



我影我心

創意攝影工作坊及展覽

2011 - 2014

我影我心

創意攝影工作坊及展覽
2011-2014



	目錄		
06	前言		
08	計劃介紹		
	工作坊作品 1 . 2 . 3		
	第一部份：攝影就是咁簡單		
12	1.1 藍曬		
16	1.2 Light Drawing		
22	1.3 針孔照相		
	第二部份：相片「大騎劫」		
28	2.1 Fotomo		
30	2.2 拼作業		
32	2.3 攝影 × 線裝書 × 花與萬花筒		
34	2.4 翻書動畫Flip book		
		第三部份：自作業	
		38	3.1 自畫自貼
		42	3.2 迷你的我
		44	3.3 小汽球是你我他
			工作坊作品展覽 1.2.3.4
		50	1. 香港藝術中心包氏畫廊
		51	2. 香港中央圖書館展覽館
		52	3. 香港文化中心大堂
		53	4. 香港藝術中心賽馬會展廊
		55	工作坊及展覽紀錄
			三年過後，這是他們的想法
		66	導師 Q & A
		70	醫護人員如是說
		72	「藝術家」如是說
		74	我們的背景

我看「我影我心」

藝術在醫院一向相信藝術有「自」療的力量，不論是哪一種藝術媒體，只要是以合適的方法用在適合的受眾身上，便能發揮到想像以外的作用，達到意想不到的效果。「我影我心 — 創意攝影工作坊及展覽」就是一個非常好的例子。

每當在工作坊裡，我們總會看到那些年輕的參加者在這樣的情景裡：

拿著相機，去探索一些從未嘗試過的角度；
在期待照片從相片打印機印製出來的焦急；
運用親自拍攝的相片製作獨一無二的藝術創作後，看著作品滿意地微笑

無論是純攝影的練習，或是以攝影來表達自己感受的創作，這一幅一幅的藝術品，都是他們創作上的里程碑。而這書也是這個計劃的里程碑，將作品結集成書，作為這個計劃的總結，展示參加者在這三年的創作成果。

在此，我們要感謝與我們合作的醫護人員，沒有他們對我們的支持、信任及參與，我們便不能成功地完成這個計劃。

最後，我們要衷心感謝香港公益金資助這個三年的計劃，使我們可以作較長線的服務。

鄭嬋琦
藝術在醫院總監

創作「安多芬」

從科學研究所得，做運動可以令人體製造出安多芬，一種被稱為「快樂賀爾蒙」的好東西。在這三個年頭裡，我見證了藝術創作也可以製造出這種好傢伙來。

三年的「我影我心」過去了，留在我腦中很多深刻的片段，不能盡錄，但這些片段總卻離不開一個主體印象：喜悅。它是來自創作中得到的滿足，人與人之間的溝通（對於思覺失調病友來說是有點難度），甚或是突破自己的成就感。有次見到一些參加者到臨展覽場地參觀工作坊作品展時，我在想，隨著時日過去，當照片褪色，甚至消失之後，還剩下甚麼？答案是，參加者得到的不只是他們在工作坊裡拍出來一張一張的照片，而是創作中帶給他們既美好且愉悅的回憶。這可以從工作坊後收來的回應中證實，最多的留言不是感謝導師教曉他們如何拍一張完美無瑕的照片，怎樣拿捏最好的角度，而是享受到從創作中得著快樂的感覺。

在現今影像爆炸，不用消費底片的年代，對於大部份人來說相機手機普遍得如便利店一般，唾手可得，可以不用腦袋的按下快門、取消照片，又按下快門，再取消照片。但每當在工作坊中，看著每位參加者認真地看待每一堂的攝影機會，我幻想著他們每人都背著一個「創作安多芬推進器」推動手指按下相機的快門，拼貼著面前的藝術作品，打破自己的牆與別人合作及分享。我真的希望這些喜悅的回憶可以成為他們每日生活的推動力，繼續走那條康復的道路。

梁可茹
計劃統籌

我影我心-創意攝影工作坊及展覽

攝影是一種平易近人的藝術，只要按一下快門，便成為自己獨一無二的創作。青年人喜愛隨心隨意的玩意，拿著照相機，將眼看見影像的用相機捕捉下來，表達他們此時此刻的感覺。

自2011年起，我們在香港不同的醫院裡與思覺失調科的青年病者，以不同的攝影器材及方法，探索攝影的可能性。以照片作為一個起點，加上其他藝術的表達形式，創作出獨特且富創意的作品。無論參加者是否認識藝術、懂攝影，是進行個人創作，或是小組合作，他們總是大膽地嘗試，投入地討論。雖然作品不是出自什麼大師的手筆，沒有高超的攝影技巧及價值高昂的器材，藉著他們的創作，展現出他們勇於嘗試的心、無盡的創意，及他們當下的心情及內心世界。

參與是次計劃的朋友，包括來自伊利沙伯醫院、青山醫院、葵涌醫院、九龍醫院、聯合醫院、大埔醫院、東區尤德夫人那打素醫院的病友及其家人，醫護人員等。

除了工作坊外，我們曾於兩處的醫院畫廊，包括伊利沙伯醫院及東區尤德夫人那打素醫院，及香港中央圖書館、香港藝術中心、香港文化中心舉行工作坊作品展，讓公眾可以分享參加者創作的喜悅。

工作坊
作品
1·2·3



1

第一部份

就是攝影咁簡單

讓我們還原基本步，調教好速度、光暗、距離，以最原始的方法實實在在的拍出照片來。

1.1 藍曬

藍曬法(或稱太陽照片)是一種很古老的拍照方法。將實物放在染有特製藥水的紙上，放在太陽底下，物件的模樣投在紙上，再用清水將藥水洗掉，便得出清晰可見的物件形象，就像拍照一樣。





