



ACTING COACH PER LE COMPAGNIE TEATRALI

PERCORSO DISPONIBILE IN ITALIANO E **ANCHE IN FRIULANO**

TEATRO EMOTIVO è un brand creato da Margot Dal Ben e si differenzia da un normale corso di teatro perché **mette in connessione il mondo del teatro stesso con la ricerca psicologica e la connessione con la propria anima**. Esso ha l'obiettivo di implementare il benessere dell'individuo nel suo rimanere centrato, cosciente delle sue emozioni e del suo corpo per sentirsi un essere umano pieno e consapevole. Tutto questo permette poi all'attore di dar vita a **personaggi veri, coscienti delle proprie emozioni, del loro corpo e della loro storia per regalare al pubblico sentimenti e sensazioni che toccano l'anima**.

Per le compagnie teatrali TEATRO EMOTIVO si fonde e diventa tutt'uno nella **relazione tra gruppo teatrale e acting coach**. **L'acting coach non è il regista**. È colui/colei che si occupa di aiutare gli attori ad entrare in sintonia con il personaggio, a ricercare tutti gli aspetti nascosti per renderlo vero e pieno. Si occupa di tirare fuori il meglio dagli attori di una compagnia e/o di un set, di allenare la loro concentrazione e la loro consapevolezza emotiva. L'acting coach non dice "dove andare" (che è compito del regista), bensì aiuta a trovare la strada migliore per farlo. Perfeziona le dinamiche di gruppo all'interno delle compagnie teatrali e dei set, facilitando quindi poi anche le relazioni tra i personaggi che si vanno ad interpretare, rendendole vere, al fine di regalare al pubblico grandi ed intense emozioni.



CON CHI?

Margot Dal Ben, docente di teatro e acting coach, con pluriennale esperienza nell'insegnamento a bambini e adulti in associazioni, scuole statali e private in Piemonte e in Friuli Venezia Giulia. Diplomata in accademia di recitazione a Verona nel 2019 con formazione Stanislavskij-Strasberg, ha unito le sue conoscenze alla ricerca psicologica, spirituale e teatrale per dar vita a TEATRO EMOTIVO. Maggiori info nelle pagine seguenti.

PER CHI?

Compagnie teatrali del Friuli Venezia Giulia che recitano in lingua italiana o friulana.

COSA SI FA?

Grazie a giochi teatrali, etude, esercizi di percezione corporea e all'analisi attenta e accurata dei personaggi della storia si procederà all'implementazione a 360° dello spettacolo stesso. L'acting coach condividerà tecniche per ristabilire l'energia giusta e favorevole alle prove, per potenziare così il team building e l'aiuto reciproco (nella vita e in scena) permettendo lo sviluppo di una comunicazione efficace per la risoluzione dei conflitti. Si analizzerà, inoltre, il funzionamento del piano emotivo collegato al corpo fisico per imparare ad attivare le emozioni necessarie al personaggio in maniera rapida e veloce; si imparerà a fare lo studio del personaggio in maniera dettagliata e si parlerà anche di memoria emotiva, sensoriale, delle tecniche di transfer emotivo e del concetto di "maschera".

MODUS OPERANDI

L'ottica scelta è quella del **laboratorio**, dove si apprende insieme, si crea insieme la conoscenza e ogni partecipante ha modo di sentirsi **parte integrante e fondamentale** di un gruppo dove non esiste giudizio, bensì si sviluppano amore, empatia e condivisione. In un lab-oratorio **si "lavora"** (lat. "laborare") e **ci si "connette"** con se stessi e con gli altri (lat. "orare", cioè "pregare", ovvero appunto connettersi con se stessi e con gli altri). Nel laboratorio **tutti sono importanti allo stesso modo e ogni individuo è una parte fondamentale** per la creazione della conoscenza condivisa.

I partecipanti avranno modo di esteriorizzare le loro emozioni e di rielaborarle, acquisendo coscienza di se stessi, del proprio corpo e della propria voce mentre si relazionano con gli altri. Da un punto di vista tecnico, un attore consapevole e centrato porterà in scena un personaggio vero, sentito e reale per far sì che gli spettatori siano emotivamente coinvolti nella storia e tornino a casa arricchiti di un qualcosa in più.

PERCHÉ FARE UN PERCORSO CON UN'ACTING COACH?

