овозни баландроқ қилиш, ҳаракатни кенгайтириш, мимикани кучайтиришга мажбур бўлади. Аммо кино муҳитида, айниқса яқин план (close-up) ҳолатида, ортиқча эмоция ва ҳаракат табиийликни пасайтиради ҳамда образнинг ишончилигини йўқотиши мумкин.

Шу сабабли кино актёрлигида “кам эмоция – кучли таъсир” тамойили муҳим эстетик ва методик қоида сифатида шаклланган. Бу тамойил актёрдан ҳис-туйғуни кўпайтиришни эмас, аксинча унинг ички манбасини мустаҳкамлаб, ташқи ифода воситаларини назорат қилишни талаб этади. Яъни кино актёри эмоцияни “кўрсатмайди”, балки “яшайди” ва камера унинг ички кечинмаларини табиий тарзда “ушлаб олади”.

“Кам эмоция – кучли таъсир” тамойили кино актёрлигининг реализмга асосланган эстетикаси билан боғлиқдир. Реализм тамойили инсоннинг ички ҳолати ташқи ҳаракатлардан кўра, кўпроқ ички кечинмалар ва психология орқали намоён бўлишини таъкидлайди. Кино санъатида камера актёрнинг юзидаги энг кичик ўзгаришни ҳам кўрсатиши мумкин: кўз қорачиғининг ҳаракати, лаб титраши, нафас олиш темпи, юз мушакларидаги кучсиз қимирлаш ҳам драматик мазмунга айланади.

Шу нуқтаи назардан, минимал ташқи ифода актёрнинг ички ҳолатини теранроқ кўрсатишга хизмат қилади. Бу ерда “кам эмоция” деганда ҳис-туйғу йўқлиги эмас, балки унинг ташқи кўринишда назорат билан берилган шакли



Date: 21st January-2026

тушунилади. Демак, таъсир кучли бўлиши учун актёр эмоцияни кўпайтириши шарт эмас, балки унинг ҳақиқийлиги ва ички ишончлиги таъминланиши лозим.

Кино актёрлигида камера психологияси муҳим омил ҳисобланади. Камера актёрни нафақат тасвирга олади, балки унинг руҳий ҳолатини “ўқийди”. Яқин планда инсон юзи сахнанинг асосий майдонига айланади. Театрда томошабин сахнадаги умумий ҳаракатни кузатса, кино томошабини актёрнинг кўзларига “кириб боради”, унинг ички кечинмасини ҳис қилади.

Яқин планда ортиқча мимика ва ҳаракатлар: сунъийлик таъсирини кучайтиради, образни ишончсиз қилиб қўяди, томошабинда “ўйин қилиняпти” деган фикр уйғотади.

Шу сабабли кино актёрининг вазифаси ҳис-туйғуни ташқи ҳаракат билан “намоиш қилиш” эмас, балки ички кечинма орқали табиий ҳолатда сақлашдан иборат. Камера эса ана шу ички ҳолатни драматик таъсирга айлантиради.

Кино актёрлигида актёрнинг психофизик табиати муҳим аҳамиятга эга. Эмоция инсон организмда физиологик ўзгаришларни келтириб чиқаради: нафас олиш ўзгаради, юрак уриши тезлашади, мушаклар таранглашади. Актёр ушбу ўзгаришларни табиий тарзда ҳис қилиши ва уларни сунъийлаштирмасдан бошқариши керак.

Бу жараёнда мувозанат қуйидаги тамойилларга асосланади:

1. Ички энергия кучли бўлиши — актёр воқеани ҳақиқатан ҳис қилиши керак.
2. Ташқи ҳаракат чекланган бўлиши — ортиқча мимика ва жестлар камайтиради.
3. Сукунат ва пауза воситасида таъсир яратиш — баъзан айтилмаган сўзлар айтилган сўзлардан ҳам таъсирли бўлади.
4. Кўз ифодасини бошқариш — кўз кино актёрлигида асосий эмоционал канал ҳисобланади.

