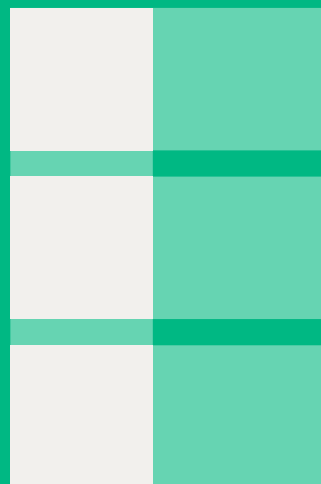
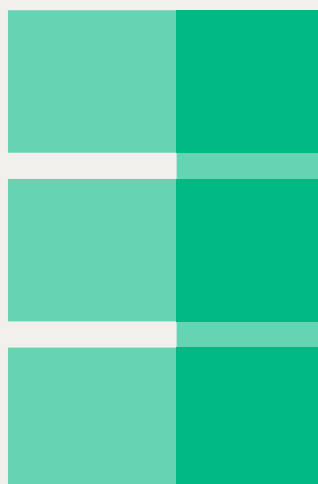




Escola Permanent per a professionals de les Arts Escèniques

Temporada 24-25



Escola Permanent per a professionals de les Arts Escèniques

Temporada 24-25

B: Seminaris

Impartits per **professionals de reconegut prestigi** que habitualment desenvolupen la seua trajectòria **fora de la nostra Comunitat**.

Volem que estos tallers de **formación intensiva** vagen dirigits a aquells actors i actrius de dilatada i reconeguda trajectòria que, precisament per la seua dedicació al món laboral, no han tingut temps d'**endinsar-se** o **reciclar-se** en altres vessants del seu treball interpretatiu.

La durada dels seminaris serà d'**una setmana intensiva**.

A qui va destinat?

- Intèrprets que **han acabat la seua formació acadèmica** en escoles públiques o privades.
- Intèrprets professionals que **hagen o no passat per alguna escola** de formació actoral.
- **Dramaturgs**, diplomats en **direcció escènica** i **directors d'escena** que pugen avalar la seua trajectòria amb produccions professionals.

Inscripció i selecció

La selecció dels participants es farà mitjançant **currículum** i els **criteris de l'equip** de gestió i el director/a de cada taller o seminari.

Els interessats podran inscriure's en **més d'un taller** o **seminari**. Hauran d'especificar la seua **preferència**.

El número de participants per seminari serà de **15**.

Preu

75 euros per seminari.

OCT

Lara Corrochano

Entre bastidors i emocions: Gestió emocional per a actors i actrius

Contingut

Soc Lara Corrochano, actriu, psicòloga i coach (especialista en **Intel·ligència Emocional**).

Durant més de 20 anys he viscut els alts i baixos de la professió actoral. La meua trajectòria m'ha permés experimentar en carn pròpia els desafiaments, les alegries i les complexitats que sorgixen en els diferents àmbits d'este treball, que solem triar per vocació.

Actualment col·labore amb diferents entitats i empreses, facilitant tallers i cursos enfocats en "emocions i la seua gestió".

Esta combinació única d'**estudi, experiència i aprenentatge** m'ha conduït a desenvolupar el meu propi mètode, denominat "**Brillant amb Lara**", dissenyat específicament per a abordar les necessitats particulars dels artistes, sent esta la raó de la seua creació. La base del mètode residix en la fusió d'estos quatre elements clau: "Coaching, Intel·ligència Emocional, Psicologia Positiva i PNL".

Centrem l'atenció en les **fortaleses** i **debilitats** de cadascun de els/ les participants; amb el que a més d'augmentar el seu autoconeixement i autoestima afavorix el treball en equip. El mètode utilitzat es basa en els desafiaments individuals, les expectatives i la visió única que cada professional posseïx de la seua pròpia carrera i com gestionar-la en present i futur.

Objectius

L'objectiu principal és aprendre de manera amable i vivencial, assegurant que l'experiència siga grata i útil per al futur dels actors i actrius. La meua motivació radica a compartir ferramentes i estratègies que he anat desenrotllant al llarg de la meua vida laboral, per a

enfrontar els desafiaments emocionals i professionals tant dins del món de l'actuació com fora d'ell, això que anomenem "vida quotidiana" i que els professionals de les arts escèniques no sempre sabem o podem distingir.

- **Millorar** la "Gestió Emocional" a través de ferramentes que ajudaran els alumnes/as en el seu dia a dia tant a manejar el "Estrés" com a aconseguir un major "Autocontrol", bé siga en l'àmbit laboral com en el personal.
- **Aconseguir** una major motivació i responsabilitat laboral i personal basant-nos en allò que tenim i no en el que ens falta. Tractarem "La Queixa" com a element adaptatiu i desestabilitzador en la vostra vida professional i personal.
- **Oferir** un espai segur i lliure de juí on poder explorar i desenrotllar-se al ritme personal de l'artista. Creem un entorn segur i flexible on compartir amb companxerxs i aprendre de les experiències de cada un. Anhelem que cada participant descobreisca en este mètode la inspiració, el suport i l'orientació necessaris per a donar el millor de si mateixos tant en les seues carreres artístiques com en les seues vides personals.

