



EFTI, MODOS DE MIRAR

efti | CENTRO INTERNACIONAL
DE FOTOGRAFÍA Y CINE

FOTOGRAFÍA TERAPÉUTICA: Creatividad y autoconocimiento

*“No vemos las cosas como son,
sino como somos”
Jiddu Krishnamurti*

Vivimos en un mundo visual, rodeados de imágenes que nos llegan a través del cine, la publicidad, la televisión, las redes sociales... Cada vez resulta más fácil hacer fotos gracias a los teléfonos móviles y lo hacemos de manera habitual para registrar experiencias, viajes y recuerdos. Pero la fotografía, no solo es una herramienta de registro de la realidad, sino que puede utilizarse como una poderosa herramienta de introspección, ya que muestra tanto del tema fotografiado como de la persona que lo capturó. ¿Qué miro? ¿Cómo miro? ¿Qué incluyo y qué excluyo? Las fotografías que tomamos hablan de quiénes somos. La imagen es una superficie de proyección donde reflejarnos y puede ayudarnos a conocernos mejor. En este sentido la fotografía tiene efectos terapéuticos, ya que favorece el proceso de toma de conciencia y de autoconocimiento. Además, como cualquier otra actividad artística nos conecta con las cualidades de nuestro hemisferio derecho: emoción, intuición, capacidad de disfrute, de estar presentes en el aquí y el ahora, conexión con nuestra fuerza vital y capacidad de cambio.

El propósito del taller es acompañar a los/las participantes en el proceso de descubrimiento de los mensajes que transmiten sus fotos, encontrando y reconociendo las historias que están dentro de ellos/as y necesitan ser contadas y las emociones que necesitan ser expresadas. Utilizaremos la fotografía como herramienta para explorar nuestro mundo interior y mostrarlo al exterior.

Conocernos mejor a nosotros nos ayuda a conocer mejor al otro y al mundo. También nos ayuda a definir quiénes somos como creadores, a encontrar nuestro lenguaje visual único y personal.

Se propondrán dinámicas que favorezcan la exploración espontánea y lúdica en un ambiente de confianza y respeto hacia la individualidad y la autenticidad.

Exploraremos 3 formas de acercarnos a la fotografía: **como espejo** para mirarnos a nosotros/as mismos/as, **como ventana** para mirar a nuestros vínculos y nuestro entorno y **como pantalla** donde proyectarnos al pasado y al futuro.

Duración: 2 meses aprox, destinando dos semanas a la preparación del proyecto final. Un total de 36 horas lectivas a lo largo de 9 clases de 4 horas cada una y una tutoría individualizada.

Tipo de clases: prácticas y teóricas con contenidos prácticos.

Máximo 14 alumnos/as por grupo.

FOTOGRAFÍA TERAPÉUTICA

programa

TALLER 1. ¿QUÉ DICE DE MÍ MI MIRADA?

Normalmente consideramos que el impulso de mirar parte de los ojos y se dirige al tema que llama nuestra atención, pero en este taller vamos a considerar que el movimiento es inverso, que es la escena la que nos atrae y hace que nuestro ojo mire. Al hacer fotografías nos sentimos atraídos de manera natural hacia determinadas formas y temas que de alguna manera hablan sobre nosotros/as y nos representan, aunque muchas veces no seamos conscientes de ello. Utilizaremos la fotografía para desvelar los mensajes ocultos tras la aparente selección casual de la mirada y entrar en diálogo con ellos.

CLASE 1. HACIENDO CONSCIENTE LO INCONSCIENTE 4 horas

Introducción al análisis de las imágenes tomando conciencia del material personal que proyectamos sobre las mismas. Reflexión sobre la manera de mirar. Ejercicio de apropiación consciente del material proyectado.

CLASE 2. CONSCIENTE E INCONSCIENTE FOTOGRAFIANDO JUNTOS 4 horas

Ejercicio práctico de toma de fotografías explorando alguno de los temas encontrados en la clase anterior. Análisis y comentario de las fotografías tomadas.

TALLER 2. LA FOTOGRAFÍA COMO ESPEJO

La fotografía puede ser una excelente herramienta para reflexionar sobre la auto imagen y la auto representación: ¿Cómo me veo? ¿Cómo me ven? ¿Qué quiero mostrar de mí? ¿Qué oculto? Solemos identificarnos con una imagen de nosotros mismos que es parcial e incompleta. La fotografía nos ofrece la posibilidad de reflexionar sobre nuestra identidad y ampliar la visión que tenemos de nosotros mismos. Los prejuicios no solo están en los ojos de los demás, sino en los nuestros propios. La identidad no es fija e inmutable, sino que está en proceso de evolución y nos permite abrirnos al cambio y a mirarnos con nuevos ojos.

CLASE 3. EXPLORANDO MI IMAGEN 4 horas

Utilizaremos el autorretrato como una invitación para la exploración personal, a través de la metáfora y la representación de nuestro cuerpo y rostro.

CLASE 4. TRASCENDIENDO MI IMAGEN 4 horas

Buscaremos expandir nuestro auto concepto, explorando lúdicamente facetas menos conocidas u ocultas de nuestro ser.

TALLER 3. LA FOTOGRAFÍA COMO VENTANA

La fotografía puede ser una ventana a través de la cual mirar hacia otros seres y al mundo. Cuando fotografiamos se crea una conexión con lo fotografiado, ya sea una persona, un paisaje, un animal o un objeto. El acto de fotografiar puede ser un acto íntimo, de denuncia, de amor, un grito, una llamada de atención... Utilizaremos la fotografía para explorar nuestra manera de relacionarnos, vincularnos y estar en el mundo.

CLASE 5. MIS VÍNCULOS 4 horas

Exploración de los juegos de relación que se producen entre el fotógrafo y el sujeto durante el acto fotográfico. ¿Qué pasa en el acto de mirar y ser mirado? ¿Qué quiero mostrar de ese otro/a al que observo? ¿Qué reconozco de mí en él o en ella?.

CLASE 6. MI ENTORNO 4 horas

No sólo nos vinculamos con personas, sino con espacios, paisajes, ciudades, objetos, casas, países... Dejamos nuestra impronta en lugares y somos marcados por ellos de alguna forma. Utilizaremos la fotografía para explorar nuestra relación con nuestro entorno.

TALLER 4. LA FOTOGRAFÍA COMO PANTALLA

La fotografía puede ser una pantalla para viajar en el tiempo y atesorar la memoria. Posee la capacidad de congelar un momento presente y convertirlo en eterno, ganándole la carrera al reloj que nunca se para y a los recuerdos que inevitablemente se borran. La fotografía nos ayuda a recordar. Su realidad es una afirmación de existencia. Las fotos son pruebas de que algo sucedió en un espacio y un tiempo determinado. Nos pone en contacto con el pasado, con nuestra historia y aunque sea menos frecuente, también podemos usar las imágenes para proyectarnos al futuro y dar forma a aquello que todavía no la tiene.

CLASE 7. VIAJE AL PASADO 4 horas

Ejercicio práctico de exploración fotográfica utilizando material autobiográfico. Nos inspiraremos en aspectos de nuestra vida para generar una narración fotográfica y reflexionar sobre nuestra historia.

CLASE 8. VIAJE AL FUTURO 4 horas

Utilizaremos las imágenes como superficie de proyección de nuestros deseos y anhelos para acercarnos a su posible materialización.

FOTOGRAFÍA TERAPÉUTICA

TALLER 5. ENTREGA DE TRABAJOS Y DESPEDIDA

De los ejercicios realizados durante los 4 talleres anteriores se propondrá al alumno/a que explore alguno de los temas más en profundidad.

CLASE 9. TUTORÍA INDIVIDUALIZADA 20 minutos

Tutoría individual de 20 min de duración.

CLASE 10. ENTREGA DE TRABAJOS Y DESPEDIDA 4 horas

Entrega de trabajos. Dinámica de despedida y cierre.

Dirección

Beatriz M. Barrio

Acceso

Conocimientos básicos de fotografía. Ganas de explorar creativamente el medio fotográfico y curiosidad por utilizar las imágenes como herramienta para el auto conocimiento y el desarrollo personal.

Titulación

Al final de curso se te entregará un diploma acreditativo.

Prácticas personales

Además de asistir a tus clases podrás realizar más de **50 horas de prácticas** fijando personalmente los días y las horas, según los horarios establecidos para las prácticas, desde las 10.00h hasta las 22.00h y los sábados por la mañana, según el calendario establecido en las normas generales de la escuela.

Particularidades en el horario:

Después de la clase 8, el alumno/a dispondrá de dos semanas para realizar su trabajo personal. La tutoría individualizada se realizará a lo largo de esas dos semanas en las que no habrá otras clases.

Próxima convocatoria

Miércoles de 17:30 a 21:30h.
Comienza el **18 de enero de 2023.**

instalaciones y materiales

¿QUÉ FOTOGRAFÍO
YO?

¿QUÉ FOTOGRAFÍAN
OTROS?



