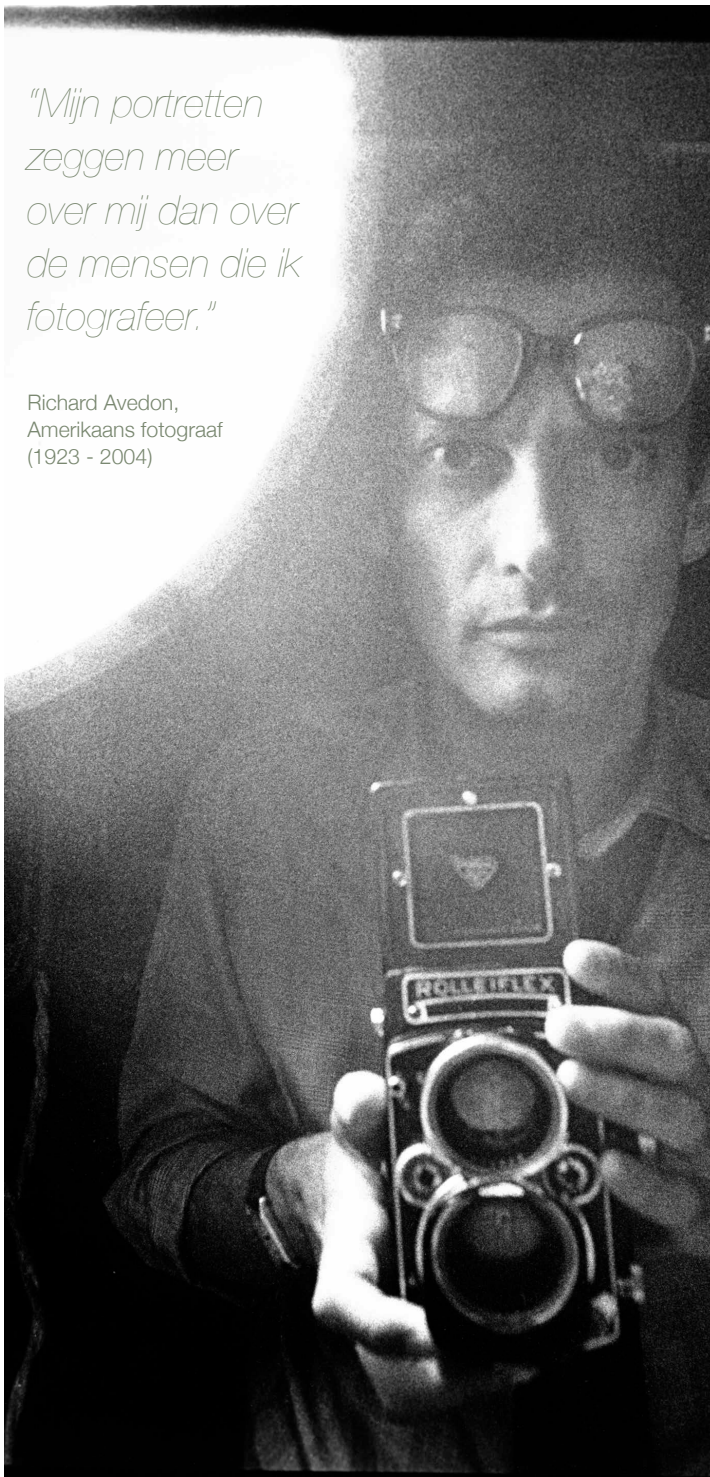


*"Mijn portretten
zeggen meer
over mij dan over
de mensen die ik
fotografeer."*

Richard Avedon,
Amerikaans fotograaf
(1923 - 2004)



Wat heb je nodig?

Je hoeft voor deze module geen profi camera te hebben. Een eenvoudige digitale camera is prima! Eventueel kan je ook je mobiel gebruiken (als je je telefoonfunctie dan wel uit kan zetten).

Je hebt ook een usb kabeltje nodig voor het uploaden van foto's. En zorg voor een volle accu!

Iets voor jou?

Deze module is wat voor jou als je:

- het leuk vindt om foto's te maken;
- graag creatief bezig bent;
- soms het gevoel hebt dat je anderen niet begrijpt;
- of dat anderen jou niet begrijpen;
- wilt groeien in zelfvertrouwen.

Opgeven?

Geef je op voor deze module via het moduleformulier of in overleg met je behandelcoördinator.

