ЛИДЕР РУНЕТА

Лия Пичугина

Я — КИНОАКТЕР,

или как построить карьеру в кино

Издательство АСТ
Москва

УДК 792.071+791.44
ББК 85.37
П36

Пичугина, Лия.

П36 Я — киноактер, или как построить карьеру в кино / Пичугина Лия. — Москва: Издательство АСТ, 2026. — 256 с. («Лидер Рунета»)

ISBN 978-5-17-177883-5

Лия Пичугина — продюсер, актерский агент. Резиденты ее агентства снимаются в фильмах для телеканалов Россия 1, СТС, в полнометражных и короткометражных фильмах и рекламных роликах (Аэрофлот, Сбербанк, Сотовая связь «Мотив»). В 2022 году открыта первая школа подготовки киноактеров в Екатеринбурге, в 2025 — в Санкт-Петербурге, в 2026 — в Москве.

Как помочь ребёнку сделать первые шаги в кино и не потеряться в мире кастингов, съёмок и ожиданий?

Эта книга — практическое руководство от продюсера и актёрского агента Лии Пичугиной, основателя детского продюсерского центра «Мир звёзд». Автор подробно и честно рассказывает, как устроена индустрия кино изнутри: от первых проб и съёмок до поступления в театральные вузы.

В книге вы найдёте:

— реальные советы по старту актёрской карьеры,

— разбор частых ошибок детей и родителей,

— рекомендации по подготовке к кастингам и поступлению,

— объяснение внутренних процессов индустрии.

Практическая часть в формате планера поможет ребёнку развить базовые актёрские навыки, раскрыть себя и понять, подходит ли ему этот путь.

Это не просто книга об актёрстве — это понятный и честный маршрут в профессию для детей и их родителей.

УДК 792.071+791.44
ББК 85.37

ISBN 978-5-17-177883-5

© Пичугина Л., текст, 2026.
© ООО «Издательство АСТ», 2026.

Введение

Меня зовут Лия Геннадьевна Пичугина, я продюсер, актерский агент и основатель детского актерского агентства МИРЗВЕЗД. Уже несколько лет я успешно готовлю детей, а теперь еще и взрослых к встрече с миром кино и помогаю им пройти этот путь максимально комфортно и эффективно.

Я очень хочу, чтобы моя книга помогла тем, кто желает начать свое движение в киноиндустрию, но сомневается и не знает, как это сделать.

Думаю, она может стать своеобразным пособием и даст вам ответ на вопрос — с чего начать и чем руководствоваться, чтобы не отказываться от своей мечты, а уверенно идти к ней.

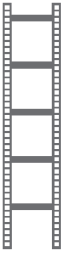
Я надеюсь, что сфера кино станет вам понятнее и ближе.

Эта книга в равной степени будет полезна и взрослым актерам, и родителям детей, которые хотят, чтобы ребенок попал в кино или рекламу, но не знают, как и что нужно для этого делать.

Также полезно будет познакомиться с книгой и взрослым школьникам, готовящимся к поступлению в театральные вузы и мечтающим о профессиональной карьере в кино. Вокруг актерской профессии множество мифов, и будущие студенты должны понимать: как бы их ни пугали, попасть в кино — реально. И даже без сложных схем и интриг.

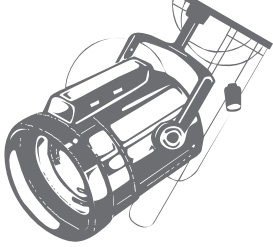
Всем начинающим актерским агентам необходимо прочесть эту книгу. Когда я начинала свой профессиональный путь в сфере кино, мне был очень интересен

чужой опыт. У каждого свои методы и подходы к тому, как вести актера. Но цели и подводные камни у всех одни. О них я здесь и рассказываю.



На протяжении всей книги вас будет сопровождать “путеводитель” — “Планер звезды”. Это инструмент, который я разработала специально для тех, кто только начинает свой путь в кино. В нём — пошаговая инструкция и необходимые руководства к действию. Читая книгу и заполняя планер, вы сможете быстрее погрузиться в профессию и прокачать навык самодисциплины.

Этой книгой я хочу донести очень простую мысль: если у вас есть мечта — нужно верить, что все получится, и делать шаги в этом направлении.



