

Curso de Teatro para el Crecimiento Personal

La Barca Otro Teatro (Enero – Junio)

Un espacio para jugar, descubrir y expresarte. Este curso propone un recorrido vivencial donde el teatro, el clown y el humor se convierten en herramientas de autoconocimiento, comunicación y transformación personal.

¿Para quién es este curso?

Este curso está dirigido a personas adultas que desean:

- Ganar confianza en sí mismas y en su manera de comunicarse.
- Explorar el cuerpo, las emociones y la creatividad desde un lugar lúdico y cuidado.
- Reencontrarse con la espontaneidad, el juego y el placer de expresarse.
- Vivir una experiencia grupal basada en el acompañamiento, la escucha y la celebración.

No es necesario tener experiencia previa en teatro. Sí es importante venir con curiosidad, apertura y ganas de jugar, equivocarse y dejarse afectar por el grupo y el proceso.

Enfoque pedagógico

En La Barca Otro Teatro entendemos el teatro como una herramienta artística y vital. El aprendizaje no se orienta a la formación de intérpretes profesionales, sino al desarrollo de la presencia, la autenticidad y la capacidad expresiva aplicada a la vida cotidiana.

El curso se apoya en el teatro físico, el clown, la improvisación, la pedagogía teatral contemporánea y el trabajo psicocorporal. La técnica se introduce siempre al servicio de la experiencia, la emoción y el sentido, respetando los tiempos y límites de cada persona.

¿Qué te llevas de este taller?

- Mayor confianza en ti y en tu forma de comunicarte.
 - Recursos para gestionar emociones desde el humor y la creatividad.
 - Un reencuentro con tu espontaneidad y tu capacidad de juego.
 - Una experiencia compartida en un grupo que se acompaña y se celebra.
-

Ejes de trabajo transversales

A lo largo de todo el curso se trabajan de manera continuada:

- Cuerpo, presencia y respiración.
 - Juego, humor y creatividad.
 - Escucha y relación (con una misma, con las otras personas y con el espacio).
 - Emoción como motor expresivo.
 - Narrativa personal y autenticidad.
 - Reflexión vivencial: integrar experiencia y conciencia.
-

Curso tutorizado por David Cerrone

Actor, humorista, dramaturgo, clown, profesor de teatro y arteterapeuta, con más de 30 años de trayectoria en las artes escénicas e impulsor de la Compañía CHENGO.

Francoitaliano nacido en París y ciudadano del mundo, David ha dedicado su vida al teatro como herramienta de expresión, inclusión y transformación personal. Su recorrido internacional en busca de las múltiples formas de humor y risa le ha permitido desarrollar un enfoque único donde creatividad, juego y autenticidad se convierten en motores de crecimiento.

En este curso, David acompaña a las personas participantes en un viaje de descubrimiento personal y colectivo, utilizando el teatro y el clown para liberar emociones, potenciar la comunicación y encontrar nuevas formas de estar en el mundo con más presencia, alegría y confianza.

PRIMER TRIMESTRE (Enero – Febrero)

Objetivo pedagógico

Sentar las bases del trabajo corporal, emocional y grupal desde el juego, la confianza y la escucha.

Durante este primer período se busca que las personas:

- Se sientan seguras dentro del grupo.
- Recuperen la espontaneidad y el placer de jugar.
- Desarrollen presencia y conciencia corporal.
- Empiecen a expresar emociones sin juicio.

El primer mes se concibe como un tiempo de adaptación, creación de vínculo y apertura.

Contenidos pedagógicos

1. Cuerpo y presencia

- Desbloqueo de tensiones.
- Respiración consciente.
- Habitar el cuerpo como espacio de expresión.
- Confianza corporal.

2. Juego y desinhibición

- El juego como base del teatro y del clown.
- Error, fracaso y risa.
- Recuperar la mirada lúdica.

3. Relación y grupo

- Escucha y respuesta.
- Confianza y cuidado.
- Individuo y colectivo.

4. Emoción en movimiento

- Reconocer emociones a través del cuerpo.
- Transformar emoción en acción.
- Humor como vía de regulación emocional.

5. Introducción al clown personal

- Autenticidad y vulnerabilidad.
- Presencia ingenua.
- El placer de ser quien soy.

SEGUNDO TRIMESTRE (Marzo – Abril)

Objetivo pedagógico

Profundizar en la expresión emocional, la comunicación y la creatividad, incorporando voz, improvisación y narrativa personal.

Contenidos pedagógicos

1. La voz expresiva

- La voz como prolongación del cuerpo.
- Respiración, sonido y emoción.
- Exploración de registros vocales.

2. Improvisación

- Estar en el aquí y ahora.
- Escuchar antes de actuar.
- Construcción de escenas espontáneas.

3. Narrativa personal

- Lo cotidiano como material creativo.
- Humor y autobiografía.
- Contar(se) desde la autenticidad.

4. Creatividad aplicada

- Diferentes miradas sobre una misma experiencia.
- Transformar conflictos en juego.
- Decisiones escénicas simples.

5. El clown y la emoción

- Exageración, ingenuidad y poética.
- Reírse de una misma sin juicio.
- El clown como espejo humano.

TERCER TRIMESTRE (Mayo – Junio)

Objetivo pedagógico

Integrar cuerpo, emoción, voz y juego en pequeñas creaciones escénicas colectivas, celebrando el proceso vivido.

Contenidos pedagógicos

1. Composición escénica

- Presencia compartida.
- Relación entre personajes.
- Escenas sencillas y honestas.

2. Creación colectiva

- El grupo como sostén creativo.
- Responsabilidad individual dentro del proceso común.
- Acompañar y dejarse acompañar.

3. Humor y sentido

- El humor como mirada vital.
- Poética de lo imperfecto.
- Celebrar lo humano.

Muestra final

El curso concluye con una muestra abierta, entendida no como un examen, sino como una celebración del camino recorrido. Un encuentro para compartir el proceso, el juego y la transformación vivida.

Flexibilidad pedagógica

Este programa establece una estructura orientativa. El contenido y el ritmo se adaptan a las necesidades del grupo y de cada persona. La pedagogía de La Barca Otro Teatro se basa en la escucha activa, el cuidado y la adaptación constante del proceso para favorecer un aprendizaje profundo, humano y significativo.