- Migliorare il vostro spettacolo o costruirlo assieme
- Apprendere come si fa l'analisi completa di un personaggio
- Sfruttare la memoria emotiva e quella sensoriale per migliorare i vostri personaggi
- Imparare ad usare le tecniche di transfer emotivo per approfondire le emozioni dei vostri personaggi
- Comprendere i tratti della personalità nascosti dietro le "MASCHERE"
- Sfruttare le intelligenze multiple (emotiva, spaziale, linguistica, musicale ecc.) per valorizzare il potenziale di ognuno
- Imparare tecniche di memorizzazione veloce
- Conoscere il proprio corpo, la propria voce e il proprio PIANO EMOTIVO per saperli sfruttare nelle relazioni interpersonali e in scena
- Esplorare il mondo delle emozioni e relazionarsi positivamente con l'alterità (rispetto, fiducia, dialogo)
- Implementare le capacità di problem-solving nella vita e in scena
- Migliorare le relazioni interpersonali nel gruppo di lavoro attraverso strumenti di team building
- Esercizi di training attoriale per aumentare l'energia nei momenti down

WHAT'S MORE? - TRATTI DISTINTIVI

- Implementazione della MINDFULNESS (pienezza dello spirito e benessere completo dell'individuo)
- NON GIUDIZIO (piena libertà di condivisione nel rispetto degli altri)
- Implementazione della consapevolezza emotiva e del proprio potenziale interiore
- Apprendimento di nuovi modi di comunicare e/o di vedere la vita che permettono la risoluzione pacifica dei conflitti, l'autoconsapevolezza e la pienezza dello spirito
- Rispetto, condivisione e apprendimento cooperativo volto alla "self-consciousness"



INFO TECNICHE

- Per compagnie teatrali in essere o nascenti che operano in lingua italiana o friulana
- Necessità di spazi ampi dove potersi muovere
- Numero ore da valutare a seconda delle particolari esigenze del gruppo (proposte operative nella pagina seguente)
- Costi: trattativa riservata in base alle richieste specifiche di ogni compagnia
- **INCONTRO CONOSCITIVO GRATUITO** per l'analisi dei bisogni del gruppo. Le domande sono: cosa vi piacerebbe scoprire? Cosa vorreste migliorare? Quali sono i vostri bisogni come compagnia? Quali i vostri punti di forza? ...

PROPOSTE OPERATIVE

Ogni incontro può durare da 1h e 30 a 2h, secondo il calendario delle disponibilità. Di seguito alcune proposte operative:

- ACTING COACH 12 ore - 6 incontri - date definibili in base a esigenze specifiche
- ACTING COACH 20 ore - 10 incontri - date definibili in base a esigenze specifiche
- ACTING COACH 30 ore - 15/20 incontri (da 75 o 120 minuti) - date definibili in base a esigenze specifiche
- ACTING COACH annuale (settembre-giugno) con cadenza settimanale
- ACTING COACH annuale (settembre-giugno) con cadenza bisettimanale
- ACTING COACH annuale (settembre-giugno) con cadenza mensile
- Altro (richieste specifiche della compagnia)

CHI SONO

Mi chiamo Margot Dal Ben. Da anni mi dedico all'insegnamento della recitazione e coordino gruppi di adulti e bambini per la messa in scena di recite, musical e spettacoli teatrali.

Sono un'attrice, regista, autrice, acting coach e insegnante di teatro e amo l'arte a 360°. Dopo una prima laurea in Management all'università di Udine, con una tesi sul fenomeno del "FILM DESTINATION BRANDING", mi sono diplomata alla MFA di Verona, accademia di recitazione teatrale e cinematografica nel 2019 dove ho avuto modo di esplorare nella pratica le teorie dei padri della recitazione moderna: Stanislavskij e Strasberg. Entrambi fanno riflettere sull'io dell'attore e quindi su tutte le emozioni ad esso connesse. Ho approfondito studi di psicologia e para-psicologia e questo mi ha permesso di unire questo sapere all'arte drammatica per portare in scena l'autenticità dell'essere umano con tutte le sue sfaccettature e tutte le sue emozioni. Ho poi proseguito i miei studi a Torino, studiando musical presso la Gypsy Musical Academy e all'università di Torino (Scienze della Formazione Primaria). Insegno teatro presso l'Associazione Delfino Gym Don Bosco APS di Mereto di Tomba (UD) e in diverse scuole statali, paritarie e parentali. Recito, inoltre, per il teatro e per il cinema. Maggiori info sul mio sito www.margotdalben.com

CONTATTI

info@margotdalben.com
www.margotdalben.com

 @margotdalbenofficial

 @margotdalben

 @margotdalben

IMDB: <https://www.imdb.com/name/nm12510915/>

TEATRO EMOTIVO: <https://www.youtube.com/watch?v=uVx-yznLC6o>

TEATRO EMOTIVO È GESTITO DA:

Margot Dal Ben
info@margotdalben.com
P. IVA 03129440305
www.margotdalben.com