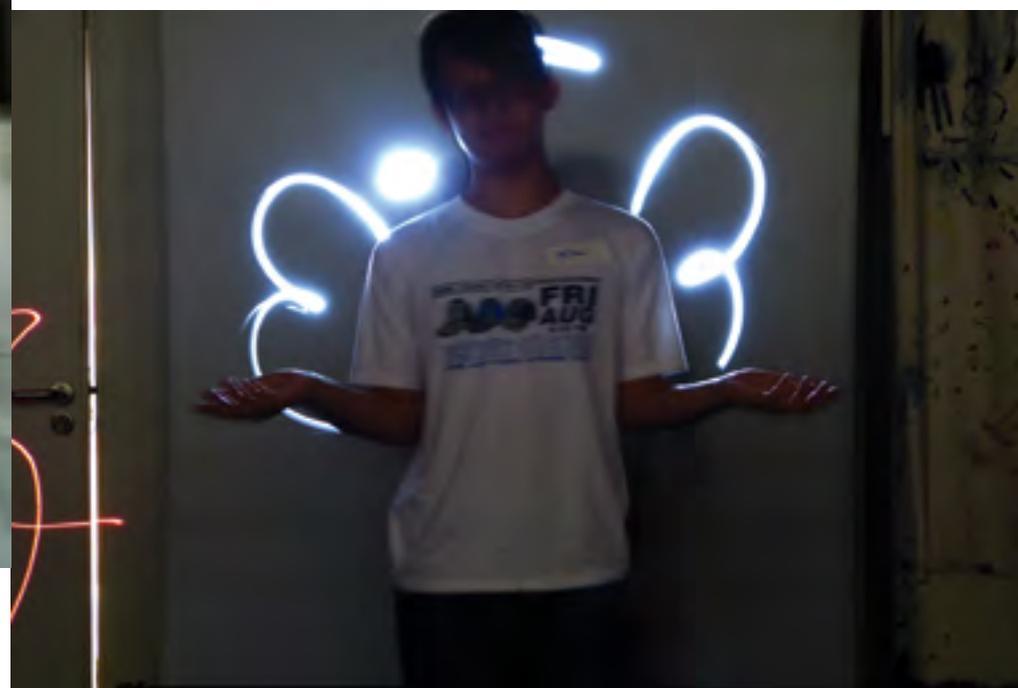
[14]



[15]

1.2 Light Drawing

一種時間與速度競賽的攝影方式。以電筒作光源，大動作地於空氣中繪畫出圖像或文字，把相機快門較慢，拍攝整個繪畫過程。每次拍出來的效果都不同，總是有出人意表的影像。







1.3 針孔照相

針孔相機攝影是一種很原始的攝影方法。現在我們大多數人都擁有先進的數碼相機，但從無到有地製作針孔相機，拍出一張有特別效果的照片，得到很大滿足感！







2

第二部份

相片「大騎劫」

從照片出發，加入其他藝術媒體的元素，讓照片在創作中發揮更大的作用。

2.1 Fotomo

由平面的相片，剪剪貼貼，加加減減，砌成一個立體的場景，便造成有趣的 Fotomo。物件人物景深全部可以自己決定，甚至可以將不喜歡的東西消除。



[28]



[29]

2.2 拼作業

以一張又一張的照片將身邊的環境、自己的身體拼合出來，將細緻部份放大、加長。有否想過任何影像都是一格格的拼湊出來的嗎？



2.3 攝影 × 線裝書 × 花與萬花筒

這是一本沒有文字的書，以照片作為主題，變化萬千的圖案為內容。打開這本線裝書，彈出立體的萬花筒圖案，每本不同，甚有驚喜。



2.4 翻書動畫Flip book

翻書動畫的原理像動畫般，把許多的單格頁面裝訂成書本，快速地翻過去看起來的效果就像是連續性的畫面。

一滴墨一盤水，以相機拍出墨在水中的舞動，甚是浪漫！造一本 FLIP BOOK將它的倩影留下，記著它。看著黑墨在清水中散開、淡化，時似水母，時似煙花，甚有動感！





3

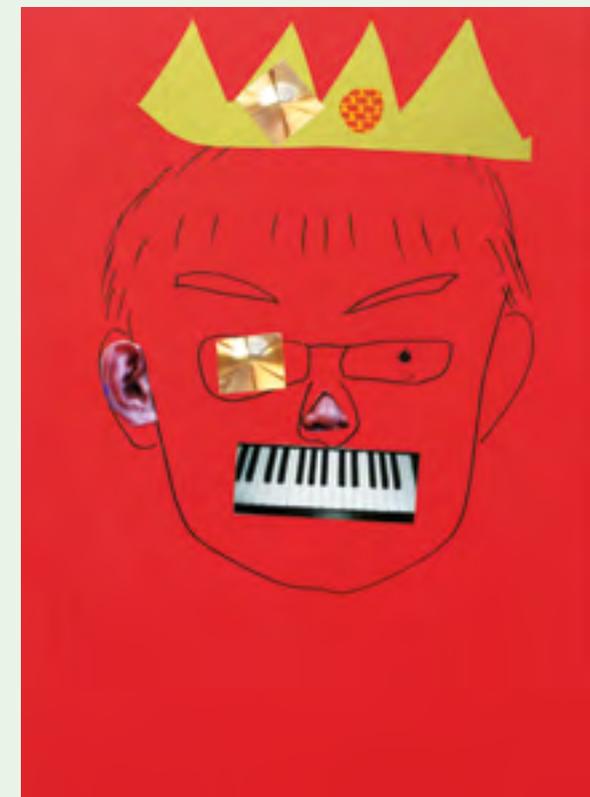
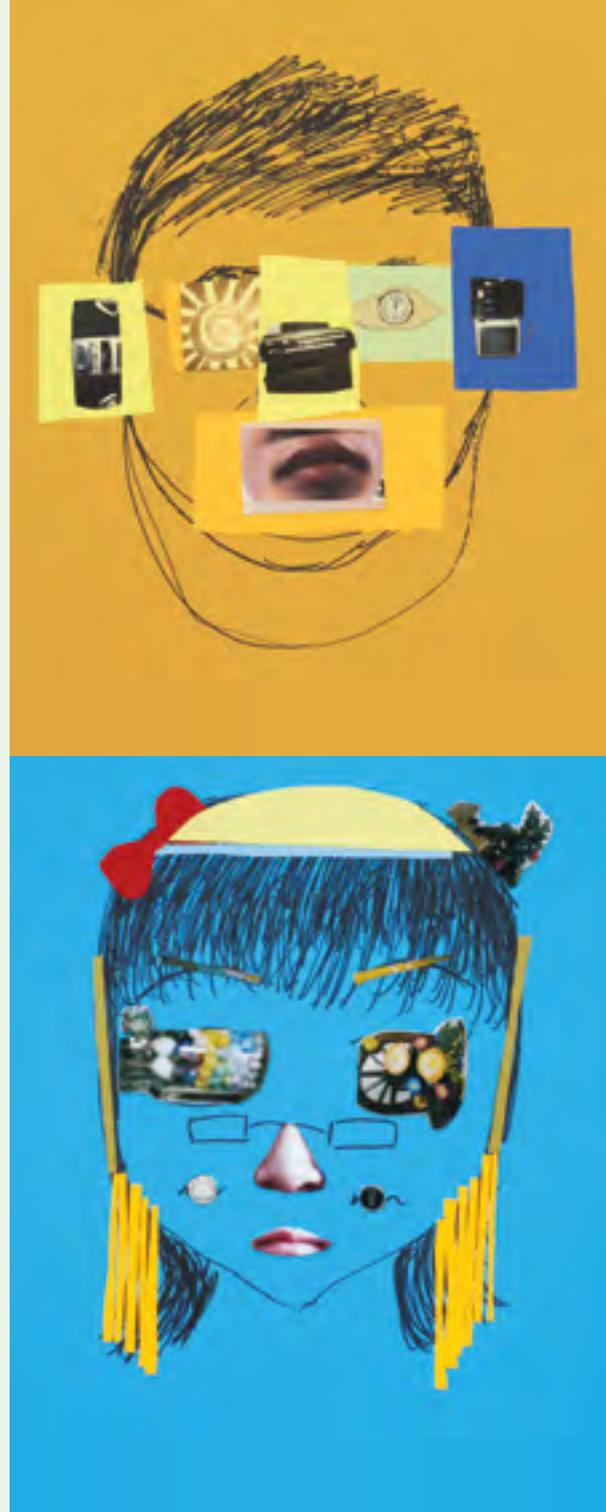
第三部份

