

## ESENCIA Y PRESENCIA

### PROPUESTA FORMATIVA GRUPAL (8H)

#### PROPUESTA

- Encontrar nuestra Esencia, avanzar juntos, y desde ahí comunicar nuestra verdad al mundo.
- Trasladar tanto aspectos de *Mentoring Actoral* (**Presencia**, ser y estar en la industria) como el método propio *Interpretación Integrada*© para afrontar los papeles desde nuestra **esencia** conectada.
- Descubrir el potencial de tu 'Yo' integrado en tu faceta creativa actoral. Jornadas teórico-prácticas de las que llevarse dinámicas de grupo, tomas de consciencia de "Desde qué punto partimos, dónde estamos, quiénes somos, qué aportamos, cual ha sido la formación hasta aquí y la oportunidad real tenida hasta ahora en el oficio"; estructuradas para ganar en autoconfianza, autoconocimiento y propiacepción; diseñadas a la vez para adquirir herramientas fundamentales del oficio de actuar.
- Y cómo poner todo ello al servicio de acciones enfocadas para utilizarlo como escalón y base firme desde la que ir subiendo 'nuestra propia escalera' ...

#### SESIONES

- 2 Sesiones /de 4 h de duración/ 1 fin de semana.
- En la *primera parte* se hará una bienvenida al espacio y una necesaria introducción. Seguidamente varias dinámicas de grupo para crear la atmósfera adecuada (por lo personal de lo que se maneja, por la confianza que se hace necesario generar, para poner el instrumento cuerpo a punto para la tarea).
- En la *segunda parte* se trabajaría: **A)**Plantillas y **B)**una Secuencia dramática en consonancia a la temática a trabajar, ya que voy a tratar tanto soluciones que llevo trabajando desde 2017 en mis acompañamientos individuales del servicio PlanActoral© como a aportar herramientas de creación interpretativa.
- Por último, a modo de cierre, se compartirá lo que cada un@ desee exponer al grupo para una puesta en común más unas 'Conclusiones' tanto conjuntas como por mi parte.



## METODOLOGÍA

- Encontrando las prioridades, valores, enfoque y el 'para qué' en esta profesión de cada un@
- Formas de aproximación al personaje
- Técnicas de relajación
- Modos entre los que discernir lo que necesita cada texto y abordarlo
- Técnicas de concentración
- Observación de en qué punto está cada actor/actriz en su propio proceso
- Medios, plantillas y herramientas prácticas.

“

Sensibilidad, honestidad, respeto por el otr@, humanidad y humildad son mis máximas para acompañarte en este viaje. También rigor, compromiso y una firme convicción de que tú serás el máxim@ protagonista de tus avances y de que tu compromiso es también ...imprescindible.”

