

FOTÓ, MINT MŰVÉSZETTERÁPIÁS ESZKÖZ

A művészetterápia egyre nagyobb hangsúlyt kap, a ma használatos terápiás módszerek között. Különösen **ott hatékony, ahol a verbális kommunikáció akadályozott**, vagy a trauma olyan mély, hogy szavakkal ki sem fejezhető. Az **alkotó folyamat megmozgat, felszínre hoz olyan erőforrásokat a személyiségben, amik más módszerekkel nem megközelíthetők.**

A Fotó-terápiát azért tartom nagyon jó eszköznek, mert a mobiltelefonok, amikkel fényképezni lehet „kéznél vannak”, és már a gyerekek is könnyen, szívesen használják. Nem kell hozzá sok eszköz (festék, papír, zeneszerszám, szövegtanulás, stb.), csak a személy, a fényképezőgép, és a tárgy, táj, amit fotózni akar.

Bege Nóra fotóművész által vezetett terápiás foglalkozásokon készült fotók, magukért beszélnek! Meglepő, hogy „milyen jól látnak” a résztvevők. Milyen érdekes módon képesek kiemelni valamit, a látott valóságból..

A Kiállítás megnyitóról két élményemet emelném ki:

1. **Nausch Ákos, (SM) - nem hittem a szememnek**, egy elegáns (szürke nadrág, szürke ing és piros tvisztpulóver), jólápolat (jó frizura, ápolt szakáll), vidám, nyílt tekintetű fiatalember ült a kerekesszékekben. Amikor először találkoztam Vele, egy depressziós, ápolatlan, elkeseredett férfit láttam. És a fotója!! Víz alatti felvételen egy fürdőruhás alak, hosszú haja lebeg körülötte. **Ez az ember „újjá született” a Fotóterápia által!**
2. **Hegedüs Ádám**, (autista, nem beszél) - amikor a megnyitót tartó Hölgy, Őt is kihívta, odaállt a mikrofonhoz és „**beszélt(!)**”, az volt az érzésem, ha lett volna még idő, hang is jött volna ki a torkán! **Városkép című fotója fantasztikus(!)**, alulról fotózva, az ég felé összetartó háztömb ablakai – különleges látásmódra utal!

Nagyon ígéretesnek tartom a fotózást (a művészetterápiákat) a klienseink terápiájában!

Budapest, 2017.11.27.

**Janzsó Szilvia
pszichológus
DOWN Alapítvány**