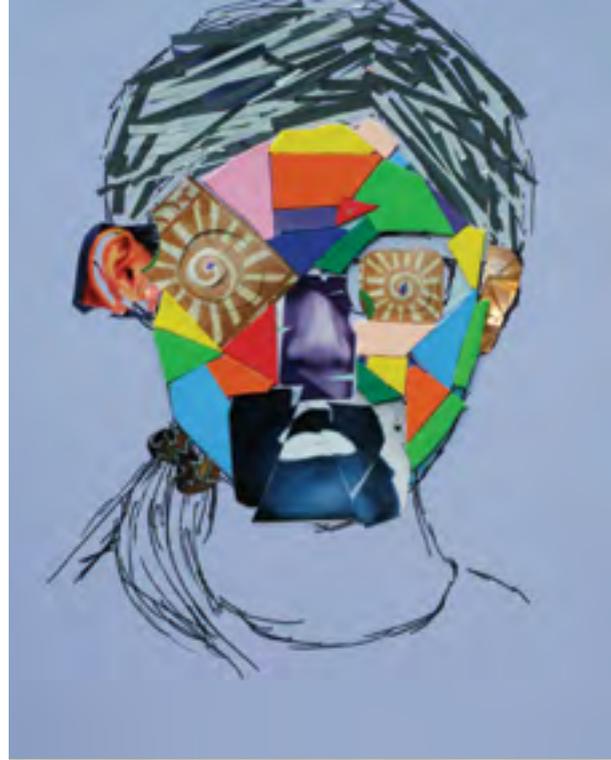
自作業

藉照片再創作，講自己的故事，以自己的角度去了解這個世界，及當中的自己。

3.1 自畫自貼

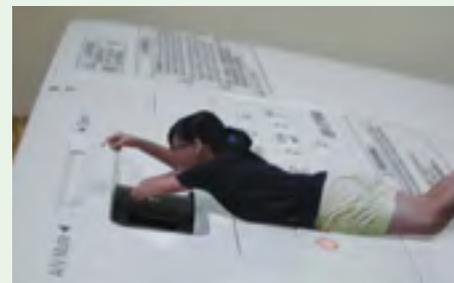
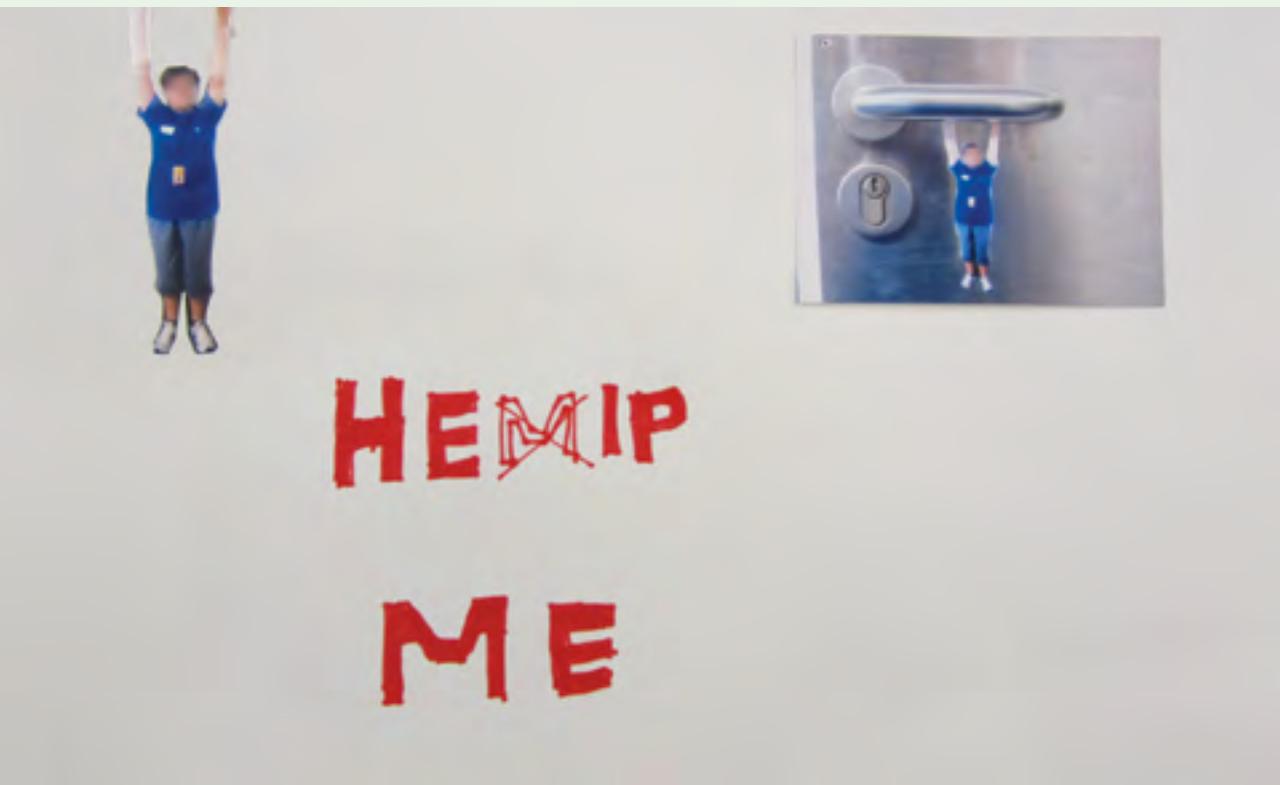
你眼中的自己是怎樣的呢？面圓眼細，或是頭大身細？將自己改造一下吧！以速寫、攝影及拼貼，運用想像力將自己的樣子從新創造出來，變得更加真實，還是更加漫畫化？從這個小習作，可以了解自己多一些，欣賞多一點！





