

FORTE TEATRO · DOSSIER DEL CURSO

LA MÁSCARA Y EL SER

*Construcción de personaje, presencia escénica y autoconocimiento **actoral***

10 SEP → 17 DIC

90 € / MES

TEATRO + COACHING JUEVES 20:00 – 22:00 CLASE ABIERTA DIC

UN LABORATORIO VIVO

Este curso es un espacio de investigación diseñado para aprender a crear desde la libertad, desarmando el control analítico y transitando el error lejos de la autoexigencia. No buscamos resultados desde el sobreesfuerzo: habitamos la autenticidad escénica y construimos desde la **verdad de la acción física** y la honestidad del impulso orgánico.

Trabajamos en dos etapas: primero desde la **exploración corporal y la técnica actoral**; y luego desde la **preparación individual del monólogo**, donde cada persona da forma a su creación singular siendo guiada personalmente en todo el proceso.

+ AUTOCONOCIMIENTO ACTORAL — METODOLOGÍA PROPIA DE FORTE TEATRO

Hemos desarrollado una metodología propia que integra **teatro y coaching GROW+**. Partimos de que la escena es también un espacio de autoconocimiento: cada ejercicio de acción física o construcción de personaje revela algo de quien lo hace. Trabajamos la presencia escénica desde el autoconocimiento —objetivos, creencias, impulso orgánico— y llevamos ese material al cuerpo y la escena. El resultado transforma tanto al personaje como a la persona que lo habita.

QUIERO RESERVAR MI LUGAR →

CÓMO TRABAJAMOS

Cada clase integra trabajo corporal, vocal y de construcción de personaje. Los contenidos se construyen a partir de cinco pilares:

01

LA VERDAD DE LA ACCIÓN

Entrenar a partir de acciones sencillas y cotidianas. El objetivo es apagar la mente analítica, dejar de sobrepensar y habitar el presente desde el impulso real.

02

MOVIMIENTO CONSCIENTE

Partitura física de la acción: secuencias precisas de movimiento que traducen el estado interno del personaje en gesto y desplazamiento. El cuerpo como texto antes que las palabras.

03

CONSTRUCCIÓN DE PERSONAJE

Descubrir los objetivos y las necesidades de cada personaje en la escena. Trabajamos desde la honestidad y la vulnerabilidad, reemplazando la autoexigencia por el juego vivo.

04

TEXTO CONTEMPORÁNEO

Investigamos a través de monólogos escritos por grandes dramaturgas/os: Caryl Churchill, Bernard Marie Koltés, Griselda Gambaro, Antón Chéjov, Tennessee Williams, Alejandro Casona.

05

COACHING ACTORAL GROW+

Herramientas de autoconocimiento basadas en el modelo GROW+: Goal, Reality, Options, Will y el componente de expansión personal. Recursos internos, creencias limitantes y objetivos del personaje.

QUIERO RESERVAR MI LUGAR →

HERRAMIENTA DE TRANSFORMACIÓN

El coaching que integramos en Forte Teatro no es terapia ni motivación: es una **herramienta de autoconocimiento actoral**. Usamos el modelo **GROW+** para profundizar en la escena: ¿cuál es el objetivo real del personaje? ¿Cuál es su realidad? ¿Qué opciones tiene? ¿Qué le impulsa a actuar?

El componente **+** (**Plus**) del modelo añade una dimensión de expansión personal: más allá del personaje, ¿qué descubre quien actúa sobre sí mismo en este proceso? Ese proceso interior se traduce directamente en trabajo corporal y vocal. El resultado es una presencia escénica más honesta, más potente y más personal.

¿QUÉ TRABAJAMOS DESDE EL COACHING GROW+?

G — Goal: Identificación del objetivo profundo del personaje y de quien lo interpreta.

R — Reality: Observación honesta del estado actual en escena, sin juicio.

O — Options: Exploración de posibilidades expresivas y dramáticas.

W — Will: Compromiso con la acción escénica, el presente y la verdad.

+ — **Expansión:** Autoconocimiento como base de la creatividad actoral.

- ✦ Identificación de recursos internos de quien actúa
- ✦ Trabajo con creencias limitantes en escena
- ✦ Objetivos del personaje desde el coaching GROW+
- ✦ Herramientas para habitar el presente escénico
- ✦ Autoconocimiento como base de la creatividad

QUIERO RESERVAR MI LUGAR →

04 — ESTRUCTURA DEL TRIMESTRE

EL CAMINO DEL CURSO

El trimestre se divide en dos fases de trabajo, con una clase abierta al público en diciembre:

10 SEP – 05 OCT · JUEVES 20:00 – 22:00

FASE 1 — EXPLORACIÓN Y CREACIÓN GRUPAL

Laboratorio de exploración corporal y técnica actoral. Trabajo de presencia escénica, movimiento consciente y acción física. Desarrollo de la autenticidad en escena desde el impulso real. Coaching grupal: escucha activa, identificación de recursos compartidos y primeras herramientas GROW+.

