

Katona Gábor - Szakmai életút

- Az Egy MASZK egyetemi színjátszó körben 2016-tól tag, 2017-től egészen 2020-ig, mint diák vezető vettem részt. A színjátszó kört még a 2000-es években Lutter Imre színművész alapította. Színjátszó körünk az Északkelet-magyarországi Regionális Versmondó Egyesület égisze alatt működött. Nádas Erika és Harsányi Attila színművészek rendezésében több nagyobb lélegzetvételi darabot is színpadra vittük: Illyés Gyula – Tűvétevek, Mrozek - A nyílt tengeren, Özvegyek, Jenet - Cselédek, Oscar Wilde - Boldog herceg.
- A színdarabok mellett magyar és külföldi szerzők verseiből csokorba fűzött versszínházat is rendeztünk. Komédia irányába is nyitottunk parasztkomédia válogatásunkkal. Örökény egypercesekből improvizatív előadást építettünk.
- Színdarabjainkkal rendszeresen jártunk amatőr színjátszó találkozókra és versfesztiválokra. Több ízben felléptünk az egyetemi könyvtárban és falunapokon. Ebből az időszakból Mosonmagyaróvári amatőr színjátszó találkozón szerzett ezüst minősítésünkre és színészi különdíjakra vagyok a legbüszkébb.
- Vezetőségi tagként a színdarabokban való részvétel mellett színjátszó kör népszerűsítése, reklám anyagok készítése, próbák szervezése, szakmai támogatás szervezése volt a fő feladat. Egyre többször vettem részt a színdarabok rendezésében és mozgástervek készítésében is.
- Felismertem, hogy azon új tagjaink számára, akik színjátékos tapasztalat nélkül kerülnek hozzánk a szöveggönyves, mozgásos próbák mellett szükségük van színjátszáshoz szükséges készségek elsajátítására.

- Kezdetben Montágh Imre Tiszta beszéd könyve alapján a kiejtésen és hangképzésen dolgoztunk. 2017 nyarán kezdtem el elmélyedni az improvizáció világában, amely akkor magával ragadott és azóta sem ereszt. A televízióból ismert Beugró sorozat szituációs gyakorlatait, konkrétan az összes évad összes játékát a nyár alatt lejegyeztem, rendszereztem és elkezdtem improvizációs foglalkozásokat, tréning csomagokat összeállítani, melyek segítségével játékos formában tudtam saját magam és a társaimat képezni.
- A következő lépésben Augusto Boal, Philip Bernardi, Jonathan Cohen, Kaposi László, Perényi Balázs, Gabnai Katalin munkásságában mélyedtem el. Összeállítottam a saját játékgyűjteményem. A gyakorlatban kipróbált játékok inspirációjaként több ízben kombináltam, más kontextusba helyeztem a játékokat és ezzel egy időben saját játékokat is létrehoztam.
- Az elmúlt 6 évben több mint 100 improvizációs tréninget vezettem. Részt vettem Szeszák Szilvi, Varjú Nándor (Itt és Most Társulat) tréningjein. Miskolcon közel fél évig dolgoztam együtt Somhegyi György színművésszel (Grund Színház – Budapesti improvizációs színház). Kokics Péterrel a Miskolci Nemzeti színházban több alkalommal is tartottunk improvizációs foglalkozásokat.
- Elvégeztem az Amatőr művészeti csoportok mentorálása akkreditált továbbképzést. Mályi Általános Iskola színjátszó növendékeivel fél évig drámajátékos foglalkozásokat tartottunk. Az improvizáció mellett fórumszínházi foglalkozást is kidolgoztunk, amellyel 5 Miskolci középiskolában tartottunk rendhagyó irodalomórát. Fórumszínházunkban nagy hangsúlyt fektettünk egymás megismerésére és elfogadására. Játékos formában körbejártuk a kirekesztés témakörét.

- A színjátszás mellett már közel három éve aktívan működöm Coachként. Fő témáim: motiváció, konfliktuskezelés, asszertív kommunikáció, időgazdálkodás, projektmenedzsment.
- 2022-től csatlakoztam az országos Önbizalomnövelde programhoz, melynek keretében pro bono önbizalomnövelde keretében azon dolgozunk, hogy javítsuk a magyarok önismeretét, és önbizalomszintjüket 2025-re felhozzunk az európai átlag szintre.
- A Boschban főként oktatással foglalkozom. Az oktatáson résztvevők palettája elég széles, operátortól gyárigazgatóig terjed. Asszertív kommunikáció, visszajelzés kultúra, vezetői szemléletváltás, coaching szemléletű vezetés a fő témakörök. Projektmunka során pedig a folyamatainkban rejlő veszteségek azonosítására, csökkentésére, folyamatok optimalizálására törekszem direkt és indirekt területen.