3.2 迷你的我

製造一系列「迷你的我」，再將這個小人國放進大人國的空間裡，創作出一個一個風格迥異的歷險故事。



3.3 小汽球是你我他

試想像這個小汽球就是一個活生生的人物，它會叫什麼名字？會遇上什麼的人和事？就讓你為它加上人物設定，經歷新奇有趣的事情。



不快樂的阿鋒的一天

1. 阿鋒很不開心，他問熊大哥怎樣才能開心一點，熊大哥告訴他打機及睇電視。
2. 阿鋒去了看電視，但仍不開心。
3. 阿鋒去了打機，但仍不開心。
4. 於是阿鋒又去問了多咗阿夢怎樣才能開心，阿夢說去游泳。

5. 阿鋒去了游泳，但依然心情低落。

6. 回到家後，阿鋒的朋友已準備好替阿鋒慶祝生日，阿鋒開心到忘記了。

AIH032

噶噶球外邊全就難辦♡

第19日至24日的外邊，最後外邊的效果是孤單一人。

AIH037



Jenny 在家中，感到眼悶，她出去了玩車，游泳，逛街，但都覺得好悶，直至她與見啤啤，和雪雪，她終於明白朋友的重要。

AIH036

開創的阿球, 樂觀, 快樂, 為食
 1) 阿球開車浪遊世界
 2) 為食阿球遇上童星點10. 類
 3) 雞隻甜品長雪糕
 4) 雪糕出自長記
 5) 之後搭船出海
 6) 同海豚玩要
 AMO27



動靜皆宜, 開朗的小藍之
 1. 有一天約朋友到海邊跑步
 2. 沿路看到大雄叮嚀在跟大家慶祝
 3. 小之向他們拜年, 然後繼續旅程
 4. 海邊有個男孩在讀書, 小之便與他
 起閱讀
 5. 小之繼續向前, 看到飛機在天上飛
 6. 小之與飛機一起向天飛去



憤怒的氣球在氣水機旁
 一天氣球

活潑的回那仔, 學能快樂
 1. 開心地走跑步
 2. 遊船河
 3. 坐在船上風景
 4. 到岸後到長記吃雪糕
 5. 到長記吃雪糕
 6. 然後回到舒適的家

悶悶不樂嘍! 坐在椅子上
 Hello Kitty 在沙路
 踏足

起初是一個沉默, 沒有色彩的人, 之後認識
 很多很多的有不同朋友, 生活變得精彩
 一起活動, 一起聚會, 一起觀光, 人生很
 開心.





工作坊作品
展覽
1·2·3·4

1 香港藝術中心包氏畫廊

2012年8月9至12日

2 香港中央圖書館展覽館

2013年4月11至17日



3

香港文化中心大堂
2013年8月15至22日



4

香港藝術中心賽馬會展廊
2014年4月15至29日





工作坊及展覽
紀錄
2011 · 2014

2011 2012 2013 2014

我影我心 創作全記錄

2011 - 2012



地點：
伊利沙伯醫院

創作活動：
與相中的你我他合作

拍下一張照片，它可以成為你的故事背景，也可以是也與你合作的場景，你站在相中的他身邊，合作再呈現另一個新影像，建構出新的照片。不需要太多的解說，你們的肢體動作已經代替了你們的說話。



2011年5月

至2012年3月

2011年6月

至10月

地點：
青山醫院

創作活動：
拼貼出一個我

火警鐘是你的左眼，路標是我的右眼，他的鼻竟然是華華的座位！先好好的看過自己的臉，再觀察身邊有什麼形狀可以成為你的五官，用相機拍下來，細心的剪裁，拼貼出一個「我」。看來，這個我比真實的我更好看啊！



地點：
九龍醫院

創作活動：
理想通行證



每個人都想實現自己的理想，可是每每想實行的時候，卻是明日復明日。來！用八個小時，設計一本屬於自己的「理想通行證」，催促、提醒自己去實現理想。首先要訂下目標……不！不！不！首先是大量訂下目標，然後為每一個目標設計一個特別的版面，表達出計劃去實現的理想。當達到目標後便可以給自己一個「我做到了！」的小貼紙，作為達到理想的一個小獎勵！完成所有目標後，這本「理想通行證」便成為你的一個里程碑了！

2011年8月

至2012年3月

2012年1月



地點：
香港藝術中心包氏畫廊

展覽活動：
我影我心
創意攝影工作坊及展覽
(2011 - 2012年度展覽)

2012年8月

2012 - 2013



地點：
青山醫院

創作活動：
攝影 × 線裝書 × 花與萬花筒



這是一本沒有文字的書，以照片作為主題，變化萬千的圖案為內容，打開書蓋，彈出立體的萬花筒圖案，甚有驚喜。



2012年7月

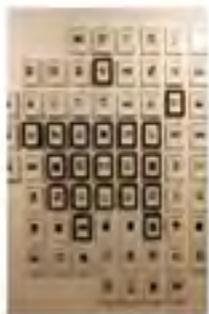
至8月

2012年8月

地點：
葵涌醫院

創作活動：
不同的角度，不同的世界

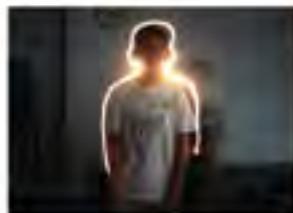
就算大家都明瞭解什麼是「高中低遠近光暗色彩」這些詞彙，可是，你的「高」可能是我的「低」，他的「光」原來近似我的「暗」。於同一個地域，卻展示出不同的風景。新嘗試新發現，以不同的角度去探索一個大家熟悉的地方，到處都有驚喜。