12 OCT – 10 DIC · JUEVES 20:00 – 22:00

FASE 2 — MONÓLOGO INDIVIDUAL

Cada participante investiga un monólogo de las dramaturgas/os del programa: Caryl Churchill, Bernard Marie Koltés, Griselda Gambaro, Antón Chéjov, Tennessee Williams, Alejandro Casona. Trabajo individual de construcción de personaje y coaching actoral GROW+. Del grupo a la presencia singular, honesta y auténtica.

CLASE ABIERTA ✦

El espacio de entrenamiento se convierte en escena. Cada participante podrá invitar a **dos personas** a presenciar el trabajo del trimestre. Cierre compartido, íntimo y real.

SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE
Jueves · 20:00–22:00	Jueves · 20:00–22:00	Jueves · 20:00–22:00	Jueves · 20:00–22:00

Dramaturgas/os: Caryl Churchill · Bernard Marie Koltés · Griselda Gambaro · Antón Chéjov · Tennessee Williams · Alejandro Casona. Los textos se asignan según el proceso individual de cada participante.

QUIERO RESERVAR MI LUGAR →

05 — INVERSIÓN

PRECIO E INCLUYE

La cuota mensual cubre la totalidad del proceso: clases, materiales y los cuadernos actorales de Forte Teatro. Pagar el trimestre completo por adelantado tiene un descuento de 20 €.

CUOTA MENSUAL

€90

POR MES · 3 MESES = 270 € TOTAL

- Clases semanales · Jueves 20–22h
- Cuadernos actorales Forte Teatro
- Materiales de trabajo incluidos
- Coaching actoral GROW+ integrado
- Invitación para 2 personas a la clase abierta

AHORRO 20 €

PAGO TRIMESTRAL ANTICIPADO

€250

TODO EL TRIMESTRE DE UNA VEZ

- Fase grupal + monólogos
- Coaching actoral GROW+ integrado
- Invitación para 2 personas a la clase abierta
- 20 € de descuento incluido
- Cuadernos actorales incluidos

✦ **Inscripción antes del 10 de septiembre — Sin coste de matrícula**

La matriculación tiene un coste habitual de 25 €. Inscribiéndote antes del 10 de septiembre ese importe queda totalmente bonificado.

SESIONES Jueves · 20:00 – 22:00 h · Clases semanales de 2 horas de técnica actoral, movimiento y coaching GROW+.	RECUPERACIÓN ¿Faltas un jueves? Consúltanos con antelación para ver opciones de recuperación.
BAJA Avísanos con 10 días de antelación al fin de mes. Sin aviso previo se cobra media mensualidad.	PAGO Se cobra del 1 al 5 de cada mes. Contacta por WhatsApp para más información.

QUIERO RESERVAR MI LUGAR →

06 — QUIENES YA HAN PASADO POR AQUÍ

LO QUE DICEN

"Joana hace que conectes con tu interior. He aprendido más en 3 meses que en toda una vida."

Rosa Espejo

33 años · 2 años en Forte Teatro

"Teatro Forte me ha ayudado a tener más confianza en mí y a desenvolverme de forma exitosa y creativa."

Diana Rocha

34 años · 1 año en Forte Teatro

"Crea siempre un entorno seguro donde sentirte cómoda para explorar y expresarte totalmente libre."

Paula Seglar

30 años · 6 meses en Forte Teatro

QUIÉN LO DIRIGE



Joana Motta

COACH ACTORAL · ACTRIZ · DIRECTORA · DOCENTE

Trabajo con una metodología propia desarrollada en Teatro Forte, que surge de años de práctica actoral y del Máster de Teatro y Artes Escénicas de la UCM, donde obtuve matrícula de honor. Actualmente investigo la teoría y práctica del autoconocimiento actoral en el Doctorado en Estudios Teatrales de la misma universidad. La metodología combina técnicas actorales norteamericanas y coaching GROW+.

Se necesita experiencia previa en cursos de improvisación o teatro.

C/ del General Palanca 7, Madrid · @teatroforte

QUIERO RESERVAR MI LUGAR →