



TALLER DE AUTOCONOCIMIENTO A TRAVÉS DE LA FOTOGRAFÍA

IMPARTIDO POR

AMPARO MUÑOZ MORELLÀ
ANDANAFOTO.COM

LUGAR

IN-ALAS CENTRO DE PSICOLOGÍA-
TERAPIA GESTALT

DEL 9 AL 11 DE NOVIEMBRE 2018

PRESENTACIÓN



Normalmente no solemos reflexionar acerca de cómo somos, de qué nos hace felices o nos ilumina los días a no ser que algo rompa nuestra estabilidad.

En la educación reglada o no, en los medios de comunicación o en la vida cotidiana no suele hablarse de autoconocimiento. Casi todo lo que se dice y enseña pertenece al exterior. Ni los medios analizan o informan, ni la educación se ocupa de la situación interior del ser humano. No hay literatura científica de carácter psicológico o pedagógico suficientemente honda e interesante con la que poder reflexionar sobre quién, por qué, cómo o para qué.

Sin embargo, el autoconocimiento es una condición indispensable para interiorizar, mejorar y crecer como personas. Si no sabemos quiénes somos esencialmente ¿cómo vamos a reconocer lo que queremos o por qué hacemos las cosas?

Las respuestas a las cuestiones *qué hago yo en la vida* y *quién soy yo*, pasan por una reflexión interior, paulatina y sosegada y no tanto por la información exterior. Y es en este punto donde la fotografía puede ser la herramienta que facilita el acceso a este mundo interior.

A través de las imágenes del propio cuerpo, del espacio que se ocupa en la familia, del análisis del propio trabajo fotográfico, podemos llegar a desvelar suavemente y como en un juego estas preguntas clave.

La fotografía habla de aspiraciones y retos, de una forma de mirar la vida. Tomamos muchas decisiones cuando decidimos mostrar una imagen, lugar, espacio, encuadre, forma, tipo de cámara, edición, selección, revelado... y son estas decisiones las que nos definen.

Las imágenes son la historia de nuestros cuerpos, de nuestras vidas, de nuestras aficiones, vivencias y proyectos. Una fotografía tiene sentido cuando se encuentra con la mirada del espectador, contemplando nos damos cuenta de que nos contemplamos a nosotros mismos. Y esa es la clave: **darse cuenta**.

CONTENIDO

- **Derecho a la mirada y a la propia creación.**
- **Autorretrato como imagen corporal: Mis disfraces, mis emociones, mi autenticidad.**
- **Itinerario corporal. Mis secretos y mis miedos.**
- **Álbum de familia - Identidad y pertenencia.**
- **Análisis de imágenes significativas y del propio trabajo. Proyección fotográfica. La imagen como respuesta.**
- **Artistas referentes y formas de conocerse a través de la imagen.**
- **Herramientas necesarias para iniciar un proyecto fotográfico personal. Creatividad y modos de trabajo.**

LA FOTOGRAFÍA HABLA

Con técnicas proyectivas, descubrirás que tus fotografías dicen mucho de ti; puedes reflexionar, explorar y expresar tus intereses, saber y reconocer todo aquello que puede hacerte más feliz. Las imágenes establecen una conexión directa con lo emocional a través de su carácter simbólico y metafórico, permitiéndonos desarrollar un enfoque único y encontrar soluciones creativas a nuestras ideas.

AMPARO MUÑOZ MORELLÀ



Psicóloga, fotógrafa y docente. Cuenta con más de 20 años de experiencia en la intervención comunitaria y la integración social. Investiga y acompaña a personas que apuestan por la fotografía como estrategia para potenciar su creatividad y como herramienta de crecimiento personal, desarrolla una importante labor divulgativa a través de artículos, masterclass y cursos en materias como la fotografía y la psicología o el acompañamiento de proyectos fotográficos personales. Autora del libro "Fotografía para crecer. Guía práctica para enseñar fotografía en la infancia y adolescencia"

JAVIER SANCHO BOILS - APOYO TÉCNICO



Fotógrafo, docente y creador de plataformas online. En la actualidad es director de ANDANASolutions.com, donde se dedica a potenciar la presencia en internet de empresas y emprendedores proporcionando soluciones web innovadoras, fotografía de producto profesional y formación. Autor del libro *Fotografía mejor para vender más*. Profesor colaborador en el Postgrado Experto en *Retail* y Gestión de punto de venta de la Universidad Europea de Valencia.

Excelente comunicador, su energía arrolladora y estilo directo te permitirán conocer perfectamente tu cámara y te facilitarán el crecimiento de tu técnica fotográfica.

PARA QUÉ HACER ESTE TALLER

Para conocer que la fotografía puede ser una importante herramienta de autodescubrimiento en todas las etapas de la vida.

Para reflexionar sobre la propia identidad.

Para entregarse a la imaginación y encontrar el sentido a la propia creatividad.

Para realizar un recorrido revelador sobre las inseguridades y los miedos, pero también los recuerdos y lo mejor de uno mismo.

Para aprender a ser con mayor libertad.

Incluye el curso online autoconocimiento a través de la fotografía de ANDANAFOTO, para que puedas continuar explorando.



A QUIÉN VA DIRIGIDO

A todas aquellas personas que aman la fotografía y sienten que tienen mucho que descubrir con ella.

A personas interesadas en su desarrollo y crecimiento personal.

A profesionales terapeutas que quieran explorar la fotografía como herramienta.

No va dirigido a las personas que buscan una atención terapéutica o médica.

No se requiere ninguna experiencia y puedes utilizar cualquier cámara.



HORARIO

Viernes 9 de noviembre: de 16.00 a 19.00 horas

Sábado 10 de noviembre: de 10.00 a 14.00 y de 16.00 a 19.00

Domingo 11 de noviembre: de 10.00 a 14.00

MATERIAL Y CERTIFICADO

En el taller obtendrás un dossier con todas las herramientas que utilizemos: contenidos, materiales, textos y ejercicios y el desarrollo técnico y teórico de la fotografía como herramienta de descubrimiento y crecimiento personal. Además obtendrás un certificado de realización: **CURSO DE ESPECIALIZACIÓN DE AUTO-CONOCIMIENTO A TRAVÉS DE LA FOTOGRAFÍA.**

IMPORTE

250 € hasta 30 de Septiembre de 2018. Después 300 €.

Incluye Taller + comida del sábado + materiales + curso online + certificado

Reserva de plaza 100€

+ INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN

**In-Alas Centro de Psicología-Terapia Gestalt
Doctor Fleming 31
La Coruña**

Teléfono. 685 439 993

inalascentro@gmail.com

Cuenta bancaria: ES51 0182 1820 4502 0155 5092