地點：
伊利沙伯醫院

創作活動：
Light Drawing

一個時間與速度裝實的攝影方式。參加者拿起電筒，大動作地於空氣中繪畫出圖像或文字，將相機快門扳機，將整個過程拍下。每次拍出來的效果都可能不同，有出人意表的影像。





地點：
基督教聯合醫院

創作活動：
針孔相機攝影初探

針孔相機攝影是一種很原始的攝影方法。現在我們大多數人都擁有先進的數碼相機，但從無到有地製作針孔相機，拍出一張有特別效果的照片，得到很大滿足感！



2012年11月
至**2013年2月**

地點：
九龍醫院

創作活動：
「許願蛇」

蛇年到！讓我們用照片做一條「線性蛇」，許個願，變成一條「許願蛇」！



2012年12月
至**2013年1月** **2013年2月**
至**3月**



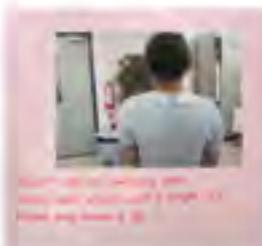
創作活動：
水與墨

一盞墨一盞水，以相機拍出墨在水中的舞動，甚是浪漫！趁一本FLIP BOOK將它的倩影留下，記著它。看著黑墨在清水中散開、淡化，特似水母，特似荷花，特有趣呀！



創作活動：
拼作樂

以一張又一張的照片將身邊的環境、自己的身體拼合出來，將細節部份放大、加長。有否想過任何影像都是一格格的拼湊出來的嗎？



地點：
東區尤德夫人那打素醫院

創作活動：
影後

每個人都有他們自己的故事，就從自己的背影出發吧！



地點：
香港中央圖書館展覽館

展覽活動：
我影我心
創意攝影工作坊及展覽
(2012 - 2013年度展覽)

2013年4月



PHOTO

2013 - 2014



地點：
伊利沙伯醫院

創作活動：
藍曬

古法照相，在未得相機前，植物學家用這個方法去將植物的樣本記錄！現在我們用這方法去為布袋設計喜爱的圖案！



2013年7月

至8月

2013年9月

至10月



地點：
葵涌醫院

創作活動：
FOTOMO

FOTOMO亦可稱為攝影模型。是把數張畫面相同或環境相似的照片，經過局部剪裁及拼貼後，使作品呈現出多角度的立體感。

[62]

地點：
大埔醫院

創作活動：
印影聖誕

印影即有相片創作獨一無二的聖誕裝飾！



2013年12月

至 2014年3月

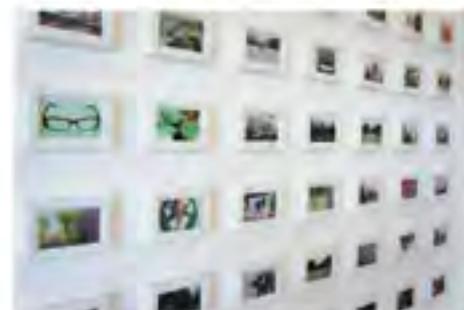
創作活動：
七巧照片

將照片變成七巧板，創作創意拼圖。

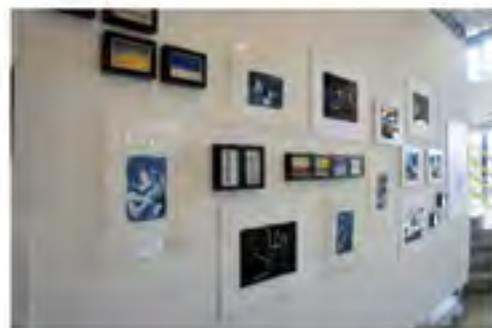


地點：
香港藝術中心賽馬會展廊

展覽活動：
我影我心
創意攝影工作坊及展覽
(2013 - 2014年度展覽)



2014年4月



[63]



三年過後
這是他們的
想法

導師Q & A 「我影我心」攝影工作坊邀請本地來自不同界別的藝術家作為藝術導師。我們很感謝他們付出的愛心、時間，以他們的專業去服務工作坊的參加者。

1.
我覺得攝影是：

2.
我在工作坊中觀察到 / 感受到：

3.
其他感想：

馮程程

劇場編劇及導演

1.
一個跟自己散步聊天的過程

2.
當創造力充滿整個房間時，
空氣頓時變得清新，舒暢！

陳雅姿

藝術治療師

1.
眼看跟心想的某種共鳴。手指於
迅間決定了心想的畫面及構圖。
有時準確滿意，有時卻稍有偏差，
但總是把迅間真實的感覺捉住了，
留下了。

2.
我看到參加者對攝影的好奇，對
畫面的觀察，以及細緻地留意身
邊不同的事物。以相片為本再進
行創作，更加是大膽顯真我。

3.
整個計劃於不同時間及地點舉辦
展覽，對於肯定參加者的創作來
說相當重要！

曾翠珊

電影導演

1.
一個一起記載當下與回憶的一件
事，那瞬間是很明確的，不多也
不少，需要心神很一致。

2.
「我影我心工作坊」對我來說意
義很大，它讓我與學員一起拿著
攝影機回到初心，把當下的情景
與心情一起捕捉，每人眼裡的一
切留下而再現，那是一個美好的
過程。攝影技術發展了那麼多
年，很多技術及質素已大大提
升，但這都是一些表層的變化，
說到攝影的本質還是回到光影，
回到世界，回到人心。

3.
希望每一位學員們都享受到攝影
的美麗與快樂。

陳日明

藝術導師

1.
攝影是一個表達和探索的好工具，讓兩
眼的觸動重現在平面互虛擬世界。

2.
學員在攝影內找到直接簡單的方法，
去展現自己的想法。
同時又讓相機帶動他們重新體驗身邊的
環境。

彭倩嫻

獨立藝術圖書出版人

1.
a. (可能)有關大家每天的生活
b. 人類在進化中的溝通媒介
c. instagram

2.
人類需要被藝術啟發

3.
藝術在醫院一定要好好地做下去

淡水

設計師

1.
觀察與實驗

2.
大家對新事物的好奇與膽量、完成作品的喜悅，一身都鬆晒！

3.
多得大家信任

灰熊

設計師

1.
攝影是一種挑選過程，從現實廣闊畫面中選取出較小的部分。

2.
參加者創作的獨特性及有趣的想法

3.
除看得見個人表達，亦凝聚大家一起交流。

Thomas Lin

攝影師

1.
對現實的即時回應，所以它是最貼近生活的藝術，亦是人人皆可的藝術。

2.
我看到參加者透過身體力行，發揮意志，既自娛亦自療，令我感受到藝術和生命的力量，作為導師的我可謂獲益良多。

3.
記得 Martin Parr 說過：「如果不痛不癢，就不是好的攝影。」我認為，攝影是快樂的事，但如果好的攝影會痛，相信痛後或可帶來一點人生慰藉。

李思惠

藝術導師

1.
其中一種紀錄看過的東西的方法，把那時刻捕捉，亦可喚起記憶。而攝影並不單只輕按快門，更可利用光與影的變化，去呈現無限可能。

2.
光與影的無限可能性，讓我看到年青人，不論處於什麼狀態，只要提供機會及加以鼓勵，也可以發掘自己的可能性。人的心聲「被聽到」，對於肯定個人的自我價值很重要。而思覺失調患者的心聲或想法「被聽到」，不一定藉著聲音或文字，攝影也是很好的途徑。

麥兆豐

攝影師

1.
可以一個是發掘自己、留意身邊人、反映自身與周圍環境，及表達自我內心感受的創作媒介。

2.
院友利用攝影及視覺日記創作出一幅幅表達自己的作品。他們用影像說自己的故事，透過相機欣賞院中的小花園及探索活動空間的可能性：有人或發現被忽略的小植物、有人或發現自己很美、有人或用有限的天空表達內心的靜候甚至憂鬱悶氣。

3.
有些參加者在工作坊中開始建立自己的獨特表達手法，最後感到很滿足。有的發揮了自己潛藏的天份，更加肯定自己。攝影在這小小的空間開了一度新的門，十分有趣。

醫護人員如是說

大埔醫院

職業治療部

對於住院的精神病患者來說，攝影工作坊著實為他們帶來新鮮感和不少樂趣！

有別於一般的治療活動，攝影本身可作為情感表達的媒介。參加者透過創作藝術作品，發揮無限的想像力。藉此加深了對自己和身邊事物的了解，把握發掘自己興趣和潛能的機會。

在與別人合作的過程中，更能提升溝通技巧，學習與他人分享。

此項活動貫徹職業治療中非常重要的概念，那就是常學習、常參與、常連繫。

對醫護人員來說，則能透過此活動從不同角度認識病人的另一面，可說是一個新體驗。

青山醫院

職業治療部

這兩年，「我影我心攝影工作坊」帶給參加者一個又一個了解自己的機會。好動健談的參加者以攝影整理自己多姿多采的想法；沉默寡言的參加者靜靜地以照片拼湊出他們的故事。而我們也得到了治療室以外，另一個了解參加者的平台。

感謝藝術在醫院－我影我心的每位導師及藝術工作者

東區尤德夫人那打素醫院

思治診所

「我影我心攝影工作坊」讓復康者不單學習到攝影的基本技巧，還享受到藝術創作的樂趣，並增加人與人之間的互相溝通和合作，從而擴大生活圈子。他們的作品在展覽中，讓市民能進一步去認識精神病復康者的創意潛能，了解患者如何在康復的路途上努力以赴，為自己及家人而奮鬥；學習面對社會，如何運用自己所長，維持平衡生活及建立支援網絡。

「藝術家」如是說

好好玩，未玩過，好開心！多謝！

各義工們很有耐心及創意，謝謝！

可以加入你們的小組真是十分開心，可以一起溝通，增加說話能力

攝影可以留下回憶，有創意

透過集體活動，病人增加了自信和主動性，在活動的設計上值得一讚

介紹攝影技巧及其他注意事項，很好

用相片去創作很有趣

想學多些攝影方法

我覺得玩得好開心，還有學到攝影知識。

這一次的活動裡，令我學會攝影可以多麼有趣，
經歷過這一次活動令我對攝影有一種好感。

我覺得這個攝影活動很好，多點創意

我參加了這次活動我覺得好開心！我想再參加這次活動！
這個活動令人回味！

我覺得參加了這個攝影工作坊培養我的攝影興趣，增加我的攝影創作。
我好希望我的作品能夠可以在各個醫院畫廊展出。

透過10個月的「我影我心」工作坊後，發現自己有點不足。
現時，我不但重新發掘自己畫漫畫的興趣，現在其他方面，
均重新發掘起來了。

基本上，算是「一切盡在不言中」。真的要說，就是可以盡情想，
盡情笑的時間。印象最深刻，是「3D四格」和「做編輯」這一兩個。
真的很愉快的四日。創作方面，算是有進步吧。可說是大開眼界。

希望可以再有這個活動。

識左好多相機

十分有意義，希望更多人能受惠

我們的背景

《藝術在醫院》是始於一九九四年的社群藝術活動。其後正式註冊為非牟利慈善團體，我們希望為有需要的人藉藝術創作注入抒緩能量，將關懷社群的訊息宣揚開去，並推動醫院藝術在香港的發展。





我影我心

創意攝影工作坊及展覽

2011-2014

藝術在醫院為藝發局資助團體



會員機構



支持機構



*Look and think before opening the shutter.
The heart and mind are the true lens of the camera.*

Yousuf Karsh | Photographer

編輯及統籌：鄭焯琦 梁可茹 梁廣耀

設計：灰熊

出版發行：藝術在醫院有限公司

香港灣仔港道二號三樓303室

電話：2824 5320

傳真：3974 5160

電郵：enquiry@aih.org.hk

網址：www.aih.org.hk

版次：2014年4月初版

印數：1000本

國際書號：ISBN 988-98189-7-3

版權所有：藝術在醫院 © 2014

本書任何部份若未經版權持有人允許，
不得用任何方式抄襲或翻印。



本計劃由香港公益金資助
This project is supported by
The Community Chest

Content

06 Forward

08 Project introduction

Artwork presentation: 1.2.3

Part 1 : Simply Photography

- 12 1.1 Sun Print
- 16 1.2 Light Drawing
- 22 1.3 Pin Hole Photography

Part 2: Photo “Transformation”

- 28 2.1 Fotomo
- 30 2.2 Collage
- 32 2.3 Photography cross over with stitched handmade book and kaleidoscope
- 34 2.4 Flip Book

Part 3: We make what we are

- 38 3.1 Self Portrait
- 42 3.2 Mini Me
- 44 3.3 We are balloons

Workshop Exhibition

- 50 1. Pao Gallery, Hong Kong Arts Centre
 - 51 2. Hong Kong Central Library
 - 52 3. Hong Kong Cultural Centre Lobby
 - 53 4. Jockey Club Atrium, Hong Kong Arts Centre
- 55 Documentation of Workshops and Exhibitions

That’s what they think after 3 years

- 66 Tutors’ Q & A
- 70 Medical Staff Sharing
- 72 Art Tutors’ Sharing
- 74 We are Art in Hospital

Forwards

Art in Hospital has always believed in the hospital art has the power to "self" treatment, regardless of what kind of art media, as long as the method is suitable for use in the audience who will be able to play the role of the imagination beyond the reach unexpected results. "My Photo - Creative Photography Workshop and Exhibition" is a very good example.