“Кам эмоция – кучли таъсир” тамойилида сукут ва пауза алоҳида ўрин тутади. Театрда пауза баъзан узоқ туюлиши мумкин, аммо кино муҳитида пауза инсоннинг ички дунёсига кириш воситасига айланади. Томошабин пауза пайтида актёрнинг ички кечинмасини тахмин қилади, уни ҳис қилади ва шу орқали эмоционал таъсир кучаяди.

Сукунатнинг драматик куввати қуйидаги ҳолатларда яққол намоён бўлади: инсон изтиробни яширганда; қарор қабул қилиш олдидан ички кураш кечганда; кечирим ёки пушаймон ҳолатида; йўқотиш ва аламни ичга ютганда.

Бу ҳолатларда актёрнинг ортиқча йиғлаши ёки қаттиқ қичқириши шарт эмас. Кўздаги намлик, нафаснинг ўзгариши, юздаги қисқа титраш каби кичик белгилар катта таъсир уйғотади.

Кино актёрлигида минимализмни қўллаш учун актёр қуйидаги амалий кўникмаларни шакллантириши лозим:



Date: 21st January-2026

Юз мушакларининг ҳаракати табиий, лекин чекланган бўлиши керак. Ортиқча кимириш драматик таъсирни пасайтиради.

Нафас актёрнинг ички ҳолатини белгилайди. Хаяжонда нафас тезлашади, изтиробда оғирлашади, кўрқувда тўхтаб қолиши мумкин. Актёр нафас орқали эмоцияни табиий етказа олиши зарур.

Кўз кино актёрлигининг асосий “сўзсиз нутқи” ҳисобланади. Қарашнинг узоқ ёки қисқа бўлиши, кўз қочириш, бир нуқтага қадалиш каби ҳаракатлар ички кечинмани очиб беради.

Актёрнинг ҳаракати, гапириш суръати ва паузалар вақти драматик таъсирга хизмат қилади. Кераксиз тезлик ёки сунъий секинлик образни бузиши мумкин.

Актёрлик таълимида ушбу тамойилни шакллантириш талабаларда реализмга асосланган ижро маданиятини ривожлантиради. Уларни сахнадаги ортиқча эмоционал намоёишдан узоқлаштириб, ички руҳий ҳолатни теран ҳис қилишга ўргатади. Шунингдек, кино актёрлигига тайёргарлик жараёнида камера билан ишлаш, кадрда ҳаракат қилиш ва монтажга мослашиш кўникмалари ҳам муҳим аҳамият касб этади.

Хулоса

Хулоса қилиб айтганда, кино актёрлигида “кам эмоция – кучли таъсир” тамойили инсон руҳиятининг табиий ва ишончли ифодасига асосланади. Бу тамойил актёрдан ортиқча ҳиссий намоёишни эмас, балки ички кечинмаларни чуқур ҳис қилиш ва уларни минимал ташқи ифода орқали етказишни талаб қилади. Камеранинг яқин план имкониятлари актёрнинг кичик мимик ҳаракатларини ҳам драматик мазмунга айлантириб, томошабинда кучли таъсир уйғотади. Демак, кино актёрлигида ҳақиқий маҳорат ҳис-туйғуни кўпайтиришда эмас, балки унинг ҳақиқийлигини таъминлаш ва ички психологияни табиий тарзда намоён қилишда намоён бўлади.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Станиславский, К. С. (1988). Актёрнинг ўз устида ишлаши. Москва: Искусство.
2. Чехов, М. (1995). Актёр техникаси ҳақида. Москва: Искусство.
3. Мейерхольд, В. Э. (1990). Саҳна ҳаракати ва биомеханика. Москва: Искусство.
4. Брессон, Р. (2000). Кино ҳақида қайдлар (Notes on Cinematography). Paris: Gallimard.
5. Бэлл, Дж. (2012). Film Acting and the Art of Minimalism. New York: Routledge.

