

LEKCE VNITŘNÍ KREATIVITY PRO ŽENY



Filozofií lekcí je překvapení a síla okamžiku v interaktivním setkání, jehož cílem je hledání rovnováhy a přirozenosti v psychofyzickém projevu. Lekce zahrnují hravá cvičení, vycházející z metodiky výuky syntetického divadelního žánru. Umožňují objevit nové úhly pohledu na sebe sama v oblasti emoční i myšlenkové, posilují vědomí vlastních zkušeností, otevírají zdánlivě nemožné. Prověřují vlastní potenciál, objevují, nehodnotí. Vše probíhá nenásilnou formou, na bázi dobrovolnosti, s respektem k individualitě. (posilování šestého smyslu, dech, rytmus, hlas, periferní vnímání, práce s vnější a vnitřní energií, relaxace, soustředěná pozornost, psychologické a vokální gesto, kontaktní improvizace, představivost, imaginace, inspirace pro existenci v architektuře pracovního prostoru a krajiny, inspirace hudbou a výtvarným uměním, technika verbálního i nonverbálního projevu pro komunikaci, reflexe, sebereflexe, nicnedělání aj.) Metoda je vhodná pro kohokoliv bez rozdílu, věku a profese.

Podrobné informace na hukalka55@gmail.com Lektor doc. Jana Janěková /herečka, režisérka, pedagog/. Vychází ze svých profesních a pedagogických zkušeností vedoucí ateliéru muzikálového herectví na DIFA JAMU BRNO.

Motto: „Stát se může cokoliv-něco se stát musí“. (Peter Brook)