Whenever in the workshop, we always see those young participants in such a scenario where:

Holding the camera, explore some of the angles that they never tried before;
Anxiously watching photo printer printed out their photos;
Using the photo personally taken after making a unique artistic creation, smiling with satisfaction while watching the works

Whether it is the practice of pure photography or photography to express their feelings in writing, that a piece of art, is a milestone on their creation. And this book is a milestone in this project will work to integrate knot book, as summarized in this project, showing the participants in this year's creations.

Here, we would like to thank the medical staff to cooperate with us, without them our support, trust and participation, we will not be able to successfully complete the project.

Finally, we would like to sincerely thank the Community Chest of Hong Kong fund the three-year plan, so that we can make a long line of service.

Grace Cheng
Director
Art in Hospital

Creation "endorphins"

Resulting from scientific research, exercise can cause the system create endorphins, a good thing to be known as "happy hormones". In these three years, I have witnessed the art can also be used to create such a good deed.

"My Photo" was finished after 3 years, leaving many deep in my mind fragments, that I could not exhaustive, but these fragments overall impression was inseparable from one subject: joy. It is to meet obtained from the creation, communication (for patients with psychosis is a bit difficult) between people, or even sense of achievement of the own breakthrough. There are times when some participants visited the workshop exhibition then I think, as time goes by, what would be left after all these artworks faded out or even disappeared? The answer is that the participants not only get them in a shoot at a photo workshop, but the creation of a better and bring them both pleasant memories. This can be assured by the feedback from the participants that art tutors not only teach them how to take a perfect picture or how to figure out the best angle, but to enjoy the fun from the art creation.

In this digital era, most people who generally have smart phones with cameras, you can easily take and erase just by your fingertips. But whenever the workshop, each participant will be taken seriously for their photographic opportunity, then I imagine each of them are carrying a "creative endorphins engine" pushing their fingers to press the camera shutter, collaging their work and breaking their walls to cooperate with others. I really hope that these memories can be a driving force for the joy of their daily lives, continue to follow the path of the piece of rehabilitation.

Jaclyn Leung

Project Co-ordinator

My Photo –Creative Photography Workshop and Exhibition

Photography is an approachable art, just press the shutter, they become their own unique creations. Young people loves blossoms random stuff, holding the camera, the eye with a camera to capture images seen down, to express their feelings at this moment.

Since 2011, we started workshop in different hospitals of Hong Kong for young early psychosis patients with different photographic equipment and methods, explore the possibilities of photography. With photographs as a starting point, plus other forms of artistic expression, creating a unique and creative works. Regardless of whether participants understanding of art, to understand photography, is the creation of personal or group work, they always try to boldly invested discussion. Although their works are not masterpiece, no superb photography skills and high-value equipment, through their creations, showing them the courage to try the heart, endless creativity, and their current feelings and inner world.

Participated hospitals including Queen Elizabeth Hospital, Castle Peak Hospital, Kwai Chung Hospital, Kowloon Hospital, United Christian Hospital, Tai Po Hospital, Pamela Youde Nethersole Eastern Hospital for patients and their families, healthcare takers, etc.

In addition to the workshop, we had two hospitals galleries, including the Queen Elizabeth Hospital and Pamela Youde Nethersole Eastern Hospital, Hong Kong Central Library, Hong Kong Arts Centre, Hong Kong Cultural Centre Workshops exhibition for the public to participants can share the joy of creation.

Part 1 Simply Photography

Let's back to basic, tune your speed, brightness, distance to the most primitive way to a real photo shoot.

1.1 Sun Print

Sun Print is a very old method of taking pictures. Put objects on the stained paper with special medicine and put them under the sun. After a while take away the objects and wash away the medicine, then the object will appear just like photography.

1.2 Light Drawing

This is a kind of photography racing with speed race and time. With a flashlight as the light source, a large movement in the air to draw a picture or text to a slower shutter camera, filming the entire painting process. Every shot out of the effects are different, there are surprising images.

1.3 Pinhole

Pinhole camera photography is a very primitive photographic methods. Now most of us have advanced digital camera, but from scratch to make a pinhole camera, shoot a photo special effects, get great satisfaction!

Part 2 Photo "Transformation"

Starting from the photos, adding elements of other artistic media, so that photos play a greater role in the creation.

2.1 Fotomo

Transforming 2D images into 3D model like scene, has resulted in an interesting Fotomo. All the characters depth articles can be decided by yourself, you can even eliminate what you do not like

2.2 Collage

Collaging the picture of environment. Zoom in and out of your own body. Have you ever thought that all images are patchwork?

2.3 Photography cross over with stitched handmade book and kaleidoscope

This is a book without words, just ever-changing images as the subject. Open this handmade book the pop up images will surprise you in different books.

2.4 Flip book

Flipbook animation principles just like animation. We put a lot of single-cell bound into a book page, and quickly turn over the effect looks like a picture of continuity.

Part 3 We make what we are

With photo re-creation, telling their own story, their own point of view to understand the world

3.1 Self Portrait

How do you see yourself in it? Round eyes face fine or thin top-heavy? Let's transform the look yourself! With sketches, photography and collage, using their imagination to create a new way out, more real, or more comics of? From this small assignments, you can understand yourself a little more, a little more to enjoy!

3.2 Mini Me

Manufacture of a series of "mini-me", then this Lilliputian space into adults in the country, to create a story of an adventure

3.3 We are balloons

Imagine this small balloon is a living person, what would it be called? What people and things they will encounter? Let you design character and set for it and experience new and interesting things.

Tutors Q & A

“My Photo” invited artists from different art field as workshop tutors to share their profession, love and time to the patients

1. I think photography is..
2. I observe and feel during workshops..
3. Others

Vee Leong, theatre screenplay and director

1. A walk to chat with their process
2. When creativity fills the room, the air suddenly became fresh, comfortable!

Tristan Chan, Art Therapist

1. Seeing some resonance with the thought of a finger on the screen is fast and composition determines the exact satisfaction of thinking that sometimes a slight deviation, but always authentic feel caught between fast and leaving it.
2. I saw the participants curious about photography, observation of the screen, as well as meticulous attention to different things around with photo-based re-creation, the more I really daring greatly.
3. The entire exhibitions at different time and place, for sure it is the creation of the participants is very important!

Jessey Tsang, Movie Director

1. I think photography is a record together with the memories of the moment, that moment is very clear, neither more nor less, you need to mind very consistent.
2. "My Photo" very meaningful to me, it makes me holding the camera together with the students back to the fresh heart, to capture the moment of the scene and the mood together, each person in the eyes of all the leaves and reproduce it is a wonderful process. Photographic technology for so many years, a lot of technology and quality has been greatly improved, but they are some changes in the surface when it comes to nature photography or back light, back into the

world, back to the people.

3. I hope every students have enjoyed the beauty and joy of photography.

JoeGo Chan, art tutor

1. Photography is a good tool for expression and exploration, so that their eyes could reach interoperable virtual world.
2. The simplest way to find the direct participants in the photography, to present their own ideas. While allowing the camera led them to re-experience the environment around.

Beatrix Pang, Independent art book publisher

1.
 - a. (may) related to everyone's daily life
 - b. human communication media in evolution
 - c. instagram
2. I have observed in the workshop / feel:
Humans need to be inspired by the arts
3. Art in the hospital must continue it well

Tamshui, Designer

1. Observation and experiment
2. We are curious about new things and the courage to complete the works of joy, an all loose sun!
3. Thanks for trusting in me

Bear Leung, Designer

1. Photography is a selection process, removed from the reality of the broad picture selected smaller portions.
2. Participants' creation of unique and interesting ideas.
3. In addition to the visible personal expression, but also gather to share together.

Thomas Lin, Photographer

1. Photography is the immediate response to the reality, it is the closest way to the art of living, everyone can also be artistic.
2. I saw the participants engaged in workshops personally and entertained themselves while self-healing. I feel the power of art and life. As an art tutor can, I learned a lot.
3. Remember Martin Parr said: "If the superficial, it is not good photography." I think that photography is a happy thing, but if a good photography will be pain, I believe that after a little pain or life can bring comfort.

Susanna Lee, Art Facilitator

1. One way to record what looked to capture that moment, can evoke memories. The photography is not simply just tap the shutter, it can take advantage of the change of light and shadow, to render infinite possibilities.
2. Infinite possibilities of light and shadow, let me see young people, no matter what state, as long as providing opportunities and encouragement, you can also explore their possibilities. People's voices "to be heard", for personal self-worth is very important. And the voices of patients with psychosis or thoughts "to be heard", not necessarily by voice or text, photography is also a good way.

Vincent Mak, Photographer

1. Self-exploration, pay attention to the people around, and reflect their surroundings, and to express feelings of self-creation media.
2. Residents and the use of photography to create a visual diary pieces express their works. They say their own stories with video, camera views of the likelihood of a small courtyard garden and space exploration activities through: it was found to be negligible or small plants, or find yourself someone beautiful, or someone with a limited expression of inner calm sky designate stuffiness even depression.
3. Some participants in the workshop to start building their own unique methods of expression, and finally feel very satisfied.
Some show to their hidden talent, more assured of their own.
Photography has opened new doors which are very interesting.

Medical staff sharing

Occupational Therapy Department, Tai Po Hospital

Hospitalized for psychiatric patients, photography workshops to bring them fresh and really a lot of fun!

Unlike ordinary treatment activities, photography itself as a medium of emotional expression. Participants through the creation of works of art, play unlimited imagination. And thereby deepen their own understanding of things around, explore their interests and seize potential opportunities.

In collaboration with others, and more to enhance communication skills, learn to share with others.

This activity is very important to carry out occupational therapy concept that is often learn, and often participate in, and often linked.

For health care, it is able to recognize the other side of the patient from a different angle, through this activity, can be said to be a new experience.

Occupational Department, Castle Peak Hospital

This year, "My Photo" gives participants chances to understand their opportunities.

Restless and talkative participants to organize their own colorful photographic ideas;

Taciturn participants to quietly put together a picture of their stories.

And I also got a chance to understand outside the treatment room.

Thank Art in Hospital – My Photo every mentor artists

EASY Clinic, Pamela Youde Nethersole Eastern Hospital

"My Photo" is not just rehabilitation learning basic techniques of photography, but also enjoy the fun of artistic creation, and increase mutual communication and cooperation between people, thus expanding the circle of life. Their works in the exhibition, so that people can get to know further psychiatric rehabilitation's creative potential, to understand how patients go on the road rehabilitation, for themselves and their families struggle; the face of social learning, how to use their strengths maintain the balance of life and build support networks.

Art tutor Sharing

Very funny, very happy, thank you!

Thanks for the patience and creativity of the volunteers, thank you

Really happy to join this group and improve my communication skills

Photography could preserve memory, creative

The workshop could enhance the confidence and motivation of the patients, very good in activity design

Good to have introduction of photo-taking technique

Great fun to create photo

Want to learn more photo-taking

Great fun and learn a lot photo-taking knowledge

I discovered that it's fun to learn photo-taking. Good impression on photo-taking

This is a very good workshop, very creative

I had fun in this workshop, I want to join again!

This workshop makes me devoted into photography. I want my artwork to be displayed in the exhibition

I found I am not good enough after the 10 month My Photo workshop. It discovered my photo-taking interest besides drawing comics

It's difficult to express in words! It made me think and laugh a lot. The comic and editing part impressed me a lot. So happy in these 4 days. My creativity has been improved. It opened my eyes.

I want to join the workshop again

Know more cameras

It's very meaningful, hoping more people could be benefited.

We are Art in Hospital

Art in Hospital is a community art project, started in April 1994. It was registered as a charitable institution and continues its aim to serve the needed through therapeutic art creation, and promote through art a caring community and development of hospital art in Hong Kong