Liever eerst even overleggen? Dat is prima!
Neem gerust contact op.

Gerben Oosterhuis
Beeldend Therapeut

E: gerben.oosterhuis@eleos.nl
T: Intern nummer 193

SpiegelReflectie I module fotografie



SpiegelReflectie

SpiegelReflectie

module fotografie

‘Mentaliseren’, dat is waar het in deze module om gaat. Maar wat is dat eigenlijk?

Mentaliseren is nadenken over wat een ander zou kunnen bedoelen, voelen of wensen en tegelijkertijd ook blijven nadenken over je eigen gevoel, wens of verlangen.

We doen dit allemaal, de hele dag door. Maar dit gaat niet altijd goed. Als je erg verdrietig of boos bent of je bent juist somber of lusteloos, dan loopt het mis. Je verliest het contact met jezelf of je verliest het contact met de ander.

Mentaliseren gaat vaak vanzelf. Maar het lastige is: Juist als je het echt nodig hebt is het erg moeilijk om het te blijven doen.



In deze module ga je oefenen met mentaliseren met behulp van fotografie. Het leuke van fotografie is: we doen het allemaal! Vakantiefoto's, foto's van een leuke gebeurtenis, foto's van vrienden, met je mobiel of met een camera, voor facebook of whatsapp.

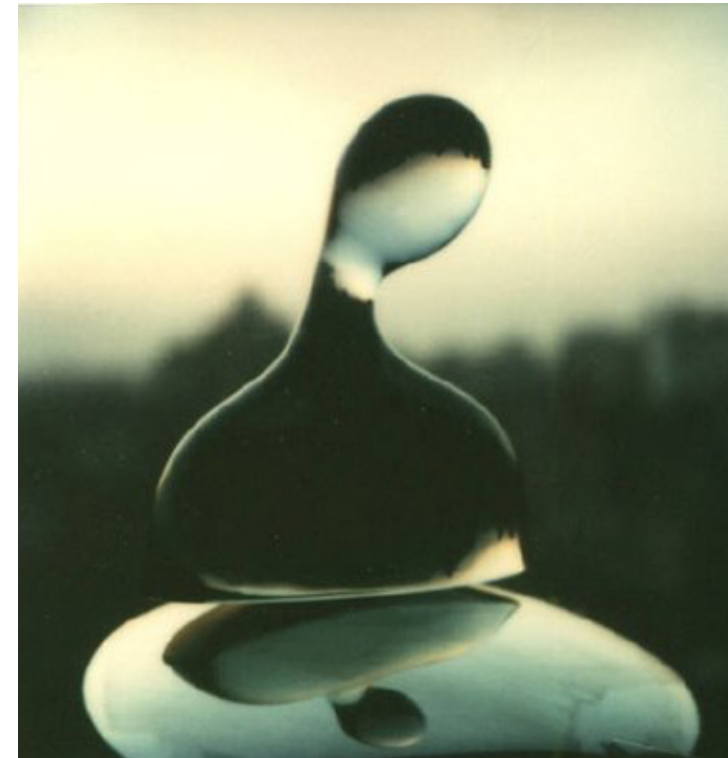
De foto's die je maakt zeggen veel over hoe je kijkt, waar je op let en wat je belangrijk vindt. In een foto zie je iets van jezelf terug. Daarom is de naam van de module: SpiegelReflectie.

Wat?

In de module gaan we aan de slag met verschillende werkvormen. Sommige doe je individueel, andere in tweetallen of in de hele groep. De ene keer ligt de nadruk op foto's maken, de andere keer op foto's bekijken en bespreken. De onderwerpen verschillen: foto's van dingen, foto's rond een thema, portretfoto's, zelfportretten, foto's van vroeger.

‘Je begrepen voelen, komt voort uit de ervaring dat dat de ander contact heeft met wat je voelt en denkt, dat hij jou in gedachten heeft en dat gaat verder dan woorden.’

Fonagy & Bateman (grondleggers M.B.T.)



Doelen

- Je oefent met mentaliseren: afstemmen op de ander en jezelf.
- Je ontdekt waarin je van anderen verschilt en waarin je op anderen lijkt.
- Je maakt kennis met creatieve vormen van fotografie.
- Je zelfvertrouwen wordt groter.

Waar en wanneer?

- Dinsdagochtend van 9.15 tot 10.30 uur
- Iedere week
- 9 bijeenkomsten
- In de beeldende therapieruimte

