

„Exhibición de fotografía”

Creatividad aplicada a la tristeza

Proyecto „Creating Wellbeing”

CREATIVIDAD APLICADA A LA TRISTEZA

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD

EXHIBICIÓN DE FOTOGRAFÍA

2. DESCRIPCIÓN

En esta actividad, los cuidadores ayudan a las personas mayores a desarrollar sus habilidades creativas y a aliviar los sentimientos de tristeza tomando fotografías de su entorno y comentándolas.

Las fotografías pueden tener una temática creativa y exponerse en las zonas comunes de una residencia o en otra zona accesible, o en línea para los que estén en atención domiciliaria.

3. OBJETIVOS

- Ayudar a la persona mayor a superar los sentimientos de tristeza tomando fotografías de objetos y vistas que le interesen, compartiéndolas con otros y hablando de ellas.
- Desarrollar la capacidad creativa a la hora de reflexionar sobre los temas para las fotografías y tomar fotografías desde diferentes ángulos, puntos de vista.
- Desarrollar la capacidad de observación y reflexión, así como la capacidad de discusión sobre sus gustos, disgustos y opiniones en relación con los temas de las fotografías.

4. RECURSOS Y MATERIALES

- Una cámara o un teléfono con cámara
- Una impresora
- Un tablón de anuncios o un lugar adecuado para colocar las imágenes impresas

5. IMPLEMENTACIÓN – INSTRUCCIÓN

1. Atrae a la persona mayor mostrándole un conjunto de fotografías o imágenes de cosas que puedan interesarle, como flores, paisajes, animales, etc. Puede hacer una búsqueda de imágenes en línea en su teléfono o portátil. Pregúntales sobre sus pensamientos y sentimientos al ver estas imágenes, por ejemplo: "¿Qué te parece esta foto?", "¿Te gusta?", "¿Por qué / Por qué no?", "¿Cuál es tu favorita?".
2. Diles que ahora van a tomar algunas fotos propias para hablar de ellas contigo (y con los demás). Pregúntales qué les gustaría fotografiar de su entorno inmediato; también puedes salir con ellos o dar un paseo.
3. Si tienen un teléfono móvil, pueden utilizar la cámara. Si no, puedes permitirles que usen la tuya. Intenta hacer entre 5 y 10 fotos.
4. Revisa cada foto y habla sobre ella, como en el paso 1.
5. Imprime las fotografías y colócalas en una zona común (si estás en una residencia) o considera la posibilidad de subirlas a una plataforma en línea si está solo en un centro de atención domiciliaria, como Flickr o Instagram (puede que tengas que ayudarles a abrir una cuenta).
6. Anímalas a que pongan un título a cada fotografía y, si es posible, una descripción. Hazles partícipes a los demás formulando una pregunta junto a la descripción y deja un bolígrafo y un papel para que hagan comentarios.
7. Si te encuentras en una residencia, considera la posibilidad de reunir a un grupo de residentes para discutir las fotografías, siguiendo las preguntas guiadas de la etapa

8. A continuación, puedes animar a los demás a crear sus propias exposiciones y debatir sobre un conjunto diferente de fotografías la semana siguiente.

6. POSIBLES MODIFICACIONES E INSPIRACIONES

Identifica un tema específico que una serie de fotografías, por ejemplo: flores; cosas que encontramos en el jardín; cosas que son importantes para mí; cosas que son interesantes o inusuales, cosas de un color o tamaño similar, cosas que tienen un uso específico o inusual, primeros planos, etc.

También puedes involucrar a otros residentes/personas mayores para crear un concurso entre ellos o una exposición con múltiples colaboradores y considerar la posibilidad de hacer una ronda de evaluación en la que los demás voten por sus favoritos.

7. RESULTADOS ESPERADOS

1. Además de los objetivos enumerados anteriormente, las personas mayores deben comprometerse positivamente tanto con los sujetos de las fotografías como con las personas con las que hablan.
2. Se desarrollarán y practicarán sus habilidades creativas.
3. También deben desarrollar sentimientos de orgullo al ver sus fotografías expuestas y que otras personas se relacionen con ellas.
4. Por último, como resultado adicional, el bienestar de las personas que ven y discuten las imágenes también debería aumentar, a través de la participación y la discusión de esta mini exposición de arte (fotografías).

8. PREPARADO POR



El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente la opinión de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.





Funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union