

Escena i Consciència. Autoconeixement en les Arts Escèniques

1a Edició

Codi: 224363

Tipologia: Curs d'especialització

Crèdits: 3.00

Idioma: Català

Data d'inici: 10/07/2023

Data darrera sessió presencial: 14/07/2023

Data de finalització: 14/07/2023

Horari: Dilluns de 9 a 13 h i de dimarts a divendres de 9 a 14 h (curs intensiu d'una setmana).

Lloc de realització: El Canal. Centre d'Arts Escèniques de Salt - Girona

Places: 20

Preus i descomptes

Preu: 450 €

5% de descompte per alumnes i exalumnes de la Universitat de Girona.

427,50€ (150 € preinscripció + 277,50 € Matrícula)

5% de descompte per alumnes i exalumnes de màsters, postgraus i diplomes d'especialització de la Fundació UdGIF (Excepte si forma part de la mateixa estructura modular).

427,50€ (150 € preinscripció + 277,50 € Matrícula)

5% de descompte per persones amb discapacitat reconeguda.

427,50€ (150 € preinscripció + 277,50 € Matrícula)

5% de descompte per persones en situació d'atur en el moment de la matrícula.

427,50€ (150 € preinscripció + 277,50 € Matrícula)

5% de descompte per membres de famílies nombroses o monoparentals.

427,50€ (150 € preinscripció + 277,50 € Matrícula)

10% de descompte per empreses que matriculin 2 o 3 treballadors dins d'un mateix curs (el mateix curs acadèmic).

405€ (150 € preinscripció + 255 € Matrícula)

15% de descompte per empreses que matriculin 4 o més treballadors dins d'un mateix curs (el mateix curs acadèmic).

382,50€ (150 € preinscripció + 232,50 € Matrícula)

Raons per fer el curs

- Adquirir un seguit de recursos teatrals i escènics per augmentar el nivell propi de consciència i afavorir el creixement personal i les relacions interpersonals.
- Aprendre a treballar l'observació, la relaxació, el silenci i la interiorització i posar-los al servei de la creativitat pròpia i del treball col·lectiu.
- Integrar l'ús de les eines escèniques i teatrals com a recursos desenvolupadors d'entorns saludables i de creixement personal.

Pràctiques externes

No

Presentació

En el món de la formació professionalitzadora així com en altres sectors d'activitat ja fa uns anys que es tenen en compte aspectes personals com la intel·ligència emocional, l'eficiència del treball en equip o la resolució de conflictes. S'ha comprovat que treballar aquests aspectes millora el rendiment professional i la salut laboral de l'individu i de l'organització on treballa. Les arts escèniques ens ofereixen un seguit d'eines que ens permeten explorar un ampli territori i treballar el desenvolupament integral de l'individu i la construcció de la persona en paral·lel a la seva formació professional. L'experiència docent en l'ensenyament de les arts escèniques ens ha demostrat que tant l'estudiant com el professional exclusivament format des de les tècniques o les habilitats professionals específiques del seu àmbit arrossegueu un seguit de carències importants que es manifesten en el moment d'exercir la seva activitat, o després d'exercir-la (fins i tot amb èxit). Aquestes carències es tradueixen en dificultats per adaptar-se a escenaris canviants, en problemàtiques vinculades al treball en grup o bé en la identificació excessiva amb les tasques o els rols desenvolupats durant l'activitat, entre altres símptomes.

Per tot això, el contingut docent se centra en augmentar el nivell de consciència d'un mateix mitjançant l'autoconeixement emprant eines provinents de l'entrenament teatral i escènic. Aquest argumentari té una aplicació gairebé universal en l'exercici professional i en cap cas és exclusiu de les arts escèniques, però és precisament en aquest sector on l'individu que hi ha darrere el professional està especialment exposat a situacions que el poden dur a patir tensions psíquiques i físiques que, sense una canalització competent, condueixen al bloqueig personal i, en conseqüència, professional. El curs facilita l'ensenyament d'eines i conceptes que proposen una evolució harmònica de la persona i del professional, una comprensió de la configuració humana i una definició de l'estat de coherència entre l'interior de l'individu i tota la panoràmica de la seva activitat exterior i relacional, per la via de la construcció de la consciència en l'activitat escènica.

