

Harjoitus: Valokuvaustehtävä

Tavoite:

Tutustut itseesi ja arkielämääsi valokuvaamisen kautta.

Ohje:

Tässä harjoituksessa havainnoit omaa elämääsi valokuvaamalla aitoa ja oikeaa arkeasi. Kuvien avulla voit tutustua omaan itseesi.

Valokuva arjen tilanteita elämässäsi. Kuvaa kaikkea sellaista, joka on oleellista omassa elämässäsi.

Kuvaa myös asioita, joiden uskot olevan muistamisen arvoisia ja tärkeitä vielä kymmenien vuosienkin kuluttua.

Kuvaa myös tunnepitoisia tilanteita, kuten

- naurua
- itkua
- onnea
- epäonnea
- ärtymystä

Anna tunteiden, katseiden ja ilmeiden tulla valokuvissa näkyviksi. Kuvaa myös tekemällä tehtyjä ilmeitä. Kuvaa omia erilaisia puoliasi ja persoonallisuutesi piirteitä.

Kuvaa kehoasi, vaikka varpaiden välejä, korvia, ryppyjä, mahaa, napaa... Jätä kuitenkin navan alla oleva alue vain itsellesi tai näytä kuvat hyvin harkitusti.

On sallittua nähdä itsensä hyvänä.

Muista kuitenkin, että sinulla täytyy olla lupa kuvien ottamiseen kaikilta kuvissa esiintyviltä. Kuvaamisella ei saa loukata toisia ihmisiä.

Mitä löysit kuvista? Voit myös kirjoittaa havaintojasi: