



**CURSO 2019/2020**

**ASIGNATURA:** TEATRO APLICADO HACIA LA GESTIÓN EMOCIONAL Y DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES Y DE COMUNICACIÓN.

**PROGRAMA TÉCNICA CONECTIVA:**

**TEATRO APLICADO HACIA LA GESTIÓN EMOCIONAL Y DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES Y DE COMUNICACIÓN**

**PRESENTACIÓN**

Actuaremos y nos conoceremos mejor, conectando con nosotros y nuestros compañeros.

Ofrecemos este programa como curso práctico e interactivo en el que se trabajarán técnicas

Actoriales con un doble objetivo, el desarrollo creativo a través de la actuación así como el desarrollo

De habilidades personales referidas a la gestión emocional, habilidades sociales y de comunicación.

La técnica Conectiva es desarrollada por el equipo de Con Causa conexiones creativas, y está

Basada en los estudios y métodos de interpretación de diversos autores e investigadores teatrales:

Michael Checo, Lavan, Grotowski, Stanislavski, Meisner..., autores en los que lo psicofísico y la

Imaginación son los ejes de sus principios técnicos

El trabajo psicofísico del actor se fundamenta en el uso del cuerpo como herramienta expresiva y

Sensitiva, el uso de la imaginación y la creatividad a través de las sensaciones, sentidos y pensamientos bajo un lugar de control interno en el que nos conectamos con nosotros mismos, los demás y nuestro entorno. A partir de esas técnicas y extrapolándolas a nuestra vida cotidiana se convierten en herramientas útiles y eficaces para el desarrollo personal, experimentado de forma lúdica y libre un autoconocimiento y un impulso interior de voluntad hacia el crecimiento personal.



## OBJETIVOS

- Adquirir técnicas psicofísicas de creación escénica para la mejora del desarrollo personal en la vida cotidiana.
- Familiarizarse con los principios básicos de las técnicas psicofísicas como estrategias de autoconocimiento, concentración, relajación activa y autogestión.
- Experimentar el momento presente, el aquí y ahora desde nosotros mismos en relación con los demás y nuestro entorno.
- Observar desde el otro desarrollando la empatía y la paciencia.
- Familiarizarse con la implicación de nuestro cuerpo (postura y movimiento), nuestros sentidos y sensaciones con la generación de emociones, pensamientos, ideas e impulsos de voluntad.
- Conocer herramientas creativas y expresivas de nuestro yo-creador.
- Valorar la aplicación de las técnicas psicofísicas en nuestro quehacer diario.
- Reconocer la creatividad y la imaginación como aptitudes con las que poder transformar nuestra realidad y atender de forma saludable a ésta.
- Desarrollar habilidades sociales y de comunicación.
- Explorar nuestro yo desde la sencillez y la facilidad reconociendo las interferencias de nuestra autocrítica, los mensajes e ideas erróneas y el exceso de ego.
- Fortalecer la relación psicofísica de nuestro cuerpo y psique desarrollando los principios de forma, totalidad, facilidad y belleza o armonía.
- Desarrollar el sentimiento de conjunto y de colaboración solidaria en la creación o la acción conjunta.
- Fortalecer la capacidad de asumir riesgos y afrontar situaciones desde uno mismo en conexión con los demás de manera asertiva y empática.
- Atender al reconocimiento de la individualidad y a los procesos individuales y en concreto a la individualidad creativa como proceso de formación del individuo.
- Reflexionar sobre la creatividad como motor de cambio integral.



## **METODOLOGÍA**

Se Seguirá una metodología participativa, a partir de breves exposiciones y visionados de videos, cuando los haya, a cerca del tópico o contenido a tratar se pasará a un intercambio de impresiones, realizando un foro sobre las técnicas y su posible aplicación.

Se realizaran actividades de role-playing y ejercicios dinámicos para reconocimiento corporal y de concentración y vida interna.

## **CONTENIDOS**

- La psicofísica del actor, las técnicas psicofísicas y la técnica conectiva.
- El ego superior (yo creador). Los diferentes yoes (cotidiano vs ego superior yo creador).
- El punto neutro y la relajación activa: Nuestro cuerpo, nuestro interior y el exterior:
- Los sentidos y las sensaciones. Influencia del cuerpo en nuestro interior y en el exterior.

Formas de estar, las direcciones.

- Imaginación como herramienta de transformación: Juegos dramáticos e improvisaciones - -

El cuerpo físico y energético. Vida interior, cuerpo y exterior.

- Dar y recibir y transformar. Escuchar. Dejarse hacer vs hacer por hacer. Yo hago y cómo lo hago. Acción con cualidades.
- La facilidad, la forma, la totalidad y la belleza.
- La acción interior. El gesto psicológico. La conciencia dividida.
- Sentimiento de conjunto: la colaboración. Las atmósferas.
- La producción de la voz. El discurso desde la imaginación. Dinámicas del habla.

## **PROGRAMA**



1. Principios del trabajo del actor y su relación con las habilidades y las emociones.
2. Principios de la psicofísica del actor y su aplicabilidad
3. Desarrollo del cuerpo como membrana sensible y maximización de nuestra percepción
4. Las fases de la emoción: Sentidos, sensaciones, emociones, sentimientos y pensamiento
5. Las fases de la comunicación.
6. Qué son habilidades sociales y comunicativas.
7. Cuerpo y mente en un entorno.
8. La imaginación y la creatividad como herramienta.
9. Las partes de un carácter.
10. Mis yoes.
11. La voluntad y las acciones.
12. Situaciones de conflicto. Prácticas.
13. La voz.