

THE SELF-PORTRAIT EXPERIENCE®



**Il workshop
completo**

a Milano, presso

**BOTTEGA
IMMAGINE**

**CORSI, WORKSHOP
MOSTRE E INCONTRI**

Utilizzare l'autoritratto per stimolare la creatività e l'esplorazione di sé

Un workshop di Cristina Nuñez

Che cosa avviene in The Self-Portrait Experience?

- The Self-Portrait Experience permette a chiunque di sperimentare intensamente il processo creativo, e sotto la guida dell'artista, imparare a trasformare la propria interiorità in arte.
- Nell'autoritratto siamo, allo stesso tempo, autore, soggetto e spettatore. La potente dinamica tra i 3 ruoli spinge il nostro Io Creativo a "parlare" con il linguaggio dell'arte e le iconografie.
- Stare di fronte all'obiettivo stimola un dialogo tra la mente pensante e le viscere per attingere da un'inesauribile fonte di contenuti, che hanno bisogno di essere espressi.
- Il progetto completo di autoritratto può diventare un progetto "madre" che farà nascere tanti progetti "figli" in futuro.
- Continuiamo a dialogare con le immagini in profondità, utilizzando criteri artistici specifici.



Dopo le emozioni...

- Il workshop completo è dedicato a chi ha già realizzato il primo weekend intensivo sul tema delle emozioni. Chi non lo ha ancora realizzato, potrà farlo il 18-19 febbraio.
- Dopo le emozioni, ci sono tanti esercizi di autoritratto, che i partecipanti realizzeranno per conto proprio: il mio corpo, i miei luoghi, i miei personaggi, le mie radici. Nella seconda parte, si fotografano le proprie relazioni personali e nella terza parte, il proprio rapporto col mondo.
- E' essenziale imparare a fare gli esercizi per conto proprio, in modo da mettere in pratica il metodo da soli e così continuare ad esplorare la propria vita, scegliendo i luoghi, le luci, le inquadrature.
- Si impara anche a percepire le immagini in profondità, a farle dialogare tra di loro e a costruire il proprio progetto di autoritratto.





Obiettivi

CONTRIBUIRE A RAFFORZARE LA PROPRIA IDENTITÀ CREATIVA

- Innescando il processo creativo a partire dalla propria interiorità
- Lavorando sulla fonte stessa della creatività
- Lavorando sulla percezione e scelta delle opere fotografiche con l'aiuto di criteri artistici specifici
- Lavorando sul dialogo tra le opere e la costruzione del progetto di autoritratto

CONTRIBUIRE A MIGLIORARE L'IMMAGINE INTERNA DI SE'

- permettendo di scoprire i propri punti di forza
- stimolando una maggiore consapevolezza di sé
- attivando processi di riflessione necessari alla propria evoluzione

CONTRIBUIRE A MIGLIORARE L'IMMAGINE PUBBLICA DI SE'

- permettendo che gli altri vedano le proprie qualità
- stimolando una nuova apertura alla relazione con l'altro
- attivando la condivisione e la collaborazione in gruppo

Il metodo, gli esercizi

Il metodo completo propone un viaggio esplorativo di tutti gli aspetti della vita umana, e una metodologia per la percezione e scelta delle immagini, per il dialogo tra opere e la costruzione dei progetti di autoritratto. In ogni weekend si esplorano esercizi diversi di autoritratto:

IO : emozioni, competenze, essenza, personaggio, luogo, corpo, radici.

IO E L'ALTRO: autoritratti relazionali (famiglia, amicizia-amore, lavoro)

IO E IL MONDO: autoritratti con i propri gruppi (famiglia, lavoro, comunità) e gruppi sconosciuti.



Il workshop completo

Questo workshop lungo è il proseguo, dopo il primo weekend intensivo dedicato alle emozioni, per completare il metodo, consiste in 3 weekend intensivi, circa uno al mese:

- Primo weekend intensivo: si lavora sugli altri esercizi della prima parte: il corpo, il personaggio, i luoghi, le radici.
- Secondo weekend intensivo: si lavora sugli autoritratti relazionali (amicizia, amore, famiglia, lavoro)
- Terzo weekend intensivo: si lavora sugli autoritratti coi propri gruppi o con la comunità sconosciuta, e si costruiscono i progetti individuali di autoritratto.



Autoritratti condivisi in studio, ed esercizi da fare per conto proprio

- Per il primo weekend, gli esercizi da fare sono quelli della prima parte (personaggio, luogo, essenza, competenze, corpo, radici), che Cristina Nuñez invierà ai partecipanti appena fatta l'iscrizione, in modo che questi possano portare il lavoro fatto al primo weekend intensivo.
- Per il secondo weekend, gli esercizi da fare sono quelli della seconda parte (autoritratti relazionali), che verranno dati durante il primo weekend, in modo che i partecipanti portino i lavori fatti al secondo weekend.
- Per il terzo weekend, gli esercizi saranno quelli della terza parte (autoritratti coi propri gruppi o con la comunità sconosciuta), che i partecipanti realizzeranno per conto proprio e porteranno al terzo weekend.
- Durante i weekend intensivi verranno comunque realizzati autoritratti condivisi, individuali (primo weekend), a coppie (secondo weekend) e in gruppo (terzo weekend), nello studio allestito a scuola.



Primo weekend intensivo: 17-18 marzo 2012

Venerdì 17 febbraio (attenzione: la presentazione del workshop di marzo è il 17 febbraio. Chi non possa assistere riceverà gli esercizi da fare via email):

21 – 23: Cristina Nuñez presenta il workshop, mostrando tante immagini realizzate dai suoi allievi, per conto proprio, spiegherà il programma e darà gli esercizi da fare per conto proprio.

Sabato 17 marzo:

9.30 – 19 : Sessioni individuali di autoritratto nello studio fotografico professionale, 30 minuti per persona, realizzando l'esercizio del **personaggio**. Ogni partecipante scatta i suoi autoritratti completamente da solo, seguendo le istruzioni di Nuñez. Poi Nuñez lo accompagna nella lettura intuitiva e la scelta delle opere.

Gli altri membri del gruppo lavoreranno in piccoli gruppi sulle immagini prodotte per conto proprio, applicando i criteri per la percezione e scelta e il dialogo tra le immagini e cominceranno a costruire sequenze, il primo passo per costruire il proprio progetto di autoritratto.

Domenica 18 marzo:

I piccoli gruppi condividono il lavoro fatto sabato e domenica mattina, con l'intero gruppo. Discussione aperta. Esercizi psico-fisici.

Secondo e terzo weekend: 12-13 maggio e 16-17 giugno

Sabato 12 maggio:

9.30 – 13 : Sessioni di autoritratto a coppie nello studio fotografico professionale, 30 minuti coppia, realizzando l'esercizio delle relazioni. Poi Nuñez li accompagna nella lettura intuitiva e la scelta delle opere.

Gli altri membri del gruppo lavoreranno, tutto il giorno, in piccoli gruppi sulle immagini prodotte per conto proprio, applicando i criteri per la percezione e scelta e il dialogo tra le immagini e cominceranno a costruire sequenze, il primo passo per costruire il proprio progetto di autoritratto.

Domenica 13 maggio:

I piccoli gruppi condividono il lavoro fatto sabato e domenica mattina, con l'intero gruppo. Discussione aperta. Esercizi psico-fisici.

Sabato 16 giugno:

9.30 – 10.30 : Autoritratto di gruppo nello studio fotografico professionale. Poi Nuñez li accompagna nella lettura intuitiva e la scelta delle opere.

Dalle 10.30 in poi, si lavorerà in piccoli gruppi sulle immagini prodotte per conto proprio.

Domenica 17 giugno:

I piccoli gruppi presentano il lavoro realizzato, si commenta in gruppo e si finalizzano i progetti di autoritratto.

Che cosa portano a casa i partecipanti?

- Una metodologia che gli permette di lavorare su di sé, producendo arte a partire dalla propria vita, per raggiungere una maggiore consapevolezza e accettazione di sé e per ritrovare la propria “epica”.
- Imparano a leggere le immagini, non solo le proprie, in profondità, una competenza molto importante oggi. Imparano a far dialogare le immagini tra di loro, a comporre dittici e sequenze e a costruire e presentare i propri progetti.
- Un progetto personale di autoritratto, composto di opere eseguite insieme all’artista Cristina Nuñez, e opere realizzate da loro stessi.
- Il workshop completo è la prima parte nella formazione sul metodo The Self-Portrait Experience. La seconda parte, che si organizzerà successivamente, consiste nell’applicazione del metodo su altre persone, per diventare FACILITATORI DI AUTORITRATTO. Quindi, per i terapeuti ed educatori una metodologia innovativa da utilizzare nella loro pratica. Per i fotografi e artisti, un nuovo mestiere, oggi molto richiesto in molti contesti sociali.



Cristina Nuñez

- Nata a Figueras (Spagna) nel 1962, Cristina Nuñez è un'artista-fotografa di talento. Ha realizzato numerosi progetti, pubblicati ed esposti in Italia e all'estero: Body and Soul, un libro di ritratti e nudi (Premio Marangoni 1994, Firenze); All'Inferno e Ritorno, sugli ebrei sopravvissuti allo sterminio nazista; Cielo in Terra, un viaggio attraverso la spiritualità europea (Premio Mosaïque 1996, Ministero di Cultura del Lussemburgo); lo Sono, sulla liberazione dalla droga (2000), Young Italian Gentle Men (Valentina Edizioni, Nov. 2006) e Someone to Love (TPS Books, 2010).

Dopo un'adolescenza da tossicodipendente, Nuñez comincia a scattare autoritratti nel 1988 come auto-terapia. Dal 2005 tiene workshops di autoritratto per incentivare la creatività e la conoscenza di sé in Italia, Finlandia, Spagna, Lussemburgo, Canada e negli USA, in scuole, università, accademie, carceri, aziende e centri di salute mentale.

- Nuñez scrive regolarmente sul suo metodo innovativo sulla stampa nazionale ed internazionale e su pubblicazioni accademiche quali l'European Journal of Psychotherapy and Counselling, Routledge, London, e l'Università di Bologna. A novembre 2010 è uscito il suo libro SOMEONE TO LOVE, la sua autobiografia in autoritratti e il manuale di autoritratto che espone la sua filosofia e il suo metodo. SOMEONE TO LOVE è stato esposto al Mois de la Photo di Montréal 2011, Canada.



CRISTINA NUÑEZ

Gran Via de les Corts Catalanes 780, 5-2
08013 Barcelona (SPAGNA)

www.cristinanunez.com

www.self-portrait.eu

Informazioni ed iscrizioni:



www.bottegaimmagine.it

BOTTEGA IMMAGINE

Tel +39 333.2694845

P.Iva 06195210965

email: info@bottegaimmagine.it