Com a actriu base el meu mètode en el **joc**, el **treball pràctic** i l'aprenentatge des de les vivències i experiències personals de cadascun dels meus alumnes. Cada persona té un procés diferent que ve definit per les seues pròpies experiències vitals, per la qual cosa es troben a nivell emocional en llocs distints encara que pertanguen al mateix gremi. El meu objectiu és acompanyar-los en este viatge emocional perquè puguin conèixer-se una miqueta més i arriben a una millor gestió i maneig de les seues emocions.

Programa

Este programa és la unió del coneixement de mons diferents però correlacionats: La Interpretació, la Psicologia i el Coaching. Ens enfocarem a potenciar la intel·ligència emocional dels participants, integrant els ensenyaments de Lara Corrochano basades en el joc, el treball pràctic i l'aprenentatge des de les vivències personals.

El programa se centra en:

1. Desenvolupar la Intel·ligència Emocional:

- Fomentar l'autoconeixement, permetent als participants explorar i comprendre les seues pròpies emocions.
- Promoure l'autoregulació emocional, brindant ferramentes com la "Teràpia Narrativa" i el "Mindfulness" per a gestionar eficaçment les emocions en situacions diverses.

2. Enfortir l'Empatia i la Gestió Emocional:

- Millorar la capacitat d'empatitzar amb les emocions pròpies i alienes, fonamental per al treball actoral.
- Potenciar l'habilitat per a gestionar de manera efectiva les emocions en situacions personals i laborals.
- Explorar estratègies per a una expressió emocional autèntica que contribuïska a un entorn de treball saludable.

3. Potenciar la Presa de decisions i la Resolució Constructiva de Conflictes:

- Reforçar la presa de decisions a través d'una millor gestió emocional.
- Desenrotllar habilitats per a abordar i resoldre conflictes de manera constructiva tant en l'àmbit personal com laboral.

4. Aplicar el Mètode "Brillant amb Lara":

- Integrar els ensenyaments basats en el joc, el treball pràctic i l'aprenentatge a través de dinàmiques de distinta índole i "Role Play".
- Reconéixer i respectar el procés individual de cada alumne, brindant suport en el viatge personal cap a un major coneixement emocional.
- Treball de relaxació, visualització i interiorització a través del Mindfulness per a aconseguir objectius específics i quantificables.

Este curs proporciona una oportunitat única per a perfeccionar habilitats personals, experimentar creixement emocional i construir relacions saludables. La metodologia enfocada en l'individu garanteix un aprenentatge pràctic i aplicable a la vida diària i la carrera actoral, mitjançant exercicis que fomenten l'autoconeixement i el desenvolupament integral del participant.

Horaris

Octubre

	01	02	03	04	05	06
07	08	09	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21 10:00 - 14:00	22 10:00 - 14:00	23 10:00 - 14:00	24 10:00 - 14:00	25 10:00 - 14:00	26	27
28	29	30	31			

OCT

Lara Corrochano



Soc una professional amb més de 25 anys d'experiència en el món de la comunicació i la formació, amb un gran coneixement dels trets necessaris per a millorar les habilitats personals i comunicatives dels clients, enfocant-se en les seues fortaleces. Em caracteritze per una gran empatia i resiliència davant els obstacles, això fa que l'acompanyament als meus clients en els seus processos de creixement personal i professional siguin segurs i precisos.

2024 BOREAL

2023 IN ALBIS

2023 AMARILLO

2022 RAINBOW

2021 AMIGAS

2019 PASTILLAS

2019 ABUELOS. Nunca es tarde para emprender

2018 LA HABITACIÓN VACÍA

2018 LA HABITACIÓN BLANCA

2018 MUERO POR VOLVER

2018 LOS GRITOS BORRADOS

2017 LA TEORÍA DEL SUEÑO

2017 3 GRAMOS DE FE

2016 COSMETICA TERROR

Màster Coaching en N-Acció Universidad de Alcalá de Henares/2019

Dansa Jazz, claqué Centro Actúa/Angela Feijo/2017-2018 Centro Actúa/2017-2018

Llicenciada en Psicologia UNED 2011

Curs de cant. City Lit. 208/2009

Interpretació davant la càmera 2008/2009

Curs d'interpretació en anglés. Bob McAndrew/2008

Audiovisual. Leon Herberg/2008

Curs d'Interpretació, Ramón Quesada y Luis Gimeno/2006

Interpretació davant la càmera John Strasberg/2006

Canto. Jorge Uribe Koté Soler/2006

Taller de lluita escènica. CNTC 2006

Interpretació davant la càmera amb Joaquín Campomanes/2003-2004

Dansa i Expressió Corporal amb Eduardo Milewicz/2004

Veu i Canto amb Arnold Taraborrelli/1999-2002

Anàlisi de Shakespeare amb Lidia García/1999-2002

Escenografia amb Augusto Fernández/2002

Moviment i Improvisació amb Jean Guy Lecat/2001

Interpretació amb Antonio Olmo/1999

Art Dramàtic, Juan Carlos Corazza/1998-2002 William Layton/1995



Temporada 23-24

Escola de Teatre Escalante

Carrer de Campoamor, 91. València

escola.escalante@dival.es

601 738 316