Objectius

- Oferir un seguit de recursos teatrals i escènics al servei de l'autoconeixement per augmentar el nivell de consciència i afavorir el creixement personal i les relacions interpersonals.
- Conèixer els fonaments de la configuració humana, física, psíquica i anímica.
- Saber generar espais de relaxació, silenci i interiorització. Treballar l'observació i el discerniment. La transformació de l'individu en testimoni de si mateix.
- Afavorir el treball mental conscient per tal de gestionar de manera sana el judici, la perspectiva i les emocions. Reprogramar-se per autocurar-se: el cos i les seves memòries; aprendre, desaprendre i reaprendre.
- El treball col·lectiu: aprofitament del treball en equip i gestió dels conflictes. Explorar el poder de l'estat de coherència interior com a contribuïdor del benestar col·lectiu.
- Fomentar l'ús de les eines escèniques i teatrals com a recurs pedagògic per al desenvolupament personal.
- Facilitar la creació de nous entorns saludables i de creixement personal a través de les arts escèniques.

Sortides professionals

Els curs capacita per incorporar eines de la pedagogia escènica en els àmbits següents:

- Pedagogia de les arts escèniques
- Creació en les arts escèniques
- Gestió de l'evolució psíquica i anímica en l'àmbit personal
- Dinàmica de grups en diferents sectors professionals

- Gestió de conflictes en l'àmbit del treball social

A qui s' adreça

- Professionals de les arts escèniques —i de la creació en general— amb trajectòries emergents i també consolidades.
- Docents d'arts escèniques a secundària i batxillerat.
- Professionals de l'ensenyament a primària i secundària.
- Professionals —dels àmbits social, pedagògic i d'altres— interessats a incorporar eines d'autoconeixement individual i de treball en equip vinculades a processos de creació artística.

Requisits d'admissió

Si s'escau, es durà a terme una entrevista prèvia per valorar la idoneïtat de l'aspirant i contrastar les seves expectatives.

Pla d'estudis

Escena i consciència. Autoconeixement en les arts escèniques

Presentació. El joc, la llibertat, la mirada endins, el grup, el respecte, la discreció, la protecció.

Continguts:

1. La configuració humana: estructura física, energètica-emocional, mental i anímica.
2. Què són els temperaments i quan es manifesten. Identificar el temperament (el nostre també), saber-lo aprofitar i treballar els altres temperaments.
3. El treball permanent d'autoconsciència. Les set fases en els processos relacionals, personals i de grup. L'inconscient col·lectiu junguà i el seu efecte en el treball d'equip i en la realització de projectes. El doble o l'ombra i la transformació de la pròpia ombra: un treball basat en la llibertat d'elecció.
4. La coherència cardíaca. Benestar interior i irradiació exterior.
5. Eines pràctiques. La posició de testimoni. La responsabilitat respecte a les pròpies emocions i el pensament. Reconeixement del propi ser i la pròpia obra. La victimització. L'acceptació dinàmica. El desenvolupament harmònic dels dos hemisferis cerebrals: l'intel·lectual i l'artístic i intuïtiu.

JORNADA DE TREBALL TIPUS

- Exercicis de relaxació, silenci i meditació guiada. Preparació psíquica i física per a la jornada de treball (exercicis de cos i de desbloqueig).
- Exercicis interpretatius associats als continguts amb un guió proporcionat pel curs, en grups o bé individualment.
- Treball de creació pròpia a partir dels continguts tractats.
- Visualització d'exercicis i comentaris.
- Tancament de la jornada de treball, invitació a la reflexió a partir d'una ficció narrada i pràctiques meditatives.

Titulació

Curs d'Especialització en Escena i Consciència. Autoconeixement en les Arts Escèniques per la Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació.

Metodologia

Curs eminentment pràctic que comprèn la realització d'activitat corporal expressiva i interpretativa i l'assimilació de conceptes teòrics al voltant de la consciència.

Participació activa de l'alumnat en exercicis d'interpretació d'escenes, desbloqueig físic o aprenentatge de tècniques meditatives i de relaxació.

A banda d'aquestes activitats pràctiques, el curs fomentarà l'escolta activa i l'observació.

Sistema avaluació

Curs totalment presencial. Assistència obligatòria al 80% de les sessions.

Finançament

Finançament bancari

Els estudiants matriculats poden finançar el pagament de la matrícula en quotes.

La Fundació ha establert convenis amb condicions preferents pels seus alumnes amb les següents entitats:

- [Sabadell Consumer](#)
- [CaixaBank](#)
- [Banc Santander](#)

Quadre docent

Direcció

Eduard Molner Closas

Professor universitari, creador escènic i escriptor. Doctor en Història Contemporània per la Universitat de Barcelona. Cap d'estudis del Grau en Arts Escèniques de la Universitat de Girona (Escola Universitària ERAM), càrrec des del qual va organitzar i implementar aquest programa. Ha estat comissari, amb Xavier Albertí, de l'exposició «Paral·lel 1894-1939» al Centre de Cultura Contemporània de Barcelona (2012-2013), mereixedora del Premi de l'Associació de Crítics d'Art de Catalunya l'any 2013 i d'un Aplauidiment FAD Sebastià Gasch també del mateix any. Autor de diversos llibres sobre història teatral (*El Paral·lel fent país*, Arola editors-Institut del Teatre, 2022) i de desenes d'articles sobre l'escena i la cultura a *La Vanguardia* i d'altres publicacions periòdiques. Ha desenvolupat sistemes de formació i seguiment curatorial de la creació artística, tutoria i assistència docent al llarg de molts anys de dedicació a la creació escènica emergent. S'ha format específicament en eines per al creixement personal a través de la biografia i en diferents sistemes de meditació, respiració conscient i relaxació. La seva dedicació al foment de l'autoconsciència és fruit de la seva llarga experiència com a docent en àmbits de creació artística.

Coordinació

Professorat

José Vicente Pestana Montesinos

Llicenciat en Psicologia (Universidad Central de Venezuela, 1993; distinció magna cum laude). Doctor en Psicologia (Universitat de Barcelona, 2007; Premi Extraordinari de Doctorat). Professor de Psicologia social a la UB des del 2001. La seva experiència en el teatre (com a docent, actor i director) es veu reflectida en la seva investigació sobre les paradoxes i les tensions de la identitat, l'experiència del temps i la teatralitat. La seva trajectòria d'investigació inclou més d'un centenar de contribucions a congressos, uns 45 projectes i contractes i vora de 50 articles i capítols de llibre. Com a docent, a més de les assignatures de temàtiques psicològiques i de les arts escèniques, ha impartit formació en l'autoregulació emocional i de la consciència de si, lideratge i aplicacions del teatre. També és psicoterapeuta d'orientació *junguiana*.

*La direcció es reserva el dret de modificar l'equip docent, si fos necessari, per garantir el nivell de qualitat i categoria professional.

Entitats col·laboradores

Associació de Professionals de Circ de Catalunya



Associació d'actors i directors professionals de Catalunya



El Canal (Centre de Creació d'Arts Escèniques)



Ajuntament de Salt



Entitats promotores

Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació



Escena i Consciència. Autoconeixement en les Arts Escèniques

Inici curs: 10/07/2023
Data darrera sessió presencial: 14/07/2023
Fi curs: 14/07/2023
Data tancament acta avaluació: 24/07/2023

Calendari

Data	Lloc	Inici matí	Fi matí	Inici tarda	Fi tarda
10/7/2023	El Canal. Centre d'Arts Escèniques Salt	09:00	13:00		
11/7/2023	El Canal. Centre d'Arts Escèniques Salt	09:00	14:00		
12/7/2023	El Canal. Centre d'Arts Escèniques Salt	09:00	14:00		
13/7/2023	El Canal. Centre d'Arts Escèniques Salt	09:00	14:00		
14/7/2023	El Canal. Centre d'Arts Escèniques Salt	09:00	14:00		