

## Fotográfián alapuló Művészetterápia Tematikája

A művészetterápia lényege a minősítés nélkülség. Fototerápiás foglalkozásaimon sem az lesz a legfontosabb célom, hogy megtanítsam őket a fényképezés technikai és kompozíciós szabályaira, hanem az, hogy képesek legyenek érzéseiket, hangulataikat, az adott témakörhöz kapcsolódó véleményüket vizuálisan (is) kifejezni.

Gyakorlati foglalkozásokon két megközelítést szeretnénk használni. Az egyik az önkifejezés egyik formájaként a fotográfiához kapcsolható alkotó folyamat élményének megtapasztalása, a másik, az alkotás (fotó, illetve a fotográfiát felhasznált grafikák) befogadása közben létrejövő érzések - gondolatok kifejezése illetve képekhez való társítása.

Alkotás közben a belső érzések kívülre kerülnek, így objektívebben szemlélhetőek mind az alkotó, mind a befogadó számára. A kép hatása a lényeg, ami beindítja az érzelmi folyamatokat és nem minősíti a kép készítőjének másságát. Az alkotás közben lezajló lelki folyamatok, a pozitív élmények megtapasztalása segítséget nyújthatnak a személyiség fejlődésében.

A fotográfia segítségével megtanulhatnak másként tekinteni a világra. A kamerán keresztül felfedezhetnek olyan részleteket, melyek a hétköznapi életben észrevétlenek maradnak. A fényképezőgép által más perspektívából tekinthetnek a környező világra, a különleges kompozíciók, illetve korrekciós programok segítségével a saját nézőpontjuk szerint mutathatják be (akár több szemszögből is) megörökített pillanatot.

A fotográfia mellett más vizuális technikákat is használunk az alkotói folyamatban. Foglalkozásainkon nem csak egymást fényképezhetik, hanem eldönthetik azt is, hogy hogyan szeretnék a kamera előtt és kamera mögött állni. Az elkészült portrék kópiája része lehet egy képzőművészeti alkotásnak is.

Sokszor észre sem vehető a különbség a sérült, vagy nem sérült alkotó képei között – ugyanúgy érezhetőek a lelki indíttatások, az, hogy mit szeretnék közvetíteni a külvilág számára. Úgy tapasztaltam, hogy a értelmileg sérült ember a külvilágot bátrabban, szépérzékét hasonló szinten tudja megjeleníteni, mint hasonló korú nem sérült ember. Az alapvető fotográfia és vizuális szabályok megértésében nagy segítséget nyújt a digitális technika, hiszen azonnal láthatóvá válik az exponált kép, a képfeldolgozás során pedig könnyen korrigálhatóak a technikai és kompozíciós hibák, tehát jóval nagyobb a sikerélmény.

A foglalkozásokat hasonló menetben tervezem mind a gyermekeknél, mind a felnőtteknél. Fontosnak tartom, hogy egy csoport tagjainak száma ne lépje túl a 8 -10 főt, hiszen csak így lehet teljes koncentrációval a csoporttagokra figyelni egyenként és így működik könnyebben a csoportenergetika, az egymásra figyelés is. Az órai (elméleti) foglalkozások minimum két órák (ez természetesen függ a csoport terhelhetőségétől is) Az is szükséges, hogy a zárt szakmai foglalkozások résztvevői ne cserélődjenek. A külső helyszíneken, a kirándulások, illetve a táborok alkalmával

tárgulhat a foglalkozás időtartama és a résztvevők köre (akár több csoportra oszthatóan is).

## **Felnőtt csoport foglalkozásainak menete**

Első alkalommal a bemutatkozás után mindenkiről készítünk két portrét (arc és egészalakos) Ez után cserélődnek a szerepek. Mindenki lesz modell és fotográfus is, megismerkedhetnek az alapvető kompozíciós szabályokkal, eközben gyakorolhatják a kép kivágást. Ehhez a foglalkozáshoz olyan helység szükséges, ahol felhasználhatjuk a kintől bejövő természetes fényeket.

Második alkalommal levetítem a képeket és mindenkiről készül kópia (nyomtatás) is. Ezt a képet helyezheti bele mindenki egy általa készített műalkotásba.

Ehhez szükséges eszközök, A3-as papír, olló, ragasztó, színes ceruza, pasztellkréta

Harmadik alkalommal egy külső helyszínen tervezünk fotózást. Házi feladatként kérem, hogy a következő alkalommal mindenki hozzon egy kiskori képet.

Negyedik alkalommal „megismerkedhetünk” a csoporttagok kiskori arcával. Ha van valakinek élménye (verbális lehetőségektől függően) ezeket elmesélheti. Mindenkiről készül egy portré kiskori képével együtt.

Házi feladatként kérem, hogy mindenki fényképezze le szobájának azt a szegletét, amit meg szeretne mutatni a többieknek.

Ötödik alkalommal a személyes környezet bemutatását tűztük ki célul. Ez a foglalkozás akár lehet valamelyik lakóotthonban is, ahol további képeket készíthetnek az ott élők mindennapjaikról.

Hatodik alkalommal újra külső helyszínen fényképeznénk, külön figyelve a részletekre (szép virágzó fa, különleges mintázatú kő, stb. )

Hetedik alkalommal a külső helyszínek fotóit átnézve megismerkedhetnek a fotókorrigálási technikákkal gyakorlatban is.

Nyolcadik alkalommal az előzőleg kiválasztott egy-egy tájképet háttérként használhatnak egy alkotáshoz (ehhez a feladathoz is szükségünk lesz olyan eszközökre, melyek jól láthatóak a képeken: filc, pasztellkréta)

Kilencedik alkalommal újra szabadtéri fotózást tartunk: megismerkedhetnek a kültéri portréfotózás lehetőségeivel, a fény és árnyék képi hatásaival.

Tizedik alkalommal átnézzük az elkészített képeket, gyakorolhatják a képkorrigálást . Kiválaszthatják 3-3 legkedvesebb saját készítésű fotójukat, melyet a következő alkalomra lenagyíttatunk.

Tizenegyedik alkalommal átnézzük egymás képeit. Beszélgetünk arról, hogy melyik kép milyen hangulatot tükröz, esetleg milyen élményt hoz fel.

Úgy gondolom, hogy ekkorra már felkészültünk a táborra, ahol minden nap fényképezünk és az aznapi képeket át is beszéljük. Minden napra tervezek közös beszélgetést, játékot.

A képfeldolgozás, válogatás a tábor után történik meg. Arra fogok törekedni, hogy minél több bemutatható és publikálható fotó készüljön.

A 18 év alattiak tábor előkészítő foglalkozásait két helyszínesre terveztem. Két külső helyszínes és két beltéri foglalkozást tartunk, ahol hasonló tematikával dolgozunk, mint ahogy feljebb is említettem.