Cum poți să te dezvolți continuu și armonios prin actorie? Află de la actrița Smaranda Caragea!

BUCURESTI - 20 octombrie 2017 ora 16:01
Comunicat tip General in Arta & Entertainment, Educatie / Cultura, Monden / Lifestyle, Cursuri

Actoria este o ocupație foarte solicitantă, însă ea poate în același timp să ofere imense satisfacții celor care o practică. Uneori și în plan material, dar mult mai important – în planul personal, al revelațiilor, al împlinirilor sau al felului în care îți dezvolți relațiile cu ceilalți.



actorie

Actrița Smaranda Caragea a fost fascinată de aceste efecte inedite și extrem de benefice ale actoriei în dezvoltarea personală încă de pe băncile facultății de teatru. Între o repetiție la Teatrul de Comedie, un scurt sau lung-metraj, o înregistrare pentru show-ul online Sector 7 sau o sesiune de dublaje de voci pentru populara Hanna Montana, Smaranda a lucrat continuu la crearea, dezvoltarea, adaptarea, perfecționarea de cursuri de dezvoltare personală prin intermediul artelor, în special arta teatrală.

Zece ani mai târziu s-a născut Continuu – Studio pentru Dezvoltare prin Artă, un loc în care artele se întâlnesc, se îmbină, se completează și potențează reciproc, pentru a oferi într-un final celor care îi calcă pragul un spațiu ideal pentru o dezvoltare continuă și completă. O încununare fericită, am putea spune, a unei cercetări de doctorat chiar pe această temă – „Dezvoltarea continuă prin arta actorului pentru non-actori”.

Continuu Studio colaborează cu diverși traineri cu o bogată experiență în domeniul lor de activitate și pune la dispoziție o gamă variată de cursuri, pentru orice vârstă – copii, adolescenți, adulți, de dezvoltare personală prin actorie, art-therapy, psihoterapie, desen, animație etc, pentru a le oferi cursanților cele mai eficiente mijloace prin care aceștia se pot cunoaște, înțelege și dezvolta mai departe.
„Cu toții avem dorințe de la noi sau de la ceea ce ne înconjoară: să fim mai empatici, să ne exprimăm mai liber, mai coerent, mai eficient, să observăm mai mult sau să reușim să fim mai eficienți acasă sau la serviciu. Ceea ce ne lipsește însă adeseori este, pe de o parte, o înțelegere mai bună a felului în care mintea noastră lucrează, și pe de alta, instrumentele potrivite care să ne ajute să evoluăm în acea direcție” ne spune Smaranda. „Asta vreau de fapt să le ofer tuturor cursanților mei – posibilitatea de a lucra cu sine, prin sine și în sine, adaptat la mediul lor înconjurător, astfel încât ei să devină mai împliniți și mai mulțumiți de viața lor. Nimic nu mă fascinează și nu îmi umple sufletul de bucurie mai mult decât atunci când un fost cursant îmi spune că, în urma cursurilor noastre, a devenit mai prezent în propria sa viață și a învățat să se bucure mai mult de momente. Simt atunci că mi-am îndeplinit misiunea.”
Pe Continuu îi putem urmări pe pagina lor de Facebook, pe site sau chiar la sediul lor de lângă Grădina Icoanei, str. Alexandru D. Xenopol nr. 19.

COMUNICATEDEPRESA.RO