



TÉCNICAS TEATRALES PARA UNA COMUNICACIÓN EFICAZ CON EL PÚBLICO

DESCUBRE TU PROPIO
COMUNICADOR

UNA FORMACIÓN DE BENJAMÍN ALONSO

La comunicación es un aspecto fundamental de nuestras vidas, tanto en el ámbito personal como en el académico o profesional. Tomar conciencia de su importancia es el primer paso para entender que el dominio de nuestras propias habilidades comunicativas puede suponer la garantía de nuestro éxito. Cuando menos, nuestra comunicación ganará en eficacia y favorecerá unas relaciones interpersonales más fuertes y seguras.

Analizar y experimentar la actividad comunicativa puede llevarnos a reflexiones profundas sobre nosotros mismos y sobre las propias relaciones humanas. Cualquier mejora que podamos introducir en el ámbito de la comunicación puede contribuir decididamente a lograr un mayor equilibrio personal y a optimizar las relaciones interpersonales.

En este sentido, las técnicas teatrales nos aportan una serie de recursos únicos y altamente efectivos para mejorar nuestra presencia escénica y, sobre todo, para ser conscientes de los distintos elementos que participan en la comunicación con el público.

En esta formación, esencialmente práctica, centraremos el trabajo en tomar conciencia de tres aspectos fundamentales:

1. **Consciencia de uno mismo.** Es fundamental conocernos para saber qué hacemos cuando nos comunicamos. ¿Qué hacen nuestras manos, ojos, nuestro cuerpo? ¿Qué transmite nuestra imagen y actitud al público? Aunque no digamos nada, nuestro cuerpo siempre está hablando y dando información sobre nosotros. ¿Sabemos entender el lenguaje corporal e incorporarlo a nuestro discurso hablado?

2. **Consciencia del público.** Saber escuchar al público o interactuar con él puede ser clave para que nuestro discurso llegue con garantías y cale en el receptor. Es muy importante saber quién tenemos delante y saber escucharle para adaptar nuestro discurso a cada situación y a cada audiencia particular.

3. **Consciencia del espacio.** El espacio donde nos encontramos puede condicionarnos, por eso es importante conocerlo y saber "ubicarse" en él. No es lo mismo una pequeña sala que un auditorio. El espacio es igualmente la tecnología que vayamos a utilizar, el mobiliario o también el clima y ambiente que se respire en la sala.

Ser conscientes de estos tres aspectos esenciales es el primer paso para que nuestra comunicación comience a ser más eficaz. Conocer las fortalezas y debilidades de cada uno nos llevará a mejorar, modificar y potenciar nuestras habilidades comunicativas.

Las técnicas teatrales nos ofrecen la posibilidad de experimentar con nosotros mismos y con los demás en un juego ficticio, del que extraer "hallazgos" que podamos aplicar en la vida real. Los ejercicios seleccionados para este curso tienen el objetivo de descubrir nuestro propio comunicador, un ser único capaz de disfrutar con su audiencia. Esta es una práctica para experimentar el "aquí y ahora" de la comunicación y vivirlo con placer.

Llevo más de veinte años trabajando en la escena profesional como actor, director de escena, coreógrafo y pedagogo. He tenido la inmensa suerte de formarme con grandes maestros internacionales de las artes escénicas y de adquirir con ellos valiosos conocimientos que estaban dirigidos a los artistas. Desde mi experiencia, considero que el rico material de las técnicas teatrales también puede aplicarse, de manera efectiva, al mundo académico, a la empresa y a distintos campos profesionales.

La formación se desarrolla en grupos entre seis y doce personas, en base a los siguientes formatos:

A. Formación de 2 horas

Presentación de la metodología y ejercicios para fijar conceptos básicos. Horario de mañana o tarde.

B. Formación de 4 horas

Presentación de la metodología, ejercicios para fijar conceptos básicos y desarrollo de prácticas grupales e individuales. Horario de mañana o tarde.

C. Formación de 7 horas

Presentación de la metodología, ejercicios para fijar conceptos básicos, prácticas grupales e individuales y feedback personalizado. Una jornada completa en horario de mañana y tarde.

D. Coaching personalizado

Coaching personalizado individual o grupal en función de las necesidades.



BENJAMÍN ALONSO

Profesional de las artes escénicas con formación y experiencia internacional. Trabaja como actor, director de escena, coreógrafo y pedagogo. Lleva numerosos años aplicando las técnicas teatrales en el mundo profesional y de la empresa (Colegio de Arquitectos de Barcelona, Imantia, Icompani, Viventia), la educación (Museo de las aguas de Barcelona, La Pedrera, El globus Vermell, Keinu) o la sanidad (Fundación Theodora, Pallapupas). Ha sido profesor en el Institut del Teatre de Barcelona y director del Aula de Teatro de la Universidad Politécnica de Cataluña. Actualmente realiza una tesis doctoral sobre la creación y comunicación escénica contemporánea en la Universidad del País Vasco.

www.alonsobenjamin.com/info@alonsobenjamin.com/+34 639400748