Обо мне

Сейчас я продюсер и руководитель актерского агентства МИРЗВЕЗД, кастинг-директор. А когда-то я была обычной девочкой из маленького провинциального города, у моей семьи не было каких-то больших связей, особенно связей в кино, да и мало у кого они тогда были — можно сказать, я была типичным ребенком 90-х. Многие помнят это время... Тогда в кинопроизводстве было совсем глухо, картин почти не снимали, люди сидели без работы, и артисты в том числе, даже известные. Некоторые из них вынуждены были устраиваться официантами или водителями, торговать чем-нибудь, в общем — искать возможность хоть как-то зарабатывать, выживать и кормить свои семьи. Кто-то не выдерживал этих нагрузок... Но я была маленькая, все эти сложности мне были неизвестны и, несмотря на скудные афиши кинотеатров, ходить в кино я все равно очень любила. Для меня совершенно не было разницы между миром кино и реальностью — я приходила в кинозал, и мне казалось, что на экране такая же жизнь, только ярче. Мне казалось, что если зайти туда, за кулисы, то попадешь в этот мир, который на экране. Меня он манил и притягивал своими красками, но я никогда не думала, что во взрослой жизни буду хоть как-то в дальнейшем связана с кино.

Когда я училась в 10 классе, то впервые познакомилась со съемочным процессом. К нам в школу в Свердловской области пришли с телевидения, у меня и моих одноклассников взяли интервью. А через неделю у нас дома раздался звонок, и меня пригласили к ним работать,

вести на телевидении передачу про школу. Выходила она раз в месяц, мы назвали ее «Школьный дневник». Я сама ее готовила, искала ведущих, артистов, площадки, составляла сценарий. Можно сказать, уже тогда была там кем-то вроде продюсера. Проработала я на телевидении примерно восемь месяцев, а потом мне надо было уезжать учиться дальше, и передачу не стали продолжать, просто закрыли. Я надолго забыла про этот опыт...

Я всегда знала, что моя деятельность будет связана с детьми, и всегда хотела быть учителем. Я понимала и чувствовала, что мое призвание находится где-то здесь, в этой сфере. Я получила педагогическое образование, но работать в школу на тот момент идти не хотела, пошла на второе высшее — на экономический факультет. Учителям тогда было крайне трудно прокормиться, работа совсем не приносила денег, а мне нужно было как-то вставать на ноги, начинать самостоятельную жизнь.

После экономического факультета я пошла работать в продажи — туда, где деньги были. В продажах я проработала почти 15 лет. За это время у меня родились двое детей. Но в какой-то момент я почувствовала, что выгораю, что силы мои на исходе и я так больше не могу. Просто не справляюсь с чередой постоянных стрессов... Я решила уйти из продаж и больше к ним не возвращаться.

Несколько лет я работала продюсером в детском центре. Мне очень все это нравилось: я много поездила по стране, поработала с разными съемочными группами — это был очень хороший опыт.

У меня часто возникал вопрос по организации детских кастингов и продвижению детей на съемки. В Екатеринбурге не было агентства, которое бы занималось продвижением и сопровождением детей на кастинги и пробы, помогало бы выходить на новый уровень. А я недоумевала — почему снимаются одни и те же, я понимала, чего лишаются дети-актеры! Многие студии и киношколы обучали детей, потом сами снимали материал с их участием и все — на этом их работа

в кино заканчивалась. А у родителей и у детей был запрос на продолжение, на дальнейшее развитие. Я постоянно думала об этом. Вот так у меня стала зарождаться идея открытия детского актерского агентства.

Конечно, было непросто и страшновато начинать. Преодолевать свои и чужие сомнения, недоверие, незнание... Сначала мы работали в модельном и актерском направлении одновременно. Для первой съемки портфолио своих подопечных я договорилась с фотографом из Москвы, который чудом согласился приехать в Екатеринбург и сделал очень хорошие фото. Эти детские портфолио мы поначалу использовали и как модельные, и как актерские.

Когда я начала работать, то прошла курс одного из столичных агентств «Основы работы актерского агента». Многие вещи об этой профессии я уже понимала, но некоторые нюансы мне еще только предстояло изучить. Как же мне было интересно и непросто! Я писала своим знакомым, у которых есть дети, с приглашением разместить их бесплатно в моем агентстве, но многие, как ни странно, отказывали. А незнакомые люди часто шли с удовольствием. Это парадокс, но как показывает практика — таких парадоксов в киномире предостаточно. Со многими из этих ребят, которые были первыми резидентами в моем агентстве, мы работаем до сих пор.

В скором времени стало понятно, что дети и родители не знают, как вообще подступиться к кино, с чего начать. Так возникла идея курса, который будет давать информацию именно для детей и родителей. Началась разработка программы, а потом случилась пандемия и все мы были, конечно, в сомнении — получится ли вообще из этого что-нибудь? В 2021 году был запущен первый поток. Сейчас меня многие знают в индустрии, но я помню, с какой осторожностью со мной начинали сотрудничество кастинг-директора, как они прощупывали почву, общаясь. И помню, что те вещи, которые сейчас у нас происходят на автомате, на начальном этапе моей карьеры мы с ними обсуждали по десять раз.

Потому что все переживали и не знали, чего друг от друга ждать.

Теперь я с гордостью могу сказать, что за годы существования агентства мы заработали себе достойную репутацию.

