



## Warsztaty Fotografii Terapeutycznej

**Zapraszamy na dwa spotkania warsztatowe.**

Każdy trwa 4 godziny (10.00-14.00). Można skorzystać z dwóch lub jednego.

Na warsztaty możesz ze sobą zabrać osobę towarzyszącą: dziecko (powyżej 11 roku życia), przyjaciela/przyjaciółkę, współmałżonka i innych.

Podczas każdego ze spotkań zapoznasz się z kilkoma technikami fotografoterapeutycznymi, wyodrębnionymi przez Judy Weiser i szeroko stosowanymi w naszym kraju przez fotografoterapeutów, coachów i terapeutów, m.in. przez Joannę Szelugę i Aleksandrę Skwara z Akademii Górnośląskiej.

Przekonasz się, jak bardzo uniwersalnym językiem jest fotografia i jak bardzo zatrzymuje Cię w chwili obecnej, wspierając uważne życie.

Poczujesz, że fotografia rozwija i pomaga w uświadomieniu i nazwaniu potrzeb oraz emocji. Nauczysz się czytać zdjęcia i usłyszysz, jak inni czytają Twoje fotografie. Doświadczysz ogromnego znaczenia gratulowania/nagradzania innych, czyli pełnienia roli facylitatora w fotografii terapeutycznej i fotografoterapii.

### **Sobota 17.06. – „Uważne patrzę na siebie”**

Spotkanie poświęcone jest portretowi i autoportretowi w fotografoterapii, samorozwoju. Pracować będziemy z użyciem wcześniej przygotowanych autoportretów, selfie. Przed nami wiele prób, doświadczeń siebie, wspólnych refleksji w nowym lub głębszym spojrzeniu na siebie w perspektywie czasu i przestrzeni. Czeką nas prace indywidualne (wykonanie autoportretu oczywistego) i późniejsza praca w grupie tzw. „aleja (auto)portretów”.

Idąc aleją odczujesz rolę fotografoterapii na sobie oraz innych uczestnikach oraz przećwiczysz tzw. "clean language".

Również zapoznamy się z symbolicznym portretem wykonanym za pomocą cyjanotypii i reyografii.

### **Niedziela 18.06 – „Jestem w drodze”**

Drugie spotkanie będzie próbą określenia i nazwania aktualnego celu (małego lub dużego) i znalezienia odpowiedzi na temat, w którym miejscu swojej drogi jestem dzisiaj, a w którym miejscu chcę być jutro?

Poszukamy drogowskazów ułatwiających odczytanie potrzeb i celów z pomocą fotografii terapeutycznej. Wykorzystamy do tego pracę w parach m.in. krótki plener fotograficzno-fotografoterapeutyczny.

Każdy wybierze zdjęcia symbolizujące jego cel.

Będziemy pracować z użyciem różnych fotografii oraz z zastosowaniem wybranych technik fototerapeutycznych i fotografii terapeutycznej (praca indywidualna oraz w grupie).

#### **WARSZTATY PROWADZI:**

**Karolina Kozyra-Ignut** - fotografka, historyk sztuki (UKSW), foto-terapeutka, i absolwentka podyplomowych studiów Fotografia w terapii i rozwoju osobistym w Katowicach (GWSH); posiadająca doświadczenie w pracy z dorosłymi oraz dziećmi i młodzieżą.

Swoją przygodę z fotografią terapeutyczną rozpoczęła w przestrzeniach SDK w 2019 roku; samo medium fotograficzne i jego wyjątkową moc doskonali od lat '90. ubiegłego wieku; warsztaty z fotografii terapeutycznej prowadzi od wiosny 2022 roku.

#### **INFORMACJE ORGANIZACYJNE:**

##### **Termin spotkań to 17 i 18.06:**

Są dwie możliwości

- 1) Wybór jednego terminu sobota lub niedziela (w godz. 10.00-14.00)
- 2) Skorzystanie z całego weekendu: sobota + niedziela (w godz. 10.00-14.00)

**Miejsce:** Staromiejski Dom Kultury, Rynek Starego Miasta 2, Warszawa  
- możliwość uczestniczenia online (ZOOM)

##### **- Inwestycja / opłata:**

- 1) jedno spotkanie 110 zł.
- 2) dwa spotkania 220zł

##### **ZAPISY do dnia 11.06.2023**

Zapisz się przez formularz: <https://forms.office.com/e/AQssFumvfg>

Kontakt do koordynatorki kursu: [malgorzata.graczyk@sdk.pl](mailto:malgorzata.graczyk@sdk.pl) / tel. 501754916