En EFTI encontrarás más de 4.500m² dedicados en exclusiva a la fotografía y al cine, una sala de exposiciones, 8 platós equipados con material de última generación (dos de ellos industriales, El Hangar de 650 m² y La Nave de 450 m²), 3 aulas de postproducción equipadas con ordenadores *Mac*, 2 aulas de edición, 7 aulas teóricas, una sala de retoque y postproducción, una sala de edición y etalonaje, una sala de cine, biblioteca, espacio de *coworking*, un aula magna, un espacio multidisciplinar con capacidad para 150 personas y una sala de préstamo de material para realizar tus prácticas dentro de la escuela (cámaras, fotómetros, disparadores infrarrojos, fondos, ventanas, paraguas, trípodes, etc.)

Todos los materiales que se utilizan en las clases, están incluidos en el precio del curso. Durante tus estudios y dependiendo del curso que realices, podrás disponer de un material de última generación que es renovado y revisado constantemente.

71 ordenadores *Mac* con las últimas versiones de *Photoshop*, *Lightroom*, *Capture One* y *Premiere* instaladas.
22 cámaras *Canon*; *EOS 1DC*, *EOS 1D Mark IV*, *5D Mark III*, *5D Mark II*, *7D* y *600D*
2 Cámaras *Fuji serie X*
2 Cámaras *Hasselblad 503*
2 Cámaras *Phase One*
1 Cámara *Fuji GFX 50S*
1 Cámara *Panasonic GH5s*
3 Respaldos digitales de medio formato *Phase One*
4 Cámaras *Black Magic 2,5k*
2 Cámaras *Black Magic 6H Pro*
1 Cámara *Ursa Mini 4k*
21 Ópticas *Samyang UMC* de cine montura *Canon*
5 Ópticas *Samyang Xeen* de cine montura *Canon*
6 Ópticas *Dzofilm Vespider Prime*
13 Ópticas *Olympus*
15 Ópticas *Fuji*
7 Ópticas *Tamron*
Ópticas *Canon* serie L

28 Cabezas de flash de estudio autónomas *Profoto*
4 Generadores *Profoto B8*
2 Generadores *Profoto B4*
6 Antorchas *Profoto Prohead Plus UV 500w*
8 Flashes de mano *Canon*, *Nikon* y *Metz*
1 Estativo de hombro
2 *Slider Varavon* de 32 pulgadas
2 Monitor *Shogun Atomos*
1 Monitor *Ninja Atomos*

Luz continua Cine y Fotografía:
Arri HMI Fresnel 6k, *2,5k*, *1,2k*, *575w*
Arri HMI CinePar, *1,2k*
Profoto Daylight HMI 800w, *400w*
Arri Fresnel Tungsteno, *5k*, *2k*, *1k*, *550w*, *300w*
Kit DedoLight
KinoFlo Fluorescencia Flat Head, *4 bank 120*, *4 bank 60*
Equipos y accesorios *Desisti*, *FilmGear*, *Profoto Tungsteno*, *Chimera*, *Avenger*, *Manfrotto...*

En la biblioteca de la escuela puedes encontrar más de 4.000 libros y *Dvd's* de fotografía, de libre consulta en los horarios establecidos y por supuesto, puedes llevártelos a casa.

y mucho más...

No te pierdas **Los Viernes de EFTI** de asistencia gratuita y abiertos a cualquier persona, sea alumno/a o no, coloquios, conferencias, presentaciones, mesas redondas, etc., siempre de contenidos fotográficos.

Todos los años publicamos un número de **Exc!**, una publicación comisariada y cuidada con una selección de algunos de los mejores trabajos de alumnos/as que han pasado por nuestro Master Internacional de Fotografía y Gestión de Proyectos.

En **efti.tv** puedes disfrutar viendo videos, making off de algunas clases, entrevistas a profesionales que han pasado por EFTI o por nuestras salas de exposiciones, tutoriales, etc.

Todos los meses se inauguran exposiciones fotográficas en la sala de exposiciones de EFTI o en Galería Cero.

El carné de EFTI, es un **carné internacional de estudiante** que te permitirá disfrutar de descuentos en todo el mundo. También puedes solicitar tu **carné CasanovaFoto - EFTI (gratuito)** que te permitirá acceder a muchas ventajas en cuanto a compra y alquiler de material.

EFTI | CENTRO INTERNACIONAL DE FOTOGRAFÍA Y CINE

C/ Fuenterrabía 4, 6 y 13
28014 Madrid (España)

Teléfono

+34 91 552 99 99

Información general

efti@efti.es

Información cursos

informacion@efti.es

Contacto cursos

cursos@efti.es

Exposiciones

exposiciones@efti.es

Horario de escuela

De 9.00h a 22.00h

Horario de oficina

De 9.00h a 14.30h y de 16.00h a 18.30h