Первая студия, которая начала со мной работать — это была кинокомпания нашего екатеринбургского режиссера. Мне всегда очень нравились его работы, они всегда мне откликались своей сердечностью, содержанием текста.

На одном из фестивалей я вручила режиссеру нашу папку с актерами — вложила туда фотографии и анкеты. Потом именно от этой кинокомпании был получен первый заказ.

Постепенно я стала знакомиться с другими кастинг-директорами. И когда мне теперь пишут: Лия, мы хотим сначала среди твоих детей посмотреть, а если не найдем — будем уже кастинг в соцсети выкладывать, — для меня это показатель, что мы состоялись как актерское агентство.

В агентстве МИРЗВЕЗД действительно талантливые актеры, адекватные родители. У нас ответственные люди в команде, они всегда на связи, они дают грамотный четкий инструктаж нашим актерам, поэтому у нас не возникает серьезных накладок.

У меня большие планы. Есть пункты, которых я хочу достичь. И потихоньку это получается.

Я точно знаю, что одно из моих предназначений — отдавать. Я всегда хотела делиться знаниями.

Я люблю учиться и постоянно обучаюсь сама, потому что в киноиндустрии люди должны идти в ногу со временем, понимать и знать, что происходит в сфере, какие актеры и тенденции сейчас есть. Я в дороге слушаю не музыку, а тренинги, лекции и подкасты, стараюсь свободное время использовать во благо себе и своей аудитории.

В своем ежедневнике я пишу фамилии тех, с кем хотела бы поработать, и напротив многих из них уже стоят “галочки” — “сделано”.

Как понять, что вы занимаетесь любимым делом? Говорят: вы занимаетесь действительно любимым делом, если готовы им заниматься бесплатно.

Первые два года в этой сфере так и было: я вообще ничего не зарабатывала. Все делала на свои деньги, у меня не было совсем никаких инвестиций. На первом потоке курса у меня было всего шесть человек. Пять из них до сих пор со мной. А в первый месяц доход агентства составил всего около десяти тысяч.

Да, было не радостно, и реализоваться удалось только с поддержкой близких мне людей. Пользуясь случаем, выражаю огромную благодарность своему супругу Александру за поддержку и веру. В творчестве желание что-то делать должно быть искренним и бескорыстным. Тогда оно будет работать и обязательно принесет доход.

Когда вы начинающий актер, цифры и слава для вас должны быть на заднем плане. На первом плане — что вы сам как актер, как художник, как личность, можете дать своему зрителю. Творчество должно быть на первом месте. А деньги не заставят себя ждать. И слава, и деньги — все будет. Все что нужно — придет. Обязательно. Но мотивацией должно быть именно это – “что я могу дать”, а не “что я могу получить”.

Мне важно, хорошо ли было артисту на площадке, тепло ли и комфортно ли ему там было, какие у него впечатления... И когда они мне расписывают свои восторги — я очень радуюсь вместе с ними. Когда я понимаю, что у меня счастливые дети и родители — это для меня самое главное. Но я знаю, что всегда могу лучше, всегда пытаюсь повышать себе планку и совершенствовать свою работу.

Помимо двух высших образований, я за время своего пребывания в киноиндустрии успела поучиться еще многим важным вещам.

Я проходила обучение на коуча, и иногда использую навыки коучинга при беседах с детьми, чтобы увидеть и оценить их в неформальном общении, в их органике.

Еще я прошла курс “Кастинг-директор” в киношколе «Свободное кино» у Евгения Феоктистова. Мне это было нужно, чтобы понять, на что смотрят кастинг-директора при подборе актера. Курс был замечательный! Именно там я поняла, как подбираются актеры и ансамбли, чтобы рассказать об этом родителям своих учеников, и чтобы они сами посмотрели на процесс глазами кастинг-директора.

Я окончила ВГИК им. Герасимова, чтобы потом суметь воплотить мечту и снять кино. Мне важно было понять этот процесс изнутри. Я так устроена, что воплощаю свои идеи, не откладывая их в долгий ящик. Я человек действия. При том, что у меня есть мысли, которые я записываю, но к реализации которых еще не пришла. Но знаю, что приду обязательно.

Принципы, на которых я работаю и живу — это честность, открытость, взаимодействие и постоянное саморазвитие. Для меня самой важно быть честной: в начале работы я сразу предупреждаю об условиях, о возможных неудачах, настраиваю родителей и детей на работу в долгую и т.д.

Я всегда открыта к диалогу и всегда говорю родителями — не стесняйтесь мне звонить, обсуждать свои сомнения. Мне важно общаться и разговаривать с людьми, получать качественную обратную связь.

Я хотела бы поблагодарить своего мужа за то, что не сказал мне в свое время: не занимайся ерундой, иди, как все нормальные люди, работай в офис! За то, что он поддерживает меня во всех моих начинаниях.

Также очень хочу поблагодарить родителей тех детей, которые со мной работают. За то, что поверили в меня и находятся со мной с самого начала моего пути. Они меня не знали, но не побоялись и решились на сотрудничество.

Благодарю тех актеров, кто ушел от меня, и всех, кто меня чему-то научил. Пусть этот опыт был и не всегда положительным. Но он дал мне возможности для дальнейшего роста. И я продолжаю расти.

Портфолио актера

ИНСТРУКЦИЯ

В книге вас ждет трекер вашего развития как Актера. Практический блок поделен на месяцы с разбивкой по неделям.

В начале каждого месяца прописан фокус месяца — это тот навык, который мы с вами будем развивать в течение действующего месяца.

Каждый месяц разбит на недели. В течение недели вам нужно выполнять задания по:

- Разучиванию скороговорок,
- Записи монологов,
- Работе с кастинг-директорами.

И отмечать свои успехи в табличках.

В конце блокнота есть место для заметок и таблица достижений.

ПОМНИ:
ГЛАВНОЕ — НЕ СДАВАТЬСЯ!

Если вы хотите начать свой путь в мир кино, вам обязательно нужно задуматься над созданием портфолио.

Портфолио актера — это ваша профессиональная визитная карточка. Актера встречают по портфолио, но это не значит, что чем сложнее и креативнее портфолио, тем вы круче как актер. Оно, в первую очередь, должно отражать вашу индивидуальность и ваш внутренний мир, соответствовать вам как личности. Не нужно в портфолио создавать какие-то сложные не соответствующие вам образы, иначе, придя на кастинг, вы можете встретить недоуменный взгляд со стороны кастинг-директора.

Базовые портфолио бывают разных форматов, но обязательные материалы — это фото и видео-визитка.

ФОТО

Как правило, для портфолио нужно не менее пяти фотографий. Обязательно — портрет крупным планом. Для него не стоит делать каких-то сложных причесок, главное — волосы должны открывать лицо, лоб и глаза. Не надо надевать водолазок, скрывающих шею, и мешковатых худи. Вообще, избегайте в портфолио одежды оверсайз. Не стоит также надевать платья с глубоким декольте, если нет, конечно, специального запроса в кастинге.

Помимо портрета крупным планом обязательно должно быть фото с легким разворотом, но без вычурного позирования, без рук у лица, не в профиль и без модельного «налета»: ретуши, слишком нестандартных ракурсов, например.

Также необходимо для портфолио фото в полный рост. Причем оно должно быть таким, чтобы было достаточно свободного пространства и фона вокруг фигуры, и не было ничего обрезано. Фотографии нужно отправлять вложением, желательно, небольшого размера и лучше присылать их в таком формате, чтобы не приходилось делать дополнительных манипуляций: увеличивать, приближать или конвертировать. Лучше сделать так, чтобы фотографию можно было увидеть всю сразу, целиком.

Для портфолио обязательное требование — нейтральный фон. Ничего лишнего в кадре быть не должно. Никаких деталей интерьера, полок, подушек, мебели — либо ровная стена, либо однотонные шторы. Снимать желательно при дневном свете. Можно встать напротив окна, чтобы лицо было в естественном мягком освещении. Некоторые пытаются использовать кольцевую лампу, но она обычно не справляется с этой задачей. Если совсем не получается найти нужное освещение, лучше идти в профессиональную студию, где могут создать дневной свет.

Главный пункт в правильном портфолио — ничего не должно отвлекать от лица актера, ни лишние детали образа, ни элементы интерьера, ни искусственное освещение.

Что касается макияжа, то его должно быть совсем немного, а у детей его не должно быть вообще. Если же есть прыщи, например, или жирный блеск — это можно слегка замаскировать, но не более. У взрослых актрис допустим легкий макияж, чтобы выглядеть ухоженно, но только в нюдовых оттенках, его не должно быть заметно на лице.

Конечно же, обязательно помните про линию улыбки. Улыбка — одна из “визитных карточек” актера.

К одежде требования такие же, как и к интерьеру — не отвлекать внимание от лица. Одежда на фотографиях для актерского портфолио должна быть нейтральных природных оттенков. Чисто черный и чисто белый цвет лучше исключить вовсе, так как они могут сказаться на оттенке кожи. Белый может невыгодно исказить цвет белков глаз и оттенок зубов, они будут казаться темнее. Черным цветом вы можете невольно подчеркнуть синяки и несовершенства кожи.

Оптимальные цвета — это бордовый, голубой, зеленый, но опять же — они должны быть не ярких и кислотных, а более пастельных, природных оттенков.

Для фото в полный рост девочкам желательно надевать облегающую или полуоблегающую одежду: