



UNIVERSITÀ DELLA VALLE D'AOSTA
UNIVERSITÉ DE LA VALLÉE D'AOSTE

DIPARTIMENTO DI SCIENZE UMANE E SOCIALI
CORSO DI LAUREA IN SCIENZE E TECNICHE PSICOLOGICHE

ANNO ACCADEMICO 2022/2023

TESI DI LAUREA

RIAPPROPRIARSI DI SÉ ATTRAVERSO L'OBIETTIVO

L'utilizzo dell' autoritratto nella relazione d'aiuto

DOCENTE 1° relatore: Prof.ssa Valeria Alliod

DOCENTE 2° relatore: Prof.ssa Silvia Testa

STUDENTE: 19D03183, Andrea Costa

INDICE

| | |
|---|-----------|
| INTRODUZIONE..... | 3 |
| 1. L'AUTORITRATTO NELLA RELAZIONE D'AIUTO..... | 8 |
| 1.1 Il metodo..... | 9 |
| 1.2 Psicologia dell'autoritratto..... | 11 |
| 1.2.1 Il rapporto con la propria immagine..... | 12 |
| 1.2.2 Lo specchio..... | 15 |
| 2. IL SÉ ATTRAVERSO L'OBBIETTIVO: L'AUTORITRATTO IN FOTOGRAFIA.... | 18 |
| 2.1 L'autoritratto in fotografia..... | 19 |
| 2.1.1 Arno Rafael Minkkinen..... | 19 |
| 2.1.2 Liu Bolin..... | 24 |
| 2.1.3 Francesca Woodman | 27 |
| 2.1.4 Moira Ricci | 29 |
| 2.1.5 Elina Brotherus | 31 |
| 2.2 L'autoritratto nella fotografia terapeutica..... | 33 |
| 2.2.1 Cristina Nuñez..... | 33 |
| 2.2.2 Anna Fabroni..... | 35 |
| 3. L'AUTORITRATTO NELLA RELAZIONE D'AIUTO: CASI DI UTILIZZO..... | 37 |
| 3.1 Le due Angeliche – setting di terapia individuale (dott.ssa Paola Rampone, psicologa, psicoterapeuta, psicodrammatista)..... | 37 |
| 3.2 Utilizzo con pazienti oncologici – setting gruppale (dott.ssa Barbara Bernabei, psicologa, psicoterapeuta)..... | 41 |
| 3.3 Utilizzo in carcere – setting gruppale (dott.ssa Paola Rampone, psicologa, psicoterapeuta, psicodrammatista e dott.ssa Chiara Digrandi, psicologa, arteterapeuta, PhD, facilitatrice dispositivo SPEX)..... | 47 |
| 3.4 Utilizzo nella scuola – setting gruppale (Rosy Sinicropi, fotografa, facilitatrice dispositivo SPEX)..... | 51 |
| 3.5 Utilizzo nel conflitto bellico – setting gruppale (Rosy Sinicropi, fotografa, facilitatrice dispositivo SPEX)..... | 53 |
| 3.5.1 Esperienza con donne ucraine..... | 53 |
| 3.5.2 Esperienza a Gaza..... | 56 |
| CONCLUSIONI..... | 58 |
| BIBLIOGRAFIA..... | 60 |
| SITOGRAFIA | 60 |

INTRODUZIONE

*“Le fotografie sono impronte della nostra mente,
specchio delle nostre vite,
immagini riflesse dei nostri cuori,
memorie congelate che noi possiamo tenere nelle nostre mani
in un momento di calma silenziosa, se lo vogliamo, per sempre.
Le fotografie non solo documentano i luoghi in cui siamo stati,
ma indicano anche la strada verso la quale stiamo andando,
sia che noi la conosciamo o no.”*

(Weiser, 2013, p. 28)

Al giorno d’oggi le immagini e le fotografie sono fidate compagne di ogni nostra giornata. Accompagnano e fissano nel tempo i nostri momenti più importanti come compleanni, anniversari e cene di gruppo, ma anche il nostro quotidiano come un tramonto, il piatto di pasta ordinato al ristorante, il nostro outfit allo specchio. Scandiamo le nostre giornate, i nostri anni, con migliaia di fotografie scattate con lo smartphone e che andiamo a rivedere quando siamo giù di morale, quando qualcuno ci manca o quando semplicemente vogliamo rivivere determinati momenti. Fungono inoltre da vere e proprie “immagini conversazionali”, termine utilizzato da Vanni Codeluppi, docente ordinario di Sociologia dei Media, utilizzate cioè anche per immortalare e condividere le proprie giornate per alimentare le proprie relazioni sociali, diventando quindi, soprattutto dal passaggio alla fotografia digitale, un “vero e proprio luogo di esperienza di vita” (Codeluppi, 2022).

La fotografia, quindi, ha la capacità di congelare e riprodurre all’infinito ciò che è avvenuto una volta sola. E non solo: ha la capacità di essere investita, ogni volta che la si riguarda, di significati totalmente diversi che raccontano anche l’evoluzione della propria vita. Ogni fotografia, quando viene osservata, è guardata attraverso i filtri dell’individuo che gli si pone davanti, diventando soggetta delle proiezioni del suo mondo interiore, del suo vissuto. Per questo, qualunque cosa essa raffiguri, può sembrare noiosa e insipida ad una persona e provocare un’agitazione interiore, solleticare qualcosa che vuole trovare il modo di esprimersi ad un’altra. Come dichiara Judy Weiser, colei che ha teorizzato la FotoTerapia e le sue tecniche: “Poiché ciascuna reazione dell’osservatore è basata su percezioni uniche ed individuali, il

significato della fotografia esiste allora come un'inosservabile combinazione di possibilità che si verificano solo nel rapporto tra la persona e l'immagine stessa.” (Weiser, 2013, p. 28).

L'autrice afferma inoltre che la fotografia “permette il difficile esame di una porzione di tempo congelato su una pellicola come un evento, e fa anche in modo che una varietà infinita di realtà vengano rivelate dato che ciascun osservatore reagisce ad essa in modo differente.” (Weiser, 2013, p. 29). Il suo utilizzo all'interno della relazione d'aiuto può essere un canale molto facilitante, in quanto permette di catturare ed esprimere sentimenti, stati d'animo ed idee in modo tangibile, concreto e simbolico, agendo anche da potenti metafore ed utilizzando il linguaggio della rappresentazione artistica. (Weiser, 2013). Questo medium può fungere quindi da facile accesso ai lati più intimi della nostra vita e della nostra persona, informazioni importanti per un lavoro introspettivo o di terapia. Le foto scattate e collezionate, ad esempio, cercano di essere dei resoconti di momenti speciali per chi scatta la fotografia, diventando quasi un'immagine riflessa del loro proprietario. Confrontarsi con ciò che è rappresentato negli scatti e su ciò che invece manca, può essere un grande spunto di riflessione. Quando si è i soggetti della fotografia, sia scattata da altre persone che scattata a sé stessi, è sempre presente una certa aspettativa su come si vorrebbe essere visti e percepiti. I contenuti presenti all'interno delle immagini certo sono importanti, ma lo sono maggiormente i significati che questi elementi assumono per la persona che vi si confronta. Una foto, infatti, “non è mai più che un dettaglio del più esteso quadro della vita sia dal punto di vista spaziale che temporale. Il suo significato acquista maggior importanza man mano che scopriamo di più riguardo al suo contesto.” (Weiser, 2013, p. 30). Le fotografie, all'interno della relazione di cura, devono essere quindi sempre un punto di partenza da cui esplorare il proprio sentire ed il proprio mondo interiore, un mezzo utilizzato per la creazione di narrazioni di sé e della propria storia, non un punto di arrivo (Weiser, 2013).

Prima di continuare, è importante effettuare una distinzione tra la fotografia *come* terapia e la fotografia *nella* terapia: la fotografia *come* terapia indica quel processo naturale di auto-esplorazione e di sviluppo personale che la mediazione della fotografia può fornire, spesso messo in atto dalla persona stessa, definita oggi **fotografia terapeutica**. La fotografia *nella* terapia, chiamata anche **fortoterapia**, indica, invece, l'utilizzo della fotografia all'interno di un contesto di terapia, in funzione della terapia e come catalizzatore all'interno delle sedute (Weiser, 2013). Per quanto riguarda la fototerapia, l'autrice ha individuato diverse tecniche correlate alle possibili relazioni presenti tra il soggetto e la fotografia. La prima, che può essere considerata trasversale e sempre presente anche nelle tecniche successive, è il **processo proiettivo** o foto-proiettiva (dall'inglese photoprojective) e sta alla base di tutte le interazioni

tra le persone e gli scatti fotografici: nella semplice azione di guardare una fotografia, la persona proietta significati personali e descrivendole o reagendo ad esse accade spesso di entrare in contatto con forti emozioni bypassando le difese cognitive, permettendo al proprio linguaggio inconscio metaforico e simbolico di emergere. Le altre tecniche sono: le **fotografie scattate dal paziente, fotografie del paziente scattate da altri, album di famiglia e autoritratti** (Weiser, 2013).

Dopo questa prima parte d'introduzione sul mezzo della fotografia, mi concentrerò principalmente su una di queste tecniche: quella dell'autoritratto. Andrò a dare una piccola testimonianza della mia esperienza con questo strumento ed a motivare le ragioni per cui ho scelto di approfondire questa specifica declinazione della fotografia, procedendo poi con un approfondimento della tecnica e delle dinamiche che si celano dietro l'autoritratto. Nella parte conclusiva di questo elaborato presenterò alcuni casi di utilizzo gentilmente condivisi da alcuni professionisti che ho avuto la fortuna di incontrare e che utilizzano o hanno utilizzato questo strumento.

Il mio incontro con lo strumento avviene durante la frequenza al corso annuale di formazione in Fototerapia, fotografia terapeutica e fotografia sociale proposto dal gruppo NetFo (Network Italiano Fototerapia) durante l'annata 2022/2023. Durante questa formazione ho avuto la possibilità di incontrare molti professionisti che utilizzano o hanno utilizzato la fotografia all'interno della relazione d'aiuto e di sperimentare su di me diverse tecniche. In parallelo alla formazione, era previsto che, seguito da uno dei tutor, nel mio caso la psicologa e psicoterapeuta Floriana Di Giorgio, sviluppassi un progetto personale di fotografia terapeutica. Durante il percorso, due tappe sono state fondamentali: la prima è stata la sperimentazione della metodologia M.I.P. (Multidimensional Image Path) guidata da Antonello Turchetti e Floriana Di Giorgio, durante la quale, in un collage da me realizzato, ha preso spazio il tema che poi sarei andato ad approfondire.

Cuore di Marmo, il titolo del collage poi divenuto titolo dell'elaborato finale del progetto. In quel momento sono riuscito a visualizzare questa dualità presente nella mia persona, queste due parti di me da sempre conviventi ma che mai hanno avuto lo spazio e la possibilità di comunicare. Gli unici contatti avuti fino a quel momento erano sempre stati di sopraffazione, l'uno nei confronti dell'altro.

La seconda tappa significativa durante il percorso è stata durante la sperimentazione dell'autoritratto, mediante il dispositivo SPEX di Cristina Nunez e facilitata dalla psicologa Chiara Digrandi



Figura 1 – Andrea Costa, *Cuore di Marmo*



Figura 2 – Andrea Costa, *Cuore di Marmo*



Figura 3 – Andrea Costa, *Cuore di Marmo*

Durante questa esperienza le ho viste chiare, in me, queste due parti. Cuore e Marmo. La continuazione del mio progetto è stato un dialogo tra queste due parti che attraverso la fotografia hanno potuto incontrarsi, aiutarsi, integrarsi.

“Due sono gli elementi che ho portato a galla lavorando a questo progetto: la stoicità di Marmo e la delicatezza di Cuore. [...] Un’interazione difficile, complicata, stremante. Che ha portato a galla il ruolo e l’importanza di entrambe le parti: l’una per l’altra e di entrambe per me. Marmo ha permesso a Cuore di crescere al sicuro, Cuore è riuscito a modellare Marmo a sua immagine e somiglianza. Come scultura e scultore in un ballo sensuale hanno trovato il loro ritmo, il loro modo di darsi il cambio e di convivere.”

La potenza catalizzatrice dello strumento dell’autoritratto che ho vissuto su di me durante la sperimentazione nel mio progetto di fotografia terapeutica è stato ciò che mi ha spinto a volerlo approfondire all’interno di questa tesi.



Figura 4 – Andrea Costa, *Cuore di Marmo*



Figura 5 – Andrea Costa, *Cuore di Marmo*



Figura 6 – Andrea Costa, *Cuore di Marmo*

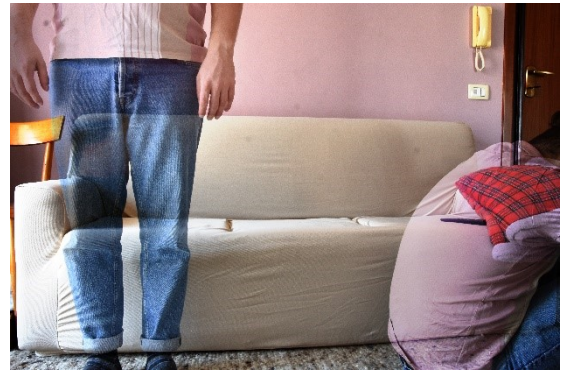


Figura 7 – Andrea Costa, *Cuore di Marmo*



Figura 8 – Andrea Costa, *Cuore di Marmo*



Figura 9 – Andrea Costa, *Cuore di Marmo*



Figura 10 – Andrea Costa, *Cuore di Marmo*

CAPITOLO 1

L'AUTORITRATTO NELLA RELAZIONE D'AIUTO

“Il termine autoritratto include in senso esteso qualunque rappresentazione fotografica che abbia a che fare con la percezione che un individuo ha di sé stesso, sia essa reale o metaforica. [...] Gli autoritratti sono fotografie che ritraggono noi, i nostri corpi o qualsiasi altra cosa riteniamo ci rappresenti.” (Weiser, 2013, p. 43)

La consapevolezza di sé passa attraverso le parti di noi che possiamo vedere, percepire e sulle quali siamo in grado di riflettere. Le proprie fotografie possono essere un canale sicuro e delicato per potercisi confrontare, per distanziarsi dalle parti che non ci piacciono e per trovare lo spazio e la modalità per rinforzare le nostre risorse, avendo una visione del sé come entità esterna e potendo quindi imbastire dialoghi con i diversi lati che ci compongono (Weiser, 2013).

Quando questo strumento viene utilizzato, due sono i momenti importanti sui quali bisogna porre attenzione: ciò che accade prima dello scatto, durante la pianificazione e la posa, e ciò che è presente all'interno della foto prodotta. Sia il processo di creazione dell'immagine che l'osservazione del risultato possono essere momenti molto catartici.

Questa tipologia di lavoro può essere molto utile in percorsi con lo scopo di aumentare il grado di consapevolezza del paziente, mettendo in relazione le percezioni interiori con la documentazione esterna di ciò che essi sono, validando i propri sentimenti e lasciando andare la parte di introiezioni derivate dalla visione dell'altro e non rilevanti per la propria consapevolezza. Può essere molto utile anche quando si lavora sul porsi degli obiettivi, l'autoaffermazione e con problemi di autostima. L'essere fotografati con l'aspetto di chi sta compiendo qualcosa o si comporta in un determinato modo, rende plausibile l'idea che si potrebbe davvero compiere quell'azione o comportarsi in tale maniera, facendo diventare possibile ciò che prima era assodato come irrealizzabile. È possibile lavorare sull'integrazione di parti tra loro completamente discordanti, facendo fotografare queste coppie di opposti separatamente e facendole tra loro dialogare, interagire, rendendo quindi possibile un punto di contatto, una possibilità di compresenza per queste sfaccettature. Possono essere anche gli estremi di un continuum che può essere arricchito con scatti che rappresentano momenti intermedi di gradini metaforici della scala emozionale. Ne sono un esempio i dualismi che il paziente percepisce dentro di sé, la propria parte maschile e quella femminile, ciò che è esteriore con ciò che è interiore, ciò che fa parte dell'io e ciò che è della propria parte ombra in termini junghiani, ciò che piace e ciò che non piace. Gli autoritratti permettono anche di potersi confrontare faccia a faccia con possibilità spaventose: portare a termini ultimi stadi di processi

che stanno affrontando, posizionare all'esterno immagini interne non definibili e quindi non controllabili. Il fotografarsi in situazioni future, una volta superata la tempesta, può rendere concreta la possibilità di fronteggiare e superare le difficoltà. Una grande opportunità nell'utilizzo degli autoritratti, reali o immaginari, è quella di poter effettuare domande auto-orientate in maniera indiretta: lo scatto può rappresentare la persona, ma anche una maschera attraverso la quale il paziente può parlare, raccontando come "quella persona" si sente o cosa prova. L'utilizzo dell'immagine come oggetto transizionale può essere molto utile per un soggetto che fatica nel prendere consapevolezza del proprio sentire, soprattutto quando viene richiesto (Weiser, 2013).

Uno degli aspetti più importanti di questo strumento è la sua abilità nel fornire ai pazienti conferme più significative rispetto all'autovalutazione basata sulle opinioni degli altri: "La differenza sta nel fatto che in quanto autore di un autoritratto, il paziente è il direttore e il regista dell'intero processo ed è pertanto il vero creatore dei risultati e non l'oggetto della costruzione di qualcun altro." (Weiser, 2013, p. 130).

1.1 Il metodo

La tecnica classica nell'utilizzo dell'autoritratto fotografico a scopo terapeutico, utilizzata in tutti i contesti e da professionisti con diverse tipologie di orientamento, consiste nel proporre la realizzazione di alcuni autoritratti seguendo delle linee guida ed indicazioni proposte dal terapeuta o facilitatore, il quale ha il compito di modificare le indicazioni sulla base delle risorse psicologiche di cui il paziente dispone al momento. Il paziente dovrebbe essere accompagnato, mediante l'analisi delle nuove immagini di sé che emergono dagli autoritratti, attraverso una serie di esperienze che possono creare delle discrepanze rispetto alla sua precedente concezione di sé, frutto dell'interiorizzazione di una serie di immagini personali immagazzinate nella memoria ed usate come base la costruzione della propria identità, via via più strutturata e complessa. È opportuno però che queste esperienze vengano fatte a piccoli passi, permettendo così che queste vengano esperite in maniera non distruttiva, contenendo l'ansia originata dalla frustrazione di scoprire parti di sé difficilmente tollerabili o che avrebbe preferito diverse (Piccini, 2010).

"Al terapeuta spetta dunque la responsabilità di confezionare esercizi adeguati al conseguimento di una frustrazione ottimale del paziente, proteggendolo così dalle visioni perturbanti sulla nudità della propria anima e indirizzandolo così verso una accettazione della

propria complessità anziché verso un rifiuto difensivo ed una fuga nelle immagini di sé preconcepite e precostituite.” (Piccini, 2010, p. 19).

Per un avvicinamento graduale, si può iniziare con degli esercizi che lo psicoanalista Fabio Piccini definisce “autoritratto di base” del paziente: l’autoritratto che dovrebbe rappresentare il modo in cui il soggetto attualmente si vede e che ritiene corrisponda alla sua immagine pubblica. Questo è un buon esercizio iniziale, inoffensivo e di abbastanza facile realizzazione e per il quale il soggetto non deve fare altro che progettare l’ambientazione, gli abiti da indossare e gli oggetti con cui eventualmente raffigurarsi: tutti aspetti che raccontano la visione che quella persona ha di sé. Il risultato finale è una rappresentazione di quella che è la situazione psichica della persona. Tutti i primi esercizi sono accumulati dalla stimolazione del soggetto a creare immagini che raffigurino parti di sé afferenti al dominio cosciente della psiche del soggetto, facilmente tollerabili e che permettano al soggetto di diventare confidente con il metodo (Piccini, 2010). “L’atto psichico che dà forma all’immagine di sé di un individuo ha un ruolo trasformativo centrale nell’economia della psiche, in quanto attiva emozioni perturbanti e crea la possibilità di un rapporto tra esse e l’individuo che le ha prodotte” (Piccini, 2010, p. 20). L’interpretazione del terapeuta che accompagna nell’esperienza deve avvenire con lo scopo di fungere da stimolo per ulteriori pensieri ed associazioni, stimolando il pensare e non suggerendo risposte più o meno veritiere.

Successivamente, si può passare ad esercizi avanzati che hanno lo scopo di produrre immagini che solitamente non appaiono nelle foto del soggetto. “Le immagini del vuoto, del dolore, della solitudine, della rabbia, della gelosia, dell’invidia; quelle fotografie cioè in cui si riflettono quelle parti di sé considerate sgradevoli e pertanto relegate nelle dimensioni inferiori dell’anima.” (Piccini, 2010, p. 21). Lo scopo di questa seconda tipologia di esercizi è quella di realizzare immagini che appartengono alle aree più inconsce della psiche del paziente, lati di sé rimasti segreti, mai visti. Si tratta di immagini sorprendenti e non facili da integrare nella propria concezione di sé, a frammenti dell’Io scissi o rimossi. Il ruolo e la difficoltà del facilitatore consistono in questo: nell’aiutare il soggetto a rendere consapevoli questi frammenti sconosciuti del Sé, facendo in modo che sia esso stesso a riappropriarsi di questi lati rimossi, suggerendo le domande di volta in volta più opportune (Piccini, 2010).

Le finalità di questi esercizi, in qualunque contesto e con qualunque paziente vengano introdotti, è quello di fungere da stimolo per innescare nuove esperienze immaginali: il loro scopo è quello di stimolare il paziente ad una diversa modalità di osservazione di sé (Piccini, 2010).

1.2 Psicologia dell'autoritratto

“L'autoritratto in sé, soprattutto per la sua durata, per il tempo che obbliga l'artista a stare solo con se stesso, a contemplarsi, a confrontarsi con la propria immagine allo specchio, [...] non può non avere una ricaduta psicologica per quanto concerne certi nodi fondamentali del suo Io e del suo senso di identità.”

(Ferrari, 2002, p. 4)

All'interno della vita di ognuno è presente un bisogno profondo di ritrarsi e di lasciare un'immagine di sé che possa restare e sopravvivere nel tempo, che documenti i passaggi della propria esistenza e che, in un qualche modo, possa addirittura superare la morte. Questa spinta originaria può essere anche definita, secondo Stefano Ferrari, una vera propria “pulsione all'autorappresentazione”. L'autoritratto passa da una concezione funzionale come eco della genesi dell'Io, definito dall'autore “grado zero dell'autoritratto”, a una concezione più psicologica, dove prevalgono anche gli elementi di intenzionalità e della socialità (Ferrari, 2002).

Nel grado zero dell'autoritratto, che concerne la sua origine e la sua dimensione più elementare, da un lato comprende l'utilizzo intenzionale e l'elaborazione individuale dell'impronta e dell'ombra, dall'altro l'idea dell'oggettivazione del proprio riflesso allo specchio. In questa concezione l'autoritratto viene ad assolvere una funzione che riguarda una prima costruzione dell'identità dell'individuo, colto in una sorta di narcisistica e stupita autocontemplazione. Anche questo grado zero può avere però due valenze diverse: nella prima, più immediata ed intuitiva, la duplicazione della propria immagine corrisponde ad una sperimentazione e testimonianza del proprio esserci, un modo per dimostrare di esistere come individui. La seconda, più primitiva, comprende anche quella fase primaria che riguarda la costituzione originaria del proprio Io attraverso la scoperta e l'identificazione con l'immagine speculare.

Quando entrano in gioco gli elementi di intenzionalità e di socialità, ci si può trovare in situazioni contingenti e particolari come i ritratti e gli autoritratti d'occasione, ma possono avere anche valenze più ampie e generali, quando l'autoritratto segna effettivamente tappe cruciali per l'individuo oppure momenti ritenuti fondamentali per la propria esistenza e che vogliono essere sottratti al flusso del tempo (Ferrari, 2002).

Su queste basi, l'autore effettua una distinzione su tre tipologie di autoritratto: l'**autoritratto narcisistico**, che coincide con l'origine stessa dell'autoritratto, rispecchia l'esserci e il costituirsi dell'Io dell'uomo nella sua elementare complessità e riguarda il rapporto dell'uomo con la propria immagine, l'**autoritratto d'occasione**, che segue le tappe contingenti della vita di un uomo ed è l'espressione di momenti particolari o emozioni significative e l'**autoritratto come monumento**, che segue le tappe importanti della vita di una persona e che assume soprattutto un valore retrospettivo ed autobiografico, individuando dei punti di svolta radicali nella vita del soggetto. Attraverso l'autoritratto, il soggetto è alla continua ricerca di sé, avendo sia delle specifiche implicazioni di tipo riparativo, soprattutto nelle circostanze in cui sono presenti delle difficoltà nel ritrovarsi, nel riconoscersi e nel sapere chi si è, sia esprimendo il bisogno dell'uomo di mettersi al sicuro dalla morte, mettendo al sicuro la propria immagine in quanto memoria (Ferrari, 2002).

1.2.1 Il rapporto con la propria immagine

L'**autoritratto** qui trattato, come riportato anche dall'autore Stefano Ferrari, viene inteso come "riproduzione intenzionale della propria immagine" (Ferrari, 2002, p. 49) da differenziare dalla più generica e universale **pulsione autobiografica**, che ha in comune la stessa origine, cioè il bisogno di lasciare una testimonianza della propria esistenza attraverso le proprie creazioni ma che si può esprimere attraverso diverse manifestazioni e che può avere diverse valenze psicologiche (Ferrari, 2002).

Avendo a che fare con la riproduzione grafica della propria immagine, chiama in causa il rapporto dell'uomo con la propria immagine, sempre molto complicato e tormentato. In senso lato, nella prospettiva dell'autoritratto, rientra sì la traduzione della propria immagine su una fotografia, ma anche più semplicemente le dinamiche che emergono quando dobbiamo presentarci a delle altre persone o in un contesto e cerchiamo di prepararci adeguando la nostra immagine esteriore ad un modello preesistente (Ferrari, 2002).

Una parte fondamentale della problematicità con l'identificazione con la propria immagine riguarda il rapporto esistente con la propria **immagine interna**, cioè "l'immagine che ciascuno di noi ha di sé, del proprio corpo e in particolare del proprio volto, indipendentemente dalla sua percezione reale" (Ferrari, 2002, p. 52). La formazione di questa immagine ha una natura molto complessa, dove concorrono diversi elementi sia interni che esterni. È proprio questa immagine che entra in gioco ogni volta che ci confrontiamo con la

concreta rappresentazione della nostra figura, il modello di riferimento con cui mettiamo a confronto i nostri autoritratti.

Questa immagine interna comporta ancora due diverse rappresentazioni: quella corporea e quella del volto. Per quanto riguarda la prima, ciascuno di noi ha un preciso ed automatico senso di sé e del proprio corpo, definito comunemente “sensibilità propriocettiva”. “La propriocezione è la consapevolezza di avere un corpo che ci appartiene e coincide in qualche misura, o ha strettamente a che fare, anche con il senso della nostra identità, perché noi [...] siamo prima di tutto il nostro corpo” (Ferrari, 2002, p. 54). L’**immagine del corpo** viene intesa come il quadro mentale che si ha del proprio corpo, il modo in cui il corpo appare a noi stessi e questa si sviluppa per gradi nel bambino e dipende in particolare dal suo rapporto con lo specchio. Il discorso è leggermente più complesso quando si parla del **volto**. Anche per il nostro viso e le sue espressioni esiste un senso propriocettivo: abbiamo infatti la percezione di avere un volto e del fatto che esso può assumere espressioni diverse di volta in volta. Essendo però il volto un elemento che non possiamo vedere frequentemente quanto il nostro corpo se non riflesso ad uno specchio o in fotografia, diventa essenziale porre in relazione questa propriocezione del volto e delle sue espressioni con il volto degli altri: ci può essere infatti un feedback tra i visi degli altri e l’immagine mentale del nostro. Come riporta Ferrari: “l’espressione dei nostri sentimenti viene paragonata a quella che in situazioni analoghe abbiamo visto sul volto degli altri (nella realtà o nella finzione) e ora lo ripetiamo (o immaginiamo di ripeterla) su di noi. La propriocezione, in questo caso, passa attraverso lo specchio del volto dell’altro. Dobbiamo infatti tener conto che la migliore e più accurata esperienza per quanto riguarda lo studio e la percezione del volto è quella che facciamo sugli altri. [...] La memoria dell’esperienza del volto degli altri alimenta dunque e dà consistenza al sentimento propriocettivo del nostro volto.” (Ferrari, 2002, p. 58). L’autore continua indicando che, da un punto di vista fisiognomico, rispetto all’immagine corporea, la propriocezione del volto e delle sue espressioni sia piuttosto approssimativa e che dia luogo soprattutto ad un’immagine un po’ sfocata, ad un’impressione che soltanto la visione effettiva (attraverso lo specchio, la fotografia) può mettere a fuoco. Si tratta quindi di un’immagine che lui definisce virtuale, che si attiva e si accende soltanto in determinate circostanze, venendo a contatto con una concreta rappresentazione del volto, rimanendo altrimenti latente. Questa nostra immagine mentale del volto è formata quindi dal ricordo derivato da condensazioni successive allo specchio e di nostri precedenti ritratti e fotografie. Questi frammenti creano un’immagine sintetica che possiede però una forte valenza individualizzante, coincidendo in parte con il nostro senso dell’Io (Ferrari, 2002).

Di seguito a queste osservazioni, per quanto riguarda le dinamiche dell'autoritratto, si può quindi pensare a due tipologie di opere: quelle in cui prevale l'elemento **centripeto**, le quali mirano quindi a realizzare la sintesi delle diverse immagini di cui è intessuta l'impressione del nostro volto, e dall'altra quelle in cui prevale l'elemento **centrifugo**, che sembrano invece voler documentare le diverse facce con cui si confonde il sentimento del nostro volto (Ferrari, 2002).

Alle molteplici sovrapposizioni che determinano per approssimazione l'immagine mentale del nostro volto confluiscono anche altri elementi esterni che lo rendono, tra le altre cose, anche una **sintesi ideale**: troviamo ad esempio condizionamenti esterni come l'identificazione con modelli di riferimento. Ha anche una sorta di "valenza superegoica", come riportato dall'autore, in quanto assorbe sì la nostra fisicità, ma anche l'essenza della nostra anima, dovendo rappresentare anche la complessità del nostro mondo interno, di ciò che sentiamo, di ciò che siamo a livello esistenziale, diventando "una sintesi ideale del nostro amore per noi stessi" (Ferrari, 2002, p. 65). Un altro motivo per cui questa immagine interna non coincide con quella "oggettiva" dello specchio è perché questa è un'immagine "addomesticata", resa intimamente *heimlich*, sulla quale il passare degli anni opera con molta lentezza: "dentro di noi restiamo sempre quel ragazzino o quella ragazzina che siamo stati, e anche da vecchi conserviamo come l'imprinting del nostro volto adolescente – e con ciò psicologicamente conferma l'importanza del passaggio adolescenziale per la costruzione di questa nostra immagine interna" (Ferrari, 2002, p. 66). Spesso, a dispetto della pretesa di oggettiva, anche l'immagine allo specchio conserva per noi tale carattere rassicurante: esiste infatti, una certa assuefazione all'immagine delle persone a noi più vicine, assuefazione che è massima nei confronti del nostro viso, che su un piano percettivo genera un sentimento di costanza che prevale sul mutare dell'aspetto, così che guardandoci continuiamo a vederci com'eravamo. Questo senso di assuefazione all'immagine fa ampia di una più ampia e generalizzata strategia di difesa che ha lo scopo di proteggerci dai rischi e dalle offese di ciò che è nuovo e quindi inaffidabile: è infatti molto rassicurante continuare a vedere nello specchio sempre la stessa faccia. Di qui l'efficacia dei processi di straniamento nell'attività artistica, in grado di restituirci la capacità di vedere nuovamente le cose, di ridare un senso al mondo, rischiando però di essere perturbante (Ferrari, 2002).

1.2.2 Lo specchio

Come riportato da Ferrari nel suo volume *Lo specchio dell'Io*, la figura dello specchio ha una grande importanza già a partire dal grado zero dell'autoritratto, quando ha a che fare con i processi ed i meccanismi della formazione dell'Io e del senso di identità. Per riflettere sulle varie funzioni dello specchio bisogna quindi fare subito una distinzione tra il significato che questo ha per il bambino prima della formazione del suo Io e della sua identità, rispetto a quello che ha per l'adulto con un'identità acquisita, nonostante, come abbiamo visto, i meccanismi che riguardando la formazione di questa non sono praticamente mai conclusi (Ferrari, 2022).

L'autore che maggiormente ha sottolineato la funzione dello specchio nella formazione dell'Io è stato Lacan, che considera l'atteggiamento del bambino davanti allo specchio nell'età compresa fra i sei e i diciotto mesi dividendolo in tre tappe: nella prima, il bambino, pur fortemente incuriosito, non riconosce la propria immagine ma la scambia per quella di un altro, che cerca di sorprendere guardando dietro lo specchio. In un secondo momento, ne riconosce il carattere fittizio e non tratta più l'immagine riflessa come reale. In queste due fasi, come riporta lo studioso, il bambino si comporta come si comportano gli scimpanzè. Solo nella terza tappa, fondamentale per la formazione dell'Io, il bambino riconosce l'immagine come propria e si identifica con essa. Questa identificazione con l'immagine dello specchio è un'identificazione primaria ed è la matrice di ogni identificazione successiva. Lacan definisce questa identificazione immaginaria in quanto il bambino si identifica con un'immagine altra ma che gli permette di riconoscersi e di integrare la propria immagine con il proprio corpo (Lacan, 1974, citato da Ferrari, 2002).

Tra i primi psicologi a sottolineare il ruolo essenziale dello specchio nella formazione dell'immagine del corpo e dell'Io è stato Henry Wallon, il quale teorizza che prima di una certa età il bambino vive il suo corpo come qualcosa di frammentario, dove ogni parte ha una sua autonomia. In questa fase, nei suoi giochi tratta, infatti, le parti del proprio corpo come esseri autonomi. Secondo l'autore fino al terzo mese il bambino resta del tutto insensibile a quanto accade nello specchio, mentre dal quarto mese si comincia ad avere alcune risposte significative. Dai mesi successivi il bambino considera la sua immagine riflessa come una semplice esteriorizzazione di sé, dotata comunque di una realtà autonoma. A questo punto il bambino inizia ad ammettere di essere simultaneamente presente nello spazio che fa corpo con le sue impressioni propriocettive (il corpo) e in quello che è animato dalla sua immagine extracettiva (lo specchio). L'unificazione tra questi due Io comporta un percorso paradossale che passa attraverso un delicato processo di simbolizzazione, in grado di distinguere tra

“immagini che della realtà hanno solo l'apparenza” e “la realtà di immagini che si sottraggono alla percezione”. Inizialmente, verso l'anno, l'immagine allo specchio non ha più esistenza per sé stessa ma il bambino la riporta subito sul suo io propriocettivo, anche se ancora con delle difficoltà legate allo spazio, che affinerà nel periodo successivo dai dodici ai quindici mesi. L'autore nota inoltre che a quest'età, nei confronti dello specchio e dell'immagine riflessa, sono presenti continue oscillazioni e regressioni, continuando a giocare con essa come se fosse un'entità autonoma anche dopo aver definitivamente acquisito l'immagine del proprio corpo (Wallon, 1967, citato da Ferrari, 2002).

Anche Winnicott ha introdotto il tema dello specchio, dandogli però una inclinazione metaforica, indicando la funzione esercitata dal volto della madre nello sviluppo emozionale del bambino: il lattante, guardando il viso della madre vede sé stesso, vede il suo Sé riflesso. La madre, quindi, deve essere in grado di rispondere in maniera adeguata allo sguardo del figlio, restituendogli ciò che egli le dà. Il bambino, inizialmente, è in uno stato di fusionalità completa con la madre: la sua soddisfazione e il proprio benessere trovano un riscontro onnipotente nel volto della madre, che, a sua volta appagata e soddisfatta da questo rapporto, ricambia lo sguardo del figlio. Il neonato interiorizza questo momento magico che rappresenta per lui l'intero universo: in questo momento il volto della madre funge da specchio che riflette tutto ciò che il bambino è. Come ripreso precedentemente, il volto della madre, inteso anche come oggetto fisiognomicamente a sé stante, tende a fondersi con l'immagine interna ideale di sé. In questa immagine interna è compresa quindi anche l'immagine del volto materno che abbiamo interiorizzato durante questa situazione originaria (Winnicott, 1967, citato da Ferrari, 2002).

La figura dello specchio comprende in sé una sostanziale ambiguità: da un lato è ciò che, come abbiamo visto, consente la costruzione del nostro Io, ci rassicura sulla stabilità e la costanza della nostra immagine restituendocela in maniera *heimlich*. Dall'altro lato, è in grado di rivelare aspetti nuovi e inattesi del nostro volto e di noi stessi, facendoci entrare in contatto con realtà profonde e inattese, con un'immagine che non riteniamo nostra e collegata al tema del doppio. Se da un lato contribuisce alla costruzione dell'identità, può anche alimentare la vertigine legata al timore di smarrirla, restituendoci delle rivelazioni che possono risultare alienanti. Sotto un profilo psicologico, questa ambiguità può essere riconducibile al perturbante freudiano: “perturbante (*unheimlich*) è qualcosa che è stato un tempo (in un passato sia ontogenetico che filogenetico) familiare e rassicurante (*heimlich*, da *das Heim*, casa...), che è però divenuto inconscio per opera di un meccanismo di rimozione o di semplice superamento. Nel momento in cui questo contenuto inconscio (rimosso o superato) riaffiora, cambia di segno, e ciò che prima era familiare diventa estraneo e pericoloso, generare un sentimento appunto di

perturbante” (Freud 1919, citato da Ferrari, 2002, p. 98). Ferrari aggiunge che il perturbante non va identificato con l’angoscioso, ma più con qualcosa di molto elusivo e comprensivo, che si riferisce a una semplice sensazione di disagio, una vaga inquietudine che raramente coincide con l’angoscia. Inoltre, è un qualcosa nel quale è presente intrinsecamente qualcosa di ambiguo in cui è presente sia l’elemento positivo della familiarità, sia quello negativo del suo contrario: la valenza perturbante dello specchio è la diretta conseguenza del suo essere stato familiare e rassicurante. L’immagine restituita dallo specchio quindi non sempre è quella che vorremmo vedere: il tempo che passa o una malattia che lascia repentinamente dei segni che non possono venire neutralizzati dal meccanismo dell’assuefazione e dalla costanza fisiognomica. Lo specchio obbliga il soggetto a prendere atto del suo stato e il soggetto tramite l’osservazione può abituarsi al suo nuovo aspetto, re-identificarsi in questa nuova immagine di sé (Ferrari, 2002).

Collegandosi al tema dello specchio, una delle funzioni dell’autoritratto potrebbe essere proprio quella di riconoscere ed inseguire le molteplicità degli “io” che convivono in noi, di cogliere quindi questi tanti “estranei” che vivono dentro di noi diventando quindi una modalità privilegiata di introspezione ed autoanalisi (Ferrari, 2002): “mi autoritraggo per scavare al mio interno, per guardarmi dentro, per capire chi sono” (Ferrari, 2002, p. 171). Inoltre, lo sdoppiamento permesso dall’autoritratto, fa sì che il soggetto possa prendere le distanze da sé, dall’immagine creata e dall’eventuale dolore messo in scena nell’immagine osservandosi dall’esterno. La trasformazione del proprio sentito in arte permette anche una forma di riparazione: l’autoritratto può essere anche una reazione allo stato primario di confusione, un modo per reagire, per difendersi da questo perturbamento attraverso la sua raffigurazione, per controllare ed oggettivare gli effetti inquietanti di questa scoperta (Ferrari, 2002).

CAPITOLO 2

IL SÉ ATTRAVERSO L'OBIETTIVO: L'AUTORITRATTO IN FOTOGRAFIA

In questo secondo capitolo, partendo dalla nascita dell'autoritratto nella fotografia, illustrerò alcuni fotografi che utilizzano nel proprio lavoro artistico questo strumento, senza quindi un esplicito fine terapeutico. Successivamente condividerò invece alcuni esempi importanti di utilizzi nei quali le autrici ne hanno esplicitato la funzione per loro riparatoria. Questi esempi possono rientrare sotto l'etichetta di fotografia terapeutica: un processo naturale di auto-esplorazione e di sviluppo personale attraverso la fotografia. La seguente non ha intenzione di essere una rassegna completa, bensì l'esposizione di alcuni esempi che ritengo molto significativi ed esplicativi dello strumento.

Il primo autoritratto nella storia della fotografia risale al 1839 eseguito da Robert Cornelius. L'immagine ritrae l'autore in maniera decentrata, dovendo quest'ultimo tornare di corsa davanti alla macchina dopo averla preparata. Nell'opera finale sono quindi presenti la testa, le spalle e le braccia conserte del soggetto ed anche la rappresentazione di queste azioni da lui compiute per la realizzazione della stessa (Meehan, 2008, citato da Giannachi, 2023).

Il più famoso tra i primi autoritratti è sicuramente quello effettuato da Hippolyte Bayard, immagine molto teatrale realizzata con uno scopo di denuncia. L'immagine ritrae il cadavere dell'autore "non reclamato da nessuno" che giace all'obitorio circondato da una serie di oggetti. Bayard aveva sviluppato un processo fotografico ignorato dalla stampa, che aveva invece concentrato tutta la sua attenzione su una tecnica molto simile messa a punto da Louis-Jacques-Mandé Daguerre. L'immagine accompagna un testo di denuncia per questa mancanza di considerazione da parte del governo che ha causato l'infelicità dell'uomo, tanto da decidere di annegarsi. L'immagine serve quindi a provare la non-autenticità del testo, che non potrebbe essere stata scritta sul retro della stampa se l'autore fosse davvero morto. Inoltre, gli oggetti sono stati disposti accanto al finto cadavere come indizi sull'identità della vittima, segnando così l'inizio della fotografia come "tecnologia del sé" (Lerner, 2014, citato da Giannachi, 2023).

Un altro esempio importante degli albori dell'utilizzo di questo strumento comprende una serie di autoritratti, chiamati *Souvenirs of O. G. Rejlander*, che Charles Darwin commissiona a Oscar Rejlander nel 1870 chiedendo delle immagini dello stesso fotografo in atteggiamento di rabbia, sorpresa, scuse, indifferenza, disgusto, determinazione e indignazione che lo scienziato inserirà nell'opera *L'espressione delle emozioni nell'uomo e negli animali* del

1872. Questo potrebbe essere uno dei primi esempi di utilizzo della macchina fotografica per interpretare emozioni e mettere in scena ruoli e personaggi (Giannachi, 2023).

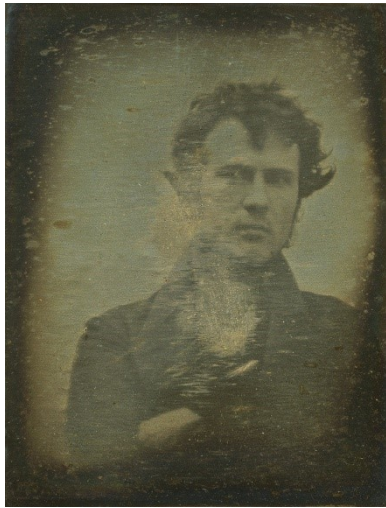


Figura 11 – Robert Cornelius, *Untitled*,
1839



Figura 12 – Hippolyte Bayard, *Le noyé o
(autoritratto da annegato)*, 1840

Successivamente, sono stati molti i fotografi ed artisti che hanno utilizzato lo strumento dell'autoritratto all'interno delle proprie opere, per raccontare ed indagare delle parti di sé, esprimere vissuti emotivamente forti ed importanti, elaborare eventi traumatici, denuncia sociale. Non sempre erano a conoscenza della valenza “terapeutica” dell'utilizzo di questo strumento, spesso utilizzato come risposta ad un bisogno pulsionale di espressione. Rappresentando però la propria immagine ed il proprio vissuto, elementi e tematiche fortemente intime, queste rappresentazioni hanno avuto sugli autori un effetto riparatorio al quale abbiamo accennato precedentemente in questo elaborato. Porterò alcuni esempi all'interno di questo capitolo.

2.1 L'autoritratto in fotografia

2.1.1 Arno Rafael Minkkinen

Arno Rafael Minkkinen è un fotografo americano di origine finlandese, nato a Helsinki nel 1945 e trasferitosi poi negli Usa nel 1951. Il fotografo all'interno delle sue opere utilizza l'autoritratto, facendo incontrare il proprio corpo ed il paesaggio con uno stile in bianco e nero che “annulla la differenza tra uomo e natura che arrivano a fondersi, perdendosi l'una nell'altra” (Belgiojoso, 2015, p. 71). Nelle foto di Minkkinen, però, il volto non appare mai, rimanendo comunque autoritratto: per l'autore è fondamentale essere soggetto delle sue fotografie.

Grazie all'intervista della psicologa e psicoterapeuta Francesca Belgiojoso contenuta nel libro *Oltre l'immagine* (2015), riusciamo ad avere una visione più precisa delle dinamiche sottese a queste opere. Scopriamo infatti che l'autore è nato affetto da "labiopalatoschisi", meglio conosciuta come labbro leporino, una malformazione di bocca, labbra e naso. Nato come terzo figlio durante un periodo di guerra, la sua malattia, che ha bisogno di molte cure, non è stata accettata con facilità dalla famiglia. Per la madre risulta difficile accoglierlo, tenerlo in braccio, allattarlo. "Dai suoi racconti immagino che la funzione materna sia stata ostacolata" (Belgiojoso, 2015) afferma la dott.ssa Belgiojoso nel testo. Come visto in precedenza, la funzione di "specchio" del volto nella madre nei primi mesi di esistenza è fondamentale per la costruzione del nucleo del proprio Sé e quando questa non viene effettuata, tra le altre cose, il bambino potrà avere difficoltà di relazione con la propria immagine (Winnicott, 1967, citato da Belgiojoso, 2015). L'autoritratto, permettendo l'identificazione nello sguardo degli altri, può permettere quindi un'integrazione riparativa rispetto alla funzione di specchio mancata in origine (Belgiojoso, 2015).



Figura 13 – Arno Rafael Minkkinen *Narragansett, Rhode Island, 1973*



Figura 14 – Arno Rafael Minkkinen
Millerton, New York, 1971

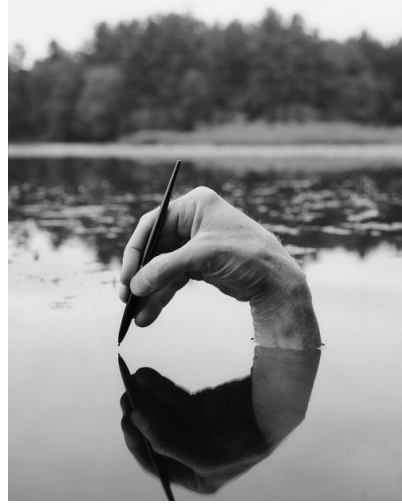


Figura 15 – Arno Rafael Minkkinen *Fosters Pond, 2000*



Figura 16 – Arno Rafael Minkkinen *Maroon Bells Sunrise, Aspen, Colorado, 2012*



Figura 17 – Arno Rafael Minkkinen *Fosters Pond II, 1989*

“Dunque Minkkinen, costruendo una nuova immagine ‘bella’ di sé, ripara il danno subito dalla sua malformazione e dalla mancanza d’amore che lo ha portato a isolarsi dal mondo. Arno diventa bello in armonia con la natura, che ora svolge una funzione materna: nelle sue fotografie diviene corpo senza volto e la sua bellezza risiede nell’integrazione con un paesaggio accogliente e silenzioso” (Belgiojoso, 2015, p. 74-75). Identificandosi e giocando con la natura, il fotografo crea quindi uno spazio magico, protettivo e transazionale che funge da elemento riparatorio con l’immagine di sé e con il proprio vissuto. “Il suo gioco è una continua identificazione con gli elementi intorno a lui, ed è forse qui che possiamo ritrovare lo stimolo psicologico iniziale, quell’impulso ad autoritrarsi, a costruire una nuova immagine di sé” (Belgiojoso, 2015, p.76).

L’autore ha fotografato la sua vita: nella sua opera riesce anche a recuperare in un qualche modo il sé bambino che non aveva ricevuto quello specchio amorevole, fotografando suo figlio e raccontando la crescita e lo stabilirsi della loro relazione. “Ora è padre e negli autoritratti non è più solo; attraverso l’identificazione con il figlio riconquista le immagini dell’infanzia che non sono mai state scattate” (Belgiojoso, 2015, p. 79). Un’altra sequenza di immagini lo rappresenta anche con la figura femminile: costruisce delle fotografie che vanno a consacrarne la relazione, sottolineando l’importanza della conquista della donna, alla quale lui da giovane aveva dovuto rinunciare (Belgiojoso, 2015).



Figura 18 – Arno Rafael Minkkinen *Daniel, Two Weeks Old, Andover, 1979*



Figura 19 – Arno Rafael Minkkinen *Daniel, Bell's Court, Philadelphia, Pennsylvania,*

1981



Figura 20 – Arno Rafael Minkkinen *Daniel, Andover, 1986*

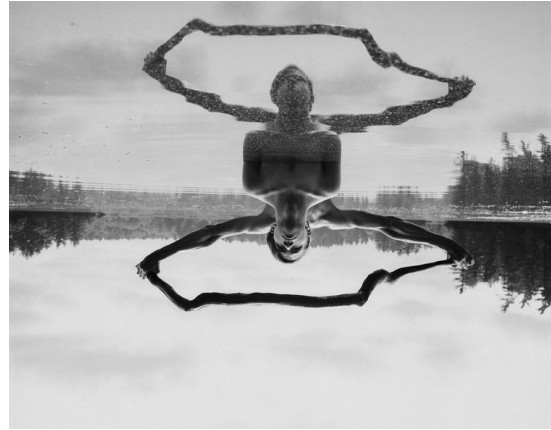


Figura 21 – Arno Rafael Minkkinen *Daniel with Ismo's Stick, Fosters Pond, 1993*

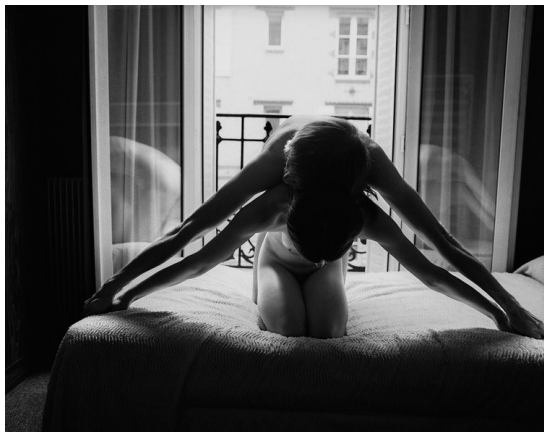


Figura 22 – Arno Rafael Minkkinen *Isabelle, Hotel Eden, Paris, France, 1999*



Figura 23 – Arno Rafael Minkkinen *Yangshou Mountains, Guilin, China, 2016*



Figura 24 – Arno Rafael Minkkinen *Along the Li River, Guilin, China, 2016*

“Le sue immagini, dunque, non sono solo un introspettivo superamento del suo complesso estetico, ma una liberazione che avviene tra gioco e riparazione” (Belgiojoso, 2015, p. 80).

2.1.2 Liu Bolin

Liu Bolin è un artista che nel 2005 vede radere al suolo dal governo il suo studio d'artista alla periferia di Pechino per fare spazio a nuovi grattacieli. L'artista comincia quindi la sua protesta con lo scopo di far notare alle autorità cinesi che il prezzo dell'innovazione e dello sviluppo economico viene pagato dai più deboli, dagli "invisibili" della città.

Da qui nasce la serie che lo ha portato al successo: *Hiding in the city*. Liu Bolin scompare mimetizzato nello sfondo delle sue fotografie, si fa dipingere dai suoi assistenti-pittori come ciò che sta alle sue spalle e scatta fino a quando nemmeno lui riesce più a riconoscersi all'interno del fotogramma. "Si nasconde davanti all'oggetto attraverso il meccanismo della mimesi, strategia di sopravvivenza naturale tipica degli animali che vogliono sfuggire alla loro preda, ma non sono sufficientemente veloci" (Belgiojoso, 2015, p. 103).



Figura 25 – Liu Bolin *Hiding in the city*, Suojia Village, 2006

Inizialmente l'artista porta avanti la sua ricerca soltanto in territori cinesi. Successivamente, mosso dal successo che le sue opere riscuotono all'estero, si fotografa anche a Londra e in Italia. Il suo lavoro e la sua storia diventano presto rappresentative di molte altre storie di uomini e donne ugualmente invisibili.

“Liu Bolin nascondendosi motiva nell'altro la ricerca di sé, e solo quando il fruitore lo trova, l'identità dell'artista si riafferma, si rinforza” (Belgiojoso, 2015, p. 106). L'artista attira il fruitore attraverso la sua tecnica particolare, attira la sua attenzione attraverso la ricerca della sua immagine in ogni foto, portandolo successivamente a domandarsi il come mai di questo nascondino. Una teoria che può essere alla base del successo dei suoi lavori nel coinvolgimento dello spettatore è la condivisione dello stesso timore inconscio: quello rispetto alla dispersione dell'identità nella società contemporanea (Belgiojoso, 2015).



Figura 26 – Liu Bolin *Hiding in the city – Laid-off workers*, 2006



Figura 27 – Liu Bolin, *Family Photo*, 2012



Figura 28 – Liu Bolin *Magazine, Roma*, 2012



Figura 29 – Liu Bolin *Target, Memory Day*, 2015

“Le opera di Liu Bolin rappresentano dunque anche una caricatura della nostra fragilità narcisistica: ci ricordano la nostra dipendenza dal riconoscimento da parte del mondo in cui viviamo. Bolin, attraverso la cancellazione del suo corpo, ci fa vivere la paura del fallimento e della sopraffazione dell’identità da parte del contesto” (Belgiojoso, 2015, p.110).



Figura 30 – Liu Bolin *Cancer Village*, 2013

Il lavoro dell’autore, partendo da una necessità dell’artista di far sentire la sua voce, di affrontare ed elaborare un evento traumatico legato alla sua vita, si trasforma con il tempo in un progetto di natura sociale, che porta alla luce la situazione (ed il sentito) degli oppressi, di chi è stato cancellato.

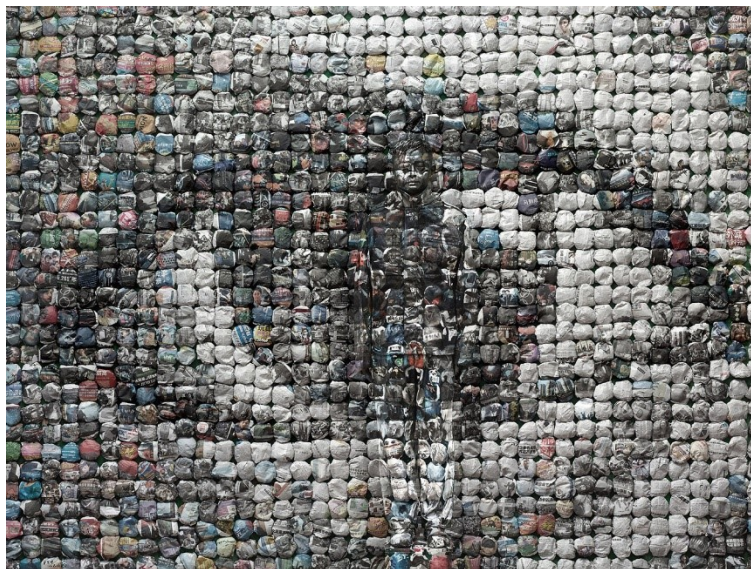


Figura 31 – Liu Bolin *Your World*, 2014

2.1.3 Francesca Woodman

Francesca Woodman è stata un'artista americana che fin dalla giovane età (la prima opera è stata prodotta quando aveva soltanto tredici anni) ha utilizzato, tra le altre tecniche, quella dell'autoritratto per i propri elaborati artistici. La sua ricerca dura nove anni durante i quali produce un grande numero di fotografie, dove il soggetto è quasi sempre il proprio corpo, il quale si mischia e si confonde fra le cose, composto della stessa stoffa del mondo, restituendo la propria immagine che “quasi si assimila all'intonaco dei muri, gioca con la propria ombra, compare da porte e finestre, si nasconde tra i mobili e gli oggetti” (Pierini, 2010, p. 14-16).



Figura 32 – Francesca Woodman *Self portrait at thirteen, Boulder, Colorado, 1972*



Figura 33 – Francesca Woodman *House 3, Providence, Rhode Island, 1976*

“L'io, che Woodman proietta e impersona nella sua opera, è un grimaldello che decostruisce dall'interno le aspettative della società per arrivare al cuore della sua indagine, ovvero all'essenza delle cose e prendere atto della propria consapevolezza: un percorso introspettivo talvolta doloroso, ma anche giocoso e ironico, come suggeriscono i suoi studiati ‘travestimenti’ estetici e intellettuali” (Fusi, 2010, p. 166). L'autrice utilizza quindi la propria immagine, immischiata con gli elementi presenti nei fotogrammi, per alimentare la ricerca della propria identità individuale ed artistica, effettuata, seppur con una disarmante maturità intellettuale e visiva, durante la sua adolescenza.



Figura 34 – Francesca Woodman *Space²*,
Providence, Rhode Island, 1977



Figura 35 – Francesca Woodman *Senza titolo*, Roma, 1977-1978

Nelle sue fotografie traspare quindi il rapporto tra il proprio corpo visto come oggetto-soggetto delle foto ed il proprio sguardo, nel dialogo che si instaura tra la Francesca artista e la Francesca modella delle proprie opere.



Figura 36 – Francesca Woodman *Self deceit 1*, Roma, 1978

2.1.4 Moira Ricci

Moira Ricci è un'artista italiana originaria della Maremma Toscana. I suoi lavori sono intimamente legati alle sue origini ed alle radici familiari. Il materiale a cui attinge sono storie narrate e vissute dalla sua grande famiglia di origini contadine, “in un continuo processo di comprensione e riappropriazione della sua storia personale” (Gusmani, 2015, p.179).

Il lavoro per il quale è maggiormente famosa è *20.12.53 – 10.08.04*, titolo composto dalle date di nascita e morte della madre. Questo lavoro è stato infatti iniziato come gesto naturale non appena l'artista viene a sapere della scomparsa del genitore. “È da quel giorno che iniziai ad entrare nelle foto di mia mamma per ‘cercarla’ e per ‘salvarla’” (Gusmani, 2015, p. 182) sono le parole riportate dalla psicologa e psicoterapeuta Chiara Gusmani nell'intervista all'artista contenuta nel libro *Oltre l'immagine*. Moira Ricci, infatti, come reazione alla notizia traumatica, inizia a cercare immagini di famiglia all'interno delle quali è presente la madre, si fotografa ed aggiunge la propria figura nella foto con un programma di fotoritocco.



Figura 37 – Moira Ricci *20.12.53 – 10.08.04(mamma con la neve)*, 2004

La dinamica che sta dietro a questo lavoro viene ben descritto dalla dott.ssa Gusmani nel testo: “l’uso della fotografia e dei video appaiono in questa artista subordinati alla necessità di narrare e sciogliere il bandolo della matassa dei temi che la abitano in quel momento, che premono per essere guardati. Il tema centrale ruota intorno alla perdita e al faticoso lavoro del lutto” (Gusmani, 2015, p. 182).



Figura 38 - Moira Ricci 20.12.53 –
10.08.04(fidanzati), 2004



Figura 39 - Moira Ricci 20.12.53 –
10.08.04(da nonna), 2004



Figura 40 - Moira Ricci 20.12.53 –
10.08.04(mamma sulla moto da nonna),
2004



Figura 41 - Moira Ricci 20.12.53 –
10.08.04(autoritratto), 2004

Attraverso l’autoritratto combinato ad altre tecniche artistiche, l’artista riesce a collocarsi “vicino alla persona amata annullando le leggi del tempo e dello spazio, opponendosi alla morte e al tempo stesso evocandola” (Gusmani, 2015, p. 184). Il medium fotografico ha permesso all’autrice di dare forma al proprio sentito, di rendere visibile l’indicibile, di dare il là al proprio processo di elaborazione del lutto.

2.1.5 Elina Brotherus

Elina Brotherus è una delle artiste contemporanee più famose della Scandinavia, lavora e vive a Helsinki ed Avallon. All'interno delle sue opere utilizza molto la propria immagine e l'autoritratto. All'interno di questo capitolo mi concentro particolarmente su un progetto effettuato nella sua prima fase artistica, quella maggiormente autobiografica

La raccolta di opere in questione è *Annonciation (2009-2013)*, all'interno della quale l'artista racconta una storia di “false annunciazioni aspettando un angelo che non si è mai fatto vedere” (sito elinabrotherus.com, 2013, tda). Questo progetto racconta infatti gli anni in cui l'autrice si è sottoposta ai trattamenti contro l'infertilità, senza però alcun successo. Anche in questo caso l'autoritratto viene utilizzato per dare concretezza ad una vicenda estremamente intima e delicata, racchiudendo tutto il sentito di quella fase della vita dell'autrice.

Prima di procedere con alcune foto tratte dal progetto, traduco qui di seguito alcune righe tratte dall'introduzione del lavoro sul sito ufficiale dell'artista: “Durante il trattamento, l'immaginazione corre veloce. Si pensa a quali nomi poter dare e a quale scuola il bambino andrà. Quando il trattamento non ha successo, non è esagerato dire che sembra di piangere qualcuno che è morto. La perdita è molto concreta. Uno non perde solo un figlio ma perde un'intera vita futura come una famiglia” (sito elinabrotherus.com, 2013, tda).



Figura 42 – Elina Brotherus *Annonciation*, 2009



Figura 43 – Elina Brotherus
Annonciation 2, Helsinki 18.03.2009,
triptych, 2009



Figura 44 – Elina Brotherus *Annonciation 10,*
2011

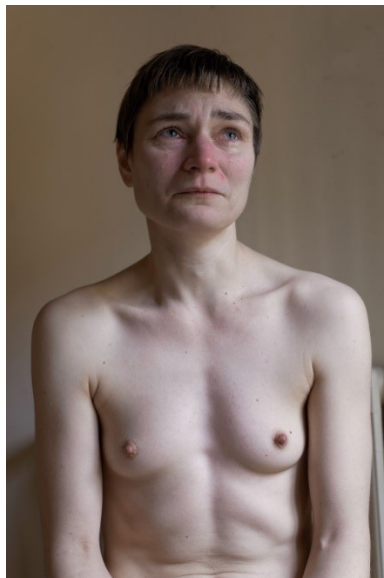


Figura 45 – Elina Brotherus *Annonciation 12, 2012*



Figura 46 - Elina Brotherus
Annonciation 18, 2012

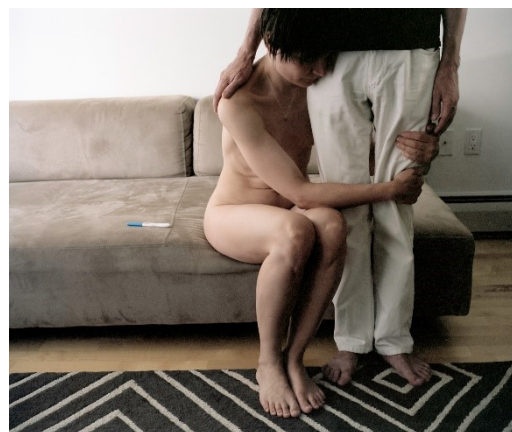


Figura 47 – Elina Brotherus *Annonciation 21,*
New York 11.07.2012, part 3, 2012

2.2 L'autoritratto nella fotografia terapeutica

Come anticipato in precedenza, con **fotografia terapeutica** si intende un processo naturale di auto-esplorazione e di sviluppo personale attraverso la fotografia.

All'interno delle opere presentate fino ad ora, che potrebbero anche rientrare sotto la categoria di "fotografia terapeutica", il fine ultimo era comunque la produzione di un elaborato artistico, pregno sicuramente del mondo interno dell'autore e con delle tangibili conseguenze riparatorie, senza però avere come esplicita il fine terapeutico dello strumento.

Parlerò invece adesso di alcune testimonianze nelle quali il mezzo fotografico, nello specifico l'autoritratto, sono stati utilizzati con il fine di esplorare sé stessi o addirittura come "auto-terapia". In questi esempi, l'utilizzo non persegue quindi dei fini artistici (nonostante il carattere artistico che gli elaborati possono contenere) ma degli scopi puramente "terapeutici", di sviluppo personale e lavoro su di sé.

2.2.1 Cristina Nuñez

Cristina Nuñez è un'artista e fotografa autodidatta, i cui lavori sono stati pubblicati ed esposti a livello internazionale. Negli anni ha utilizzato l'autoritratto come una sorta di "auto-terapia", nell'affrontare le sofferenze ed i momenti di crisi della sua vita. La sua esperienza nell'utilizzo di questo strumento le ha poi permesso di elaborare un dispositivo chiamato SPEX (Self-Portrait Experience®) con il quale effettua workshop in "carceri, centri di salute mentale, centri di recupero per tossicodipendenti, centri giovanili, scuole, accademie d'arte e fotografia, università, musei, gallerie e aziende" dal 2004 (sito <https://selfportrait-experience.com/>). Mi focalizzo adesso su quello che precede la creazione di questo strumento, dell'utilizzo personale dell'autoritratto da parte di Cristina Nuñez.

Come riporta l'artista nel capitolo scritto da lei nel libro *AutoFocus*, la pratica di questa tecnica è stata "una risposta intuitiva alle sofferenze della mia infanzia e della mia giovinezza" (Nuñez, 2010, p. 189). Nata nel 1962 in Spagna, quinta di sei sorelle, ha vissuto i suoi primi anni di vita al centro dell'attenzione e dello sguardo amorevole dei suoi familiari. Alla nascita della sua sorella minore e con la malattia di un'altra sua sorella, ha sentito nel giro di poco di star diventando una "bambina invisibile" ed iniziato ad avere una bassa autostima. La situazione si aggrava durante la separazione dei suoi genitori e della conseguente caduta in una profonda depressione della madre. "Avevo solo dodici anni e da allora mi sentii ancor meno vista" (Nuñez, 2010, p. 190) riporta l'autrice.

Dai quindici ai vent'anni è stata tossicodipendente: da un lato voleva attirare l'attenzione dei suoi genitori, dall'altro esplorare i suoi limiti. A diciannove anni, dopo che il padre le mandò a dire che, se non avesse smesso di fare uso di sostanze, non avrebbe più voluto vederla, entra in comunità e dopo un anno e mezzo tra Francia e Belgio smette definitivamente con l'eroina.

Dopo aver conosciuto un fotografo italiano, si è trasferita con lui a Milano, iniziando a lavorarci insieme. “A poco a poco scoprii la forza della fotografia come strumento di conoscenza. La prima volta che presi in mano una macchina fotografica rivolsi l'obiettivo verso me stessa e scattai un autoritratto: era il 1988. Avevo finalmente riprodotto lo sguardo di mia madre, della mia famiglia. Avevo trovato il modo di ricrearmelo da sola e, in questo modo, diventare indipendente” (Nuñez, 2010, p. 191). L'autrice prosegue raccontando che l'autoritratto ha continuato ad accompagnarla, soprattutto durante i periodi di crisi, nei quali si fotografava più assiduamente per poter entrare in contatto con le proprie emozioni e con la propria identità. Successivamente alla separazione dal marito ed alla morte di suo padre, accaduti nell'arco di tre mesi, ha avuto inizio un nuovo periodo di introspezione, nel quale l'autoritratto era diventato uno strumento quasi quotidiano. “Un anno di autoritratti mi aveva permesso di uscire dalla crisi, di trovare l'amore e ritrovare la passione per il lavoro” (Nuñez, 2010, p. 191).

Ha iniziato successivamente a far scattare autoritratti ad amici e conoscenti, persuasa che il suo procedimento potesse essere utile anche agli altri come lo era stato per lei ed allo stesso tempo a mettere a punto un dispositivo vero e proprio, che è diventato l'attuale SPEX. Nel 2006 comincia ad utilizzare il metodo in maniera più consapevole e strutturata.



Figura 48 – Cristina Nuñez *Autoritratto a Mauthausen*, 1995

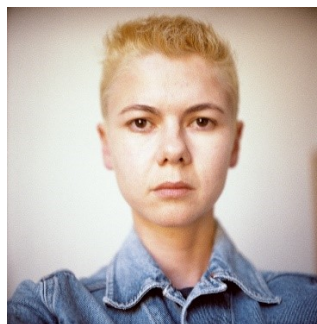


Figura 49 – Cristina Nuñez *Autoritratto da bionda*, 1998

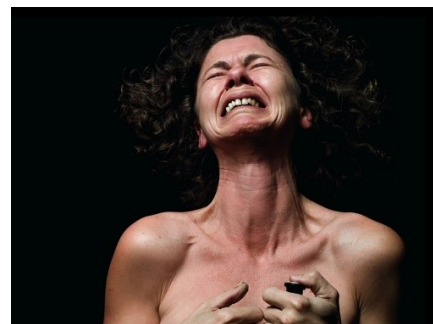


Figura 50 - Cristina Nuñez *Untitled*, 1998

2.2.2 Anna Fabroni

Nel libro *AutoFocus*, Anna Fabroni racconta la propria esperienza con la fotografia e con l'autoritratto e come questo le abbia permesso di prendere consapevolezza di sé e di ciò che stava vivendo.

Da piccola, racconta, era una bambina molto diversa dalle sue coetanee, viveva di nostalgie profonde, fino quasi a vivere di nostalgia nei confronti di un passato che non le era mai appartenuto. È cresciuta sentendo la precarietà degli affetti, credendo che l'amore andasse meritato, senza che mai nessuno le spiegasse che si poteva essere amati semplicemente per ciò che si è. “Ho trovato nel cibo un conforto e, quando le emozioni diventavano ingestibili, mangiavo. Il cibo mi dava quella sonnolenza e quella quiete di cui aveva bisogno” (Fabroni, 2010, p. 219). Questo suo malessere lo sfoga nel cibo e più ingrassava e più gli altri avevano nei suoi confronti atteggiamenti poco delicati. Pretendevano che ricoprisse ruoli ben precisi: l'amica simpatica e allegra, la persona con la quale confidarsi. Sentiva che la società stava decidendo il suo ruolo in base al suo fisico. “Così la sensazione che il mio corpo e la mia anima avessero due vite che non si appartenevano minimamente ha iniziato a deviarci, facendomi cercare un compromesso meno doloroso tra quello che ero e quello che apparivo” (Fabroni, 2010, p. 220).

Da qui lo specchio è iniziato ad essere il metro di giudizio di quanto più o meno amore meritasse: si vedeva brutta, non degna d'amore e vedeva riflessa un'immagine che raccoglieva tutto ciò che lei non sentiva di essere. Da lì ha iniziato a non mangiare. “Dovevo equilibrare le parti, costringere l'occhio altrui a una penitenza e a un pentimento continuo. [...] Quel 'no' [inteso come il non mangiare a tavola] era una richiesta d'amore, d'attenzione, di essere sufficientemente interessante da fermare un'azione o un pensiero altrui, costringerlo a fermarsi davanti al mio digiuno e, quindi, a vedermi, finalmente” (Fabroni, 2010, p. 220). Aveva finalmente trovato la sua personalità: Anna anoressica.

Da qui inizia a lavorare come modella. Una sera, mentre si trovava con un suo amico fotografo con cui stava lavorando, quest'ultimo la invita a provare a stare dall'altra parte, a scattare lei stessa una fotografia. “Ho cominciato a fotografarmi e l'ho fatto per vedere se in una foto la visione di me stessa sarebbe stata meno distorta. [...] Da quel momento in poi ho fatto della macchina fotografica una sorta di penna – pensieri chiusi in immagini, emozioni incomprensibili, che si svelavano nel poi di una foto” (Fabroni, 2010, p. 221-222).

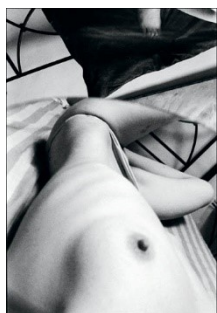


Figura 51 – Anna Fabroni *Costole*, 2004



Figura 52 – Anna Fabroni *Costole*, 2004

“La fotografia è il punto d’incontro del mio corpo con l’anima, con la testa. [...] Parlare a se stessi, in qualsiasi modo avvenga, invece, credo sia il primo passo verso una guarigione. Non ho sconfitto la mia anoressia, ma almeno ora non divora più tutte le mie emozioni, i miei pensieri, i miei affetti” (Fabroni, 2010, p. 222-223). L’autrice riporta che nei suoi autoritratti, quasi quotidiani, può tracciare facilmente un percorso: può vedere come sta e come ci sta. I suoi scatti non sono pensati completamente a priori: una luce particolare o un contesto che creano un’atmosfera nella quale sente rappresentato il suo stato d’animo e lei si fotografa. “Scatto ed è come se raccontassi a qualcuno; [...] scatto con la sensazione che devo consumare interamente quel desiderio di vedermi, di raccontarmi, di sentire che ho tanto e tanto da dirti, proprio quando mi sembra di essere sorda e muta” (Fabroni, 2010, p. 224).

Le fotografie che scatta non prendono mai vita quando sta bene ma sempre in momenti difficili, quando sente che nient’altro può provocarle quel senso di salvezza. Guardarsi da fuori, come se quella donna fosse un’altra, la aiuta a perdonarla, a comprenderla, a ridimensionare quel nero che la prende intera.

“Io e me stessa, le infinite me [...] sono tutte lì davanti allo specchio, a cercare un punto d’incontro, un momento in cui tutte sono e nessuna muore a discapito dell’altra. È cercare di portarmi avanti interamente, cercando di capire dove e a chi manca acqua e pane, è avere cura di me senza decidere liberamente di nutrire quelle parti più innocue o amabili” (Fabroni, 2010, p.227).



Figura 53 – Anna Fabroni *Twins*, 2009

L'AUTORITRATTO NELLA RELAZIONE D'AIUTO: CASI DI UTILIZZO

Nel seguente capitolo, dopo una prima parte di approfondimento teorico dello strumento e un assaggio del suo utilizzo in ambito artistico, riporterò alcune esperienze all'interno di setting clinici individuali e gruppalì ed esperienze laboratoriali. Alcuni di questi rientrano sotto l'etichetta di **fototerapia**.

Lo strumento dell'autoritratto è molto versatile e permette quindi una grande integrazione a molte altre tecniche, in un grande numero di contesti. Ho provato qui a raccoglierne alcuni esempi grazie all'enorme aiuto ricevuto dai professionisti attraverso la condivisione delle loro esperienze.

3.1 Le due Angeliche – setting di terapia individuale (dott.ssa Paola Rampone, psicologa, psicoterapeuta, psicodrammatista)

Questo primo caso è un esempio di utilizzo dell'autoritratto all'interno di un setting di terapia individuale condiviso dalla dottoressa Paola Rampone, psicologa, psicoterapeuta, psicodrammatista e specialista in fototerapia e fotografia terapeutica. Le descrizioni del caso che seguono sono una riformulazione dell'intervista effettuata alla professionista. La paziente verrà chiamata Angelica in quanto il nome del progetto costruito con i suoi autoritratti all'interno della terapia è "*Le 2 Angeliche*".

La paziente è stata inviata alla psicoterapeuta da una dietista con cui collabora: la donna, allora di 40 anni, era obesa e non riusciva a dimagrire. La dietista ha quindi supposto che ci fosse una motivazione psicologica importante sottostante alla fatica a mantenere la dieta. Verrà ipotizzata in seguito una correlazione fra la perdita di peso di Angelica e la ricerca di porre fine agli abusi sessuali subiti dal fratello maggiore. Durante la terapia emergono eventi e dinamiche familiari molto dolorosi: emerge che tutte e tre le sorelle erano state abusate dal fratello e i genitori pare fossero a conoscenza dei fatti. Nella grande cascina della Langa in cui loro vivevano con tutto il parentado, già il nonno era stato scoperto ad avere interessi morbosi nei riguardi dei bambini. Mai allontanato dalla cascina, si presume che anche il fratello di Angelica sia stato oggetto di abusi da parte del nonno; durante l'adolescenza ha poi a sua volta iniziato ad abusare delle sorelline che allora avevano quattro, sei ed otto anni.

La paziente, durante la terapia, parla di immagini interiori, di ricordi ed inizia con la guida della terapeuta a lavorare sulle fotografie dell'album familiare, così come sulle fotografie scattate da lei ed altre immagini che portava in terapia per raccontare i suoi vissuti emozionali.

Dopo circa sei anni dall'inizio della terapia, Angelica decide di rivolgersi all'Ospedale di Torino per fare un'operazione bariatrica. È in questa fase che chiede di iniziare un percorso di autoritratto che racconti la trasformazione fisica che inizia immediatamente dopo l'intervento.

Angelica riferisce alla terapeuta di aver sempre avuto un rifiuto verso i manichini dei negozi di abiti, proprio perché molto magri rispetto al suo corpo. Decide quindi con lei, di utilizzare un manichino come "alter ego" per immortalare la sua trasformazione. Sceglie di denudarsi completamente accanto al manichino (che è "l'altra Angelica", da qui il titolo "*Le 2 Angeliche*"), prima diventando manichino lei stessa, posizionandosi nello stesso modo del manichino come per indicare una rigidità innaturale che indica il "come se".



Figura 54 – *Le 2 Angeliche*



Figura 55 – *Le 2 Angeliche*

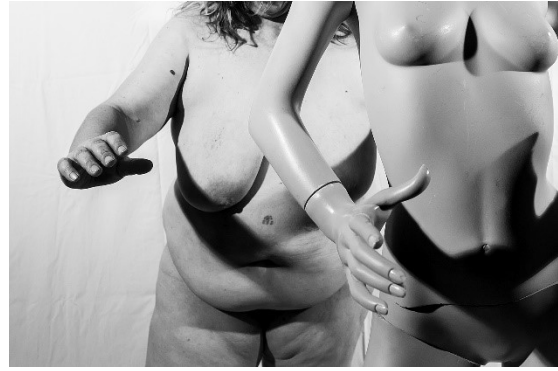


Figura 56 – *Le 2 Angeliche*

Nelle settimane e mesi successivi, quando il corpo dimagrisce, la paziente si permette di essere altro dal manichino, cessando di imitare le sue pose ed assumendo posizioni differenti, proprie. Con l'avanzare degli scatti arriva anche ad un'individuazione del Sé che le permette di sorridere, di farsi vedere in volto, di giocare con il manichino. Volutamente sceglie di passare dall'utilizzo del solo bianco e nero all'utilizzo del colore nella rappresentazione di sé. Alla fine, affiora la possibilità di rivedersi, di guardarsi allo specchio e poter rinascere.



Figura 57 – *Le 2 Angeliche*



Figura 58 – *Le 2 Angeliche*

Durante l'intervista, la dottoressa Rampone riferisce: “Lo strumento fotografico è un mezzo potentissimo che permette una ricerca del Sé meno spaventosa che, pur andando in profondità, permette a chi lo utilizza di non averne timore. L'autoritratto nello specifico ha permesso ad Angelica di potersi vedere, guardare attraverso le immagini, anche perché negli anni lei aveva rinnegato e bandito dalla sua vita lo specchio. In questo modo ha iniziato a riprendere contatto con il suo corpo, con la sua immagine e con quella parte di lei che aveva abbandonato”.

Il setting è stato costruito insieme alla paziente: in una stanza preparata apposta per l'esperienza hanno appeso al muro un lenzuolo bianco che “rappresentasse il vuoto, il nulla, ma anche la purezza ed innocenza”. In questa stanza le fotografie sono state scattate, con una fiducia totale riposta nei confronti della terapeuta che è sempre stata presente nella sala, anche durante gli scatti più intimi.

Alla mia domanda rispetto a quali fossero stati gli insight e che cosa avesse permesso di fare l'utilizzo dello strumento all'interno della terapia, la dottoressa risponde così: “Non è stata solamente la fotografia, ma la relazione, la fiducia nello strumento e nel chi l'ha accompagnata durante il viaggio interiore, a permettere ad Angelica di consapevolizzare quali meccanismi l'avevano portata ad una condizione di obesità e soprattutto l'hanno aiutata a trasmettere alla figlia il non avere paura dell'uomo (inteso come maschio). Infatti, anche se lei stessa si era sposata, ha sempre avuto con il marito (che conosceva la sua storia) una relazione di distanza emotiva e sessuale, con vincoli e barriere da lei costruiti. Grazie al percorso ha smantellato le barriere trasmettendo alla figlia una libertà interiore ed un processo psicologico differente rispetto alla relazione con l'altro”.

Terminato il progetto dopo un paio di mesi dal suo inizio, Angelica ha continuato a portare immagini in terapia e tutt'ora, anche se la terapia è stata sospesa come simbolo di “indipendenza dal terapeuta”, spesso Angelica invia ancora delle immagini che raccontano il suo “dopo”. “Un legame che continua attraverso le immagini”, chiosa la terapeuta.

3.2 Utilizzo con pazienti oncologici – setting gruppale (dott.ssa Barbara Bernabei, psicologa, psicoterapeuta)

Questo secondo sottocapitolo tratta l'esperienza gentilmente condivisa dalla psicologa psicoterapeuta Barbara Bernabei dell'utilizzo dell'autoritratto all'interno delle attività con un gruppo di pazienti oncologici.

Il target è un gruppo omogeneo di circa 10-12 pazienti con diagnosi oncologica partecipanti ad un percorso di due anni con delle attività gestite dall'Associazione Umbra per la lotta Contro il Cancro Onlus di Perugia.

Il percorso inizia con un'esperienza di una settimana presso il Centro Velico Caprera dove i partecipanti seguono un corso di vela imparando le nozioni base della navigazione e le conoscenze tecniche del mare e della barca a vela. Durante ogni uscita i pazienti sono accompagnati dal team di psicoterapeuti, agevolando così il processo di ascolto, comunicazione e analisi interiore. Al termine della giornata, rientrati dalla lezione, viene effettuata una sessione di ascolto e condivisione in gruppo partendo dall'esperienza vissuta in mare durante il giorno. I pazienti inizialmente non si conoscono e possono essere sia persone in cura che persone post-cura oncologica. Dopo questa prima esperienza il gruppo continua il suo percorso con incontri settimanali di sostegno psicologico dove vengono proposte diverse attività di arteterapia e psicoterapia. È nel corso di questi incontri che vengono proposte le attività di fototerapia.

Verso la conclusione del secondo anno viene proposta una giornata intensiva dove si propongono diverse attività, all'interno delle quali la dottoressa Barbara Bernabei ha utilizzato l'autoritratto, ispirandosi in parte alla metodologia SPEX di Cristina Nuñez, sperimentata all'interno del corso di fototerapia organizzata dal gruppo NetFo. Il setting viene quindi preparato adibendo una stanza per l'esercizio, utilizzando un telo nero come sfondo, posizionando la macchina fotografica ed un flash. I pazienti utilizzano un telecomando per scattare.

I pazienti raggiungono la stanza uno alla volta non sapendo in anticipo l'attività che sarebbero andati a fare e dovendo mantenere il segreto una volta rientrati nel gruppo. La psicologa sottolinea l'importanza dell'effetto sorpresa nella proposta di questa attività. Una volta arrivati nella stanza, ai pazienti viene illustrato il procedimento legato alla realizzazione degli autoritratti e poi vengono lasciati soli nella sala a scattarsi le fotografie. La consegna data è quella di esprimere delle emozioni non facili da vivere: la rabbia, la tristezza, la felicità, la paura ed una scelta liberamente. Una volta conclusa la fase degli scatti le foto vengono viste in

coppia paziente-terapeuta, in un posto intimo, lontano dalla presenza degli altri componenti del gruppo.

“Lo scopo dell’attività non è quello di far vedere la malattia oncologica ma quello di dare spazio e visibilità alle risorse che le persone possiedono a prescindere dalla malattia. Le espressioni che si vanno a cercare nelle fotografie non sono in funzione della malattia ma della parte sana. A questo lato spesso non viene data la giusta visibilità” spiega la dottoressa Bernabei.

Durante la mattinata, mentre nella stanza adibita viene effettuata l’esperienza di autoritratto, il resto del gruppo svolge attività corporeo-teatrali, collage e ginnastica dolce per facilitare il rientrare in contatto con il proprio corpo.

Nel pomeriggio, dopo il pranzo insieme, si passa ad una parte di gruppo dove vengono proiettate (previo consenso individuale di ogni paziente) le foto scattate e viste in coppia con la terapeuta al mattino.

Le fotografie sono state accolte dai soggetti con grande sorpresa e trattate dagli altri componenti del gruppo con grande rispetto. È un’attività che porta ad un grande consolidamento del gruppo. Durante la visione delle singole fotografie viene prima dato spazio alla condivisione del vissuto da parte del soggetto, poi a ciò che gli altri sentivano di voler condividere rispetto alla visione delle foto dell’altro. Molti degli elementi emersi durante questo momento di condivisione vengono poi ripresi durante i momenti di terapia individuale.

Alla domanda rispetto alla scelta dell’utilizzo di questo strumento all’interno del gruppo, la terapeuta ha risposto: “Questo strumento ha permesso di fare un lavoro sulla parte sana della persona e non solo sulla malattia. La persona ha delle risorse e può decidere anche diversamente rispetto a tutto quello che ha fatto finora. Il rischio di questi gruppi è che diventino una ‘cronaca della disgrazia’, ma l’ascolto della narrazione della malattia è solo una parte del percorso. L’autoritratto permette di dare forma e concretezza alla forza che mettono nel vivere questa situazione e poterla vedere. La loro forza, il loro orgoglio, la loro fierezza. La loro vita può essere ricostruita. Magari non sarà più quella di prima ma non dev’essere per forza brutta. Queste foto servono per permettere loro anche di uscire dall’etichetta: si sono viste ‘normali’ dentro queste foto, hanno visto il potenziale presente nella loro parte sana. È stata anche una possibilità di mettere un punto: sono arrivati fino a qui, ora c’è altro. Un prima e dopo permesso dal fatto di potersi vedere. Durante le terapie molte sono le modifiche che il corpo e l’aspetto subiscono, molti non si sono più guardati da prima della malattia. Hanno fatto un grande atto di coraggio: si sono messi di fronte a quello che è accaduto, permettendosi di poter mettere un punto e continuare a vivere verso ciò che li aspetta”.

Questo percorso, grazie anche al vissuto di questa esperienza di autoritratto, aumenta incredibilmente la coesione all'interno del gruppo. Da gruppo di supporto terapeutico spesso si trasforma in gruppo di mutuo-aiuto: i partecipanti si frequentano, si supportano anche al di fuori. L'autoritratto ha aiutato a vedere in maniera immediata il lato più intimo di ognuno di loro permettendo di alimentare i legami creati nel gruppo.

Continuo l'esposizione di questo caso di utilizzo mostrando le foto di un paziente che la dottoressa Bernabei mi ha indicato come significativa. La donna è un'infermiera che lavora in ospedale, diventata successivamente paziente oncologica. A terapie concluse è tornata a lavorare come infermiera. È sposata, ha due figli e quindi anche la sfera della genitorialità ha avuto una grande importanza durante la malattia. È una donna dal carattere molto deciso, che difficilmente si abbatte. Ha compreso cosa vuol dire utilizzare le risorse per affrontare questo evento. Di tutto il gruppo è stata quella più accogliente e positiva.



Figura 59



Figura 60



Figura 61



Figura 62



Figura 63



Figura 64



Figura 65



Figura 66



Figura 67



Figura 68



Figura 69



Figura 70



Figura 71



Figura 72

Concludo l'esempio riportando un piccolo feedback legato all'esperienza con l'ultimo gruppo al quale la dottoressa ha proposto l'attività dell'autoritratto.

La consegna è stata quella di autoritrarsi esprimendo emozioni di isolamento (sentimento che aveva connotato il gruppo della recente esperienza presso il Centro Velico Caprera), paura, rabbia e gioia.

Nel primo contatto con il set fotografico, i vissuti rappresentati sono stati differenti: chi impaurito, chi preoccupato per il riuscire ad esprimere le proprie emozioni, chi a disagio perché non apprezzava l'essere fotografato, provando difficoltà ad entrare in contatto con la propria immagine. Riporto alcune affermazioni raccolte dalla terapeuta: "Ero incuriosito dalla situazione che mi costringeva a mettermi in mostra e rivedermi in foto dato che non mi sono mai piaciuto nelle fotografie. Imbarazzato come se fossi in 'mostra' davanti a chi mi giudica. Il giudizio degli altri è sempre una mia ossessione" (D2). "È stato strano, non mi piace essere fotografata perché non riconosco l'immagine che appare sulle foto" (D8).

La difficoltà e la paura nell'entrare in contatto con la propria immagine è evidente e per alcuni è esplicita anche la difficoltà a riconoscersi. Interessante il feedback di una dei partecipanti, che racconta il suo primo contatto con il set fotografico così: "Entrata nella stanza ho sentito di entrare in uno spazio 'di verità'! Uno spazio dove non si potevano mettere 'maschere'... un momento necessario e di opportunità per me stessa" (D1).

La fase dello scatto e la successiva visione delle immagini con la psicoterapeuta ha permesso una prima riflessione sull'esperienza appena vissuta ed alcune considerazioni partendo dalle fotografie prodotte come risultato. "Rivedendo le foto, mi sono accorta che il più delle volte non mostro emozioni. Che sia isolamento, che sia rabbia o altro. Solo la gioia è quella che si nota di più perché si può gioire da tante piccole cose" (D3). "[...] È stato facile scattare le foto sulle singole emozioni perché sono le emozioni che vivo costantemente, quelle

che fanno capolino molto spesso” (D4). “Mi sono rivista e mi sono resa conto che sono sempre molto critica con me stessa” (D5). “È emersa prepotente la sensazione di disagio di fronte alla mia immagine in foto” (D8).

Nella condivisione delle fotografie in gruppo è emerso il clima di fiducia, accoglienza e comprensione da parte degli altri partecipanti, con i quali si sono condivisi già due anni di percorso. I punti di vista altrui hanno aiutato nel confermare stati d’animo e consapevolezze, ma anche ad aggiungere elementi prima non considerati o non chiari ai soggetti.

Riporto in seguito alcune risposte alle domande relative al “che cosa avesse aggiunto la restituzione da parte degli altri sulla visione delle proprie foto” e quale fosse “la percezione di un cambiamento rispetto alla prima visione in coppia con la terapeuta”: “Hanno colto il mio stato d’animo nascosto anche a me stessa” (D4). “Consapevolezza di aspetti che mi riguardano, loro mi hanno conosciuto a Caprera e possono dire cose importanti per me” (D6). “Dettagli su cose che non vedevo o fingevo di non vedere. Approfondimenti su me stessa” (D5). “C’è stata conferma che la difficoltà a mostrare gioia nasce dalla paura di farla vedere” (D8). “Credo che la mia prima sensazione si sia ammorbidita dopo la ‘lettura’ fatta dal gruppo” (D2). “Si cambia modo di vedere le foto, si notano sfumature sulle espressioni, sul modo di porsi attraverso un obiettivo” (D3).

3.3 Utilizzo in carcere – setting gruppale (dott.ssa Paola Rampone, psicologa, psicoterapeuta, psicodrammatista e dott.ssa Chiara Digrandi, psicologa, arteterapeuta, PhD, facilitatrice dispositivo SPEX)

Proseguo ora riportando due lavori gentilmente condivisi dalla dott.ssa Paola Rampone, psicologa, psicoterapeuta, psicodrammatista e specialista in fototerapia e fotografia terapeutica e dalla dott.ssa Chiara Digrandi, psicologa, arteterapeuta, PhD e facilitatrice del dispositivo SPEX di Cristina Nuñez. La prima ha utilizzato l'autoritratto all'interno di un progetto presso la Casa Circondariale di Saluzzo, la seconda presso il carcere femminile di Arequipa, in Perù.

Nel primo progetto, effettuato dalla dott.ssa Rampone, il gruppo era formato da otto persone appartenenti all'area 41/bis della Casa Circondariale di Saluzzo, tutti con una pena che variava dai quindici anni di reclusione in su, per vari motivi legati alle cosche e/o ad attività legate alle famiglie mafiose/camorristiche, a seconda della zona di provenienza. Alcuni incriminati anche per omicidio. Questo progetto, dal titolo *FOTOGRAFIAMOCI DENTRO*, nasce dal desiderio di accompagnare i detenuti all'espressione delle proprie emozioni. Non è partito come progetto di autoritratto vero e proprio, ma come strumento per raccontare attraverso l'arte e gli strumenti artistici le emozioni ed i vissuti dei detenuti, in un luogo, quello del carcere, soprattutto per la sezione 41/bis, dove le persone non parlano, non si esprimono e non raccontano di sé. Solo in itinere durante l'evoluzione del progetto l'autoritratto è stato utilizzato come mezzo per raccontare l'emozione attraverso l'espressione facciale.

“L'attività inizialmente è stata accolta con diffidenza e pregiudizio, ma nel giro di un paio di mesi si sono sciolte alcune rigidità, arrivando a permettersi di raccontare alcuni ricordi, spunti familiari di quotidianità che portavano e custodivano dentro di sé con gelosia. Lo strumento ha permesso di raggiungere una coesione differente, superando il rispetto portato per l'appartenenza a determinate famiglie o la gerarchia. Ha permesso loro di vedersi come persone, come individui, che condividevano nel gruppo storie di vita e parti di sé. Hanno sentito e percepito, in primis da parte dei conduttori, non un giudizio ma una spinta di reale curiosità ed interesse a conoscere le loro storie” mi racconta la dottoressa.

Il setting era formato da una cella adiacente ad una stanza in cui si svolgevano gli incontri, concessa per ampliare lo spazio di incontro. I secondini erano sempre presenti al di fuori degli spazi e partecipanti e conduttori potevano circolare liberamente tra le due stanze: in una venivano svolte le attività artistiche, nell'altra la fotografia. Le macchine fotografiche utilizzate erano regolarmente perquisite ad ogni ingresso. Gli incontri erano settimanali della

durata di una giornata intera, con una pausa pranzo a dividere le attività della mattina da quelle del pomeriggio. “Con il proseguire degli incontri, abbiamo iniziato a comprendere che il gruppo iniziava a ‘fidarsi’ di noi quando di nascosto ci portavano il caffè preparato nelle loro celle e portato in bicchieri. Un momento ‘normale’ di condivisione...” afferma la terapeuta.

Il progetto ha permesso, attraverso la fotografia, l’autoritratto ed altri elementi artistici di andare oltre alle ragioni per cui si era incarcerati, di lavorare insieme sulle proprie emozioni e sulla possibilità di poterle esprimere senza giudizio, il raggiungimento di un sempre maggiore rispetto delle differenze altrui e delle emozioni contrastanti, una collaborazione per la produzione di un lavoro finale.



Figura 73



Figura 74

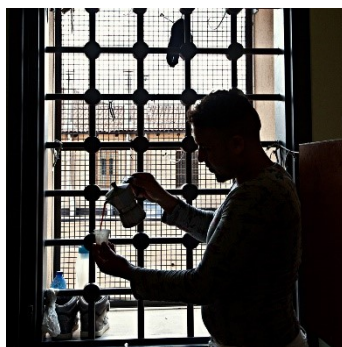


Figura 75



Figura 76

Il secondo progetto è stato proposto nel 2011 dalla dott.ssa Digrandi nel carcere femminile di Arequipa, in Perù, utilizzando il dispositivo SPEX. Questo carcere, in quel momento, accoglieva più o meno 85 donne con una grande diversità all’interno del gruppo. L’accompagnamento presente nel carcere era di stampo molto religioso. La vita all’interno del carcere comportava spesso situazioni molto complesse e violente, con celle condivise e senza alcuna opportunità di privacy. Il gruppo selezionato per la proposta di questo laboratorio era composto da sette donne tra i 22 e i 46 anni, scelte dalla psicologa del carcere secondo la percezione di bassa autostima.

La dott.ssa Digrandi, facilitatrice SPEX, ha passato dieci mesi in Perù proponendo laboratori esperienziali in diversi contesti tra cui, oltre l'esempio qui riportato, in carceri minorili, ecc., avendo risultati potenti e significativi rispetto all'immagine di sé. All'interno di questi contesti molto stigmatizzanti l'identità spesso si sovrappone completamente al reato commesso, diventando, le persone, solamente un numero. L'utilizzo dell'autoritratto può permettere di avere visioni differenti su di sé e sugli altri, lavorando sulla molteplicità della propria immagine e sulle immagini altrui.

Il dispositivo SPEX è stato presentato alle donne riportando la storia di Cristina Nuñez. Questa parte risulta molto importante, in quanto molte volte permette a questi tipi di collettivi di identificarsi con la storia di vita che ha portato alla creazione dello strumento. In parallelo allo svolgimento degli autoritratti, sono state proposte delle attività di scrittura autobiografica per lavorare sull'importanza della narrazione della propria storia all'interno di questo contesto in cui lo spazio per raccontare la propria vita era poco. Gli scatti sono stati effettuati all'interno di una stanza molto piccola, di circa tre metri per due, in cui l'allestimento con sfondo nero veniva montato e smontato. Per le donne che hanno partecipato, il primo impatto non è stato facile: all'interno del carcere non erano previsti momenti e luoghi in cui poter stare da sole, momenti di intimità personali per poter riflettere. Inoltre, non erano presenti specchi: molte di loro non vedevano la propria immagine da molto tempo.

Il lavoro proposto ha previsto l'esercizio delle emozioni e l'esercizio "io e l'altro", che si basa sulla realizzazione di autoritratti relazionali. C'è stato bisogno di molto tempo per creare una relazione di fiducia tra le donne e la facilitatrice; le sessioni spesso si allargavano tantissimo oltre la durata prevista. Con il susseguirsi degli incontri, tutte le donne hanno imparato a leggere la bellezza delle immagini, si sono sorprese della molteplicità dei propri autoritratti e, quindi, di sé stesse, e di come potesse venire fuori uno spettro molto ampio di emozioni. Una parte fondamentale del lavoro è stata la possibilità di prendersi dello spazio di solitudine, in silenzio, in contemplazione con sé stesse: questo sembra aver permesso alle donne di "liberarsi", di entrare in contatto profondo con la propria intimità e con il proprio passato, iniziando un processo di auto-perdono.

Nelle sessioni individuali sono emerse diverse questioni: il pentimento dei reati commessi, la richiesta di misericordia e perdono a Dio, la collera, la vulnerabilità, l'impotenza, la fragilità, la forza. In gruppo hanno collaborato e si sono coinvolte molto nella creazione delle storie, hanno imparato a volersi bene, vedersi sotto nuovi punti di vista e creare uno spazio in cui esporsi senza giudizio e con rispetto del vissuto altrui.



Figura 77



Figura 78



Figura 79



Figura 80



Figura 81

3.4 Utilizzo nella scuola – setting gruppale (Rosy Sinicropi, fotografa, facilitatrice dispositivo SPEX)

*“Abbiamo mostrato i nostri volti come in uno specchio,
anche se in realtà vanno molto oltre,
mostrano ciò che non si vede all'apparenza.
Devi spostarti dietro allo specchio, con il coraggio di andare dove nessuno guarda,
per percepire la parte più vera di te, oppure,
come Alice nel paese delle Meraviglie,
puoi entrare nello specchio e scoprire un mondo nuovo, una meravigliosa te stessa.”*
(Attraverso lo specchio, pubblicazione del laboratorio di Rosy Sinicropi)

Il prossimo caso di utilizzo mi è stato gentilmente condiviso dalla fotografa Rosy Sinicropi, facilitatrice del metodo SPEX di Cristina Nuñez, che ha proposto un laboratorio di autoritratto a due classi di studentesse presso l'Enaip Borgomanero. Lo scopo del laboratorio era quello di utilizzare l'arte, l'autoritratto nello specifico, successivamente accompagnato anche dalla scrittura, per dare spazio alle proprie emozioni.

Le ragazze hanno spontaneamente deciso di partecipare, svolgendo il lavoro sulle emozioni proposto dal dispositivo SPEX. Di grande importanza è stata anche la collaborazione da parte del corpo docenti, che ha messo a disposizione gli spazi dove poter effettuare il laboratorio. “L'arte è stato lo strumento che ha permesso di togliere etichette e giudizio che una scuola professionale mette, andando a valorizzare le figure più iconiche che le partecipanti hanno portato, in un contesto sicuro, un clima di fiducia e con possibilità di scelta” afferma la fotografa. In maniera spontanea, accompagnati dagli autoritratti, è avvenuto anche un lavoro di scrittura che ha permesso di esprimere emozioni ed elaborare dei concetti su alcune tematiche che sono state successivamente argomento di confronto con il gruppo. Da questo confronto è stato estrapolato dalle partecipanti anche il titolo del lavoro, che da individuale e di gruppo è diventato anche collettivo con la condivisione delle fotografie in una mostra all'interno della scuola. È stata effettuata anche una pubblicazione della mostra, composta da un flusso di immagini e parole che vanno a costruire un racconto al femminile, prendendo il titolo di “Attraverso lo specchio”.

Seguono citazioni presenti all'interno della pubblicazione, per rappresentare la portata emotiva del progetto sviluppato dalle partecipanti facilitate dalla fotografa.

*“Da piccola sognavo come una principessa,
ma non tutti i sogni si avverano
e ora vivo e combatto come una guerriera.”*

*“Per ora mi lascio uccidere dall’ansia:
Stringo i denti.
Io sono una donna forte.
Posso farcela.”*

*“Mi viene un nodo in gola.
Mi manca il respiro.
La paura di non essere capita.
La paura di essere giudicata.
La paura di non essere all’altezza.”*

*“Devo andare via. Non so cosa mi aspetta.
Devo tornare! Voglio tornare!
Voglio fare quello che ho in mente per la mia vita.
So che posso farlo.
Ho fiducia in me.”*

*“Tengo tutto dentro.
Come carta che brucia
e svanisce da sola.”*

*“Merito di meglio.
Non voglio piangere nel bagno di nascosto
o quando vado a dormire.”*

*“Alcune volte le cose che tengo dentro di me
spariscono da sole, come se niente fosse,
come se si brucassero da sole.
E spariscono – come se nulla fosse successo.”*

3.5 Utilizzo nel conflitto bellico – setting gruppale (Rosy Sinicropi, fotografa, facilitatrice dispositivo SPEX)

Concludo questa rassegna di casi di utilizzo, portando due esempi gentilmente condivisi dalla fotografa Rosy Sinicropi, che ha effettuato dei laboratori di autoritratto con gruppi di persone che hanno vissuto situazioni complesse legate a conflitti bellici.

3.5.1 Esperienza con donne ucraine

Il primo laboratorio è stato svolto a Novembre 2022 con un gruppo di donne ucraine scappate dalla guerra e rifugiate in Germania, in collaborazione con un'associazione di Monaco di Baviera che ha offerto un supporto nell'accoglienza e successivamente nella socializzazione di donne e bambini. Le donne si sono iscritte in autonomia a questa proposta, non tutte avendo ben chiaro di che cosa si trattasse e che cosa sarebbero andate a fare. Non si conoscevano tra loro e le sedute di autoritratto venivano effettuate su appuntamento in maniera individuale con la fotografa: solo successivamente è stata svolta la parte di condivisione in gruppo.

Dopo una prima parte di lavoro sulle emozioni difficili, caratteristico ed introduttivo del dispositivo SPEX, e la lettura in individuale degli autoritratti, la fotografa ha proseguito con un lavoro sulle radici, reputato importante trattandosi di persone obbligate a fuggire dalle loro case improvvisamente. Ha quindi chiesto loro di cercare una fotografia che rappresentasse una persona con cui avrebbero voluto essere, un luogo dove avrebbero voluto essere o un oggetto che avrebbero voluto avere con loro. Non è stato per tutte facile riuscire a recuperare queste fotografie: una volta arrivate in Germania avevano tutte cambiato i cellulari, perdendo le fotografie della loro “vita precedente”. Alcune hanno dovuto cercare una foto che potesse raccontare ciò che avrebbero desiderato attraverso i social, non sempre riuscendo a trovare esattamente la foto che cercavano.

Ognuna di loro ha portato qualcosa di diverso: il luogo dove facevano sempre colazione, amici o parenti in quel momento lontani, loro stesse in momenti di spensieratezza. Ognuna di loro portava più immagini ed ha poi lavorato assieme alla fotografa nella scelta della “foto giusta” da poter abbinare all'autoritratto maggiormente iconico, andando a creare dei dittici narrativi tra le loro immagini.

Durante le sedute di autoritratti, nella fase di confronto in coppia con la facilitatrice, un elemento chiave è quello dell'ascolto, oltre che dello sguardo alle immagini: ogni donna porta una storia di sofferenza unica, alla quale si riesce a dare spazio tra fotografie e parole.

La creazione dei dittici, dall'autoritratto individuale delle donne in relazione alla fotografia scelta, è un momento rivoluzionario, in grado di cambiare prospettive. Questo lavoro di autoritratto ha come focus anche quello di cercare visioni divergenti, cambiare lo sguardo rispetto alla propria immagine ed al proprio vissuto. Con molte partecipanti, oltre alla sofferenza enorme del momento, è venuta a galla anche la forza ed il coraggio con i quali stavano vivendo quella situazione. Rispetto al ruolo della professionista, durante l'intervista mi racconta che il suo obiettivo non era quello di "curare" un qualche malessere, non essendo lei una professionista della relazione d'aiuto, ma quello di facilitare la trasformazione di quel "cancro" che queste donne si portavano dentro, permettendo loro di buttarlo fuori, modificarlo, creare bellezza. Nessun problema è stato "risolto", ma quella sofferenza, tramite le immagini, si è trasformato. Per le donne è stato un momento incredibilmente catartico, liberatorio.

Una donna ha scelto una foto in bianco e nero, di un giovane uomo in spiaggia: era il nonno. Nella lettura dell'immagine parlano del fatto che questo uomo è al mare in tranquillità, mentre lei è lì e sta soffrendo. Ha perso tutto ed è in un paese dove non vuole stare. Lei si commuove molto. Durante il racconto della provenienza dell'immagine scelta, la donna racconta che quell'uomo, il nonno, durante la Seconda guerra mondiale aveva passato cinque anni in un campo di concentramento nazista perché ebreo ma fortunatamente era riuscito a fare ritorno a casa. Qualche anno dopo viene rinchiuso in un gulag sovietico e nuovamente riesce a sopravvivere. Quella foto ritrae questo uomo dopo dieci anni passati in prigionia, senza alcuna libertà. L'accostamento di questa foto al suo autoritratto la incoraggia, le dà un messaggio di forza, le sussurra che ce la può fare. Se lui ce l'ha fatta, anche lei può farcela.

L'esperienza ha avuto conclusione con una mostra finale, dove le donne hanno potuto conoscersi ed ascoltare a vicenda le rispettive storie.



Figura 82



Figura 83

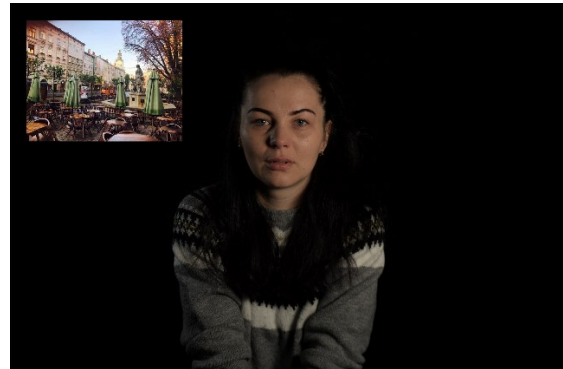


Figura 84

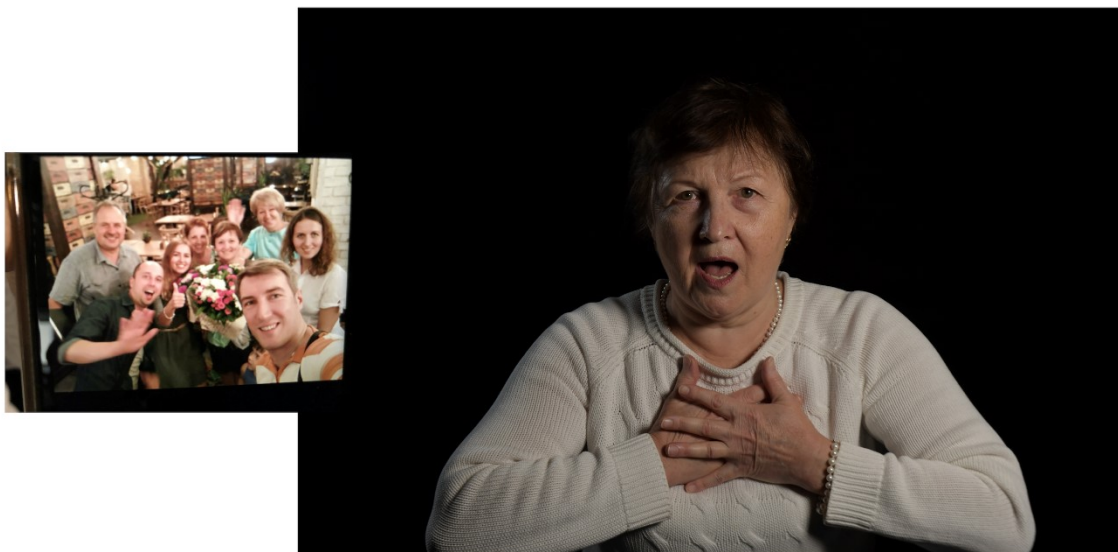


Figura 85

3.5.2 Esperienza a Gaza

L'ultimo esempio di utilizzo dell'autoritratto riguarda un laboratorio che la fotografa Rosy Sinicropi ha proposto nel 2018 a degli studenti della Striscia di Gaza, in collaborazione con il fotografo documentarista Jacob Balzani Lööv per l'ONG Vento di Terra, da cui è successivamente stato pubblicato il libro *Coordination Denied*. Il progetto consisteva nel proporre a questi studenti un laboratorio di autoritratto e fotografia per raccontare il loro vissuto ed i luoghi in cui vivevano. Una settimana prima della partenza, però, il loro ingresso viene bloccato dal governo perché le loro attività vengono ritenute “non umanitarie”. Il coordinamento viene quindi negato. Decidono di partire comunque, usando come base Betlemme, e proporre il laboratorio comunicando tramite Facebook e Google Translate. I due fotografi hanno fatto tappa in diversi luoghi di Israele, fotografando i muri che dividevano i territori e scattandosi degli autoritratti per imprimere la loro presenza in un luogo dove non gli è stato permesso di andare, per far vedere ai ragazzi che la scelta di non incontrarli non era stata loro ma una decisione imposta. Da questi loro autoritratti e dalle fotografie che si sono scambiati nei messaggi tramite social è nato un dialogo, che ha permesso comunque di portare avanti questo laboratorio. Nella scuola di Gaza era presente un educatore che gli ha aiutati e che permetteva di sentirsi quotidianamente per coordinare le attività. I ragazzi e le ragazze che hanno mandato messaggi e fotografie che raccontavano la loro vita quotidiana nel corso della loro giornata. Alcuni avevano paura di mandare il loro volto per intero: ritraevano soltanto occhi, bocche, mani. Nell'introduzione del volume stampato, i due fotografi raccontano che nelle foto dei ragazzi erano ritratti momenti quotidiani, di normalità per degli adolescenti a cavallo tra l'infanzia e l'età adulta. Fotografie che mostrano relazioni, vita in famiglia, momenti quotidiani, in contrapposizione alle fotografie ed agli autoritratti dei fotografi che mostrano invece uno stato dove i muri ed i confini sono normalizzati. “Ogni volta che vengono create delle divisioni, diventa facile smettere di comunicare e creare mostri. Come gli schiavi nella caverna di Platone, non possiamo vedere direttamente per noi stessi e quindi iniziamo a credere a qualunque cosa. Iniziamo a perdere l'inclinazione umana al dialogo che è anche la soluzione meno dolorosa ai conflitti” (Sinicropi, R., Balzani Lööv, J, 2018, tda).

In un confronto con l'educatore interno alla scuola da parte dei fotografi, emerge l'importanza del lavoro, non soltanto un mostrare ciò che i ragazzi vivono, ma trasmettere un messaggio importante: il presentarsi per come si è. Andare oltre lo stereotipo del “covo di terroristi islamici” che è coltivata in alcune narrazioni comuni. L'essere “semplici persone,

esseri umani che mangiano fragole, mangiano il gelato e amano la propria famiglia” riporta la fotografa Sinicropi.

La pubblicazione, successiva anche ad una mostra effettuata internamente alla scuola dove il progetto è stato proposto, è stata dedicata ad un ragazzino che non ha potuto partecipare al laboratorio, morto pochi giorni prima dell’inizio delle attività durante la Grande Marcia del Ritorno.

Seguono alcune parole tratte dalle chat con i partecipanti.

“

- *Can I ask you a question?* (Posso farti una domanda?)
- *Sure* (Certo)
- *Are you afraid because I'm a muslim? I see many people on the social media who hate us* (Siete spaventati da me perché sono musulmano? Vedo diverse persone su internet che ci odiano)
- *Onestly* (Sinceramente)

”

Tratto dal dialogo nei riguardi di una foto di macerie:

“

- *Can you tell us more about the picture you took?*
(Puoi dirci qualcosa in più sulla foto che hai scattato?)
- *Under this rubble there was hope, dreams of people, and memories destroyed in a moment. Everything ended but hope will remain. Our life is only moments we are living, so we should live and forget the pain. We hope the best for tomorrow.*
(Sotto queste macerie c'erano speranza, sogni di persone, e memorie distrutte in un momento.
È tutto finito ma la speranza rimarrà.
La nostra vita è fatta solamente dai momenti che stiamo vivendo, quindi dovremmo vivere e dimenticare il dolore.
Speriamo il meglio per domani.)
- *This is my house demolished in the war and we took this picture.*
(Questa è la mia casa demolita dalla guerra ed abbiamo scattato questa foto.)

”

CONCLUSIONI

All'interno di questo elaborato ho cercato di approfondire la potenza che ritengo abbia lo strumento dell'autoritratto, partendo dall'esperienza vissuta in prima persona e dagli insight trasformativi che mi ha permesso di vivere.

Ho cercato di dare una prima infarinatura di quello che può essere l'utilizzo dell'autoritratto all'interno della relazione d'aiuto, riportando gli studi proposti dagli esperti della fototerapia e professori che hanno dedicato parte della loro vita professionale allo studio delle dinamiche sottese all'autoritratto.

Portando gli esempi di alcuni fotografi ed artisti che hanno utilizzato lo strumento nella creazione delle proprie opere, ho cercato di trasmettere l'utilizzo spontaneo dell'artista per veicolare un messaggio, per dare concretezza in maniera catartica ad un proprio vissuto personale e per elaborare esperienze traumatiche. L'esempio degli artisti lo ritengo fondamentale per avere testimonianza dell'utilizzo quasi "ingenuo" dello strumento per poter rielaborare questi tipi di vissuti, guidati dal proprio istinto e dalla propria necessità di catturare la propria immagine.

Ho cercato infine di portare una rassegna di applicazioni molto diverse tra loro, per valorizzare la grande versatilità dello strumento e la possibilità di utilizzo molto varia. Dalla clinica, al gruppo terapeutico, al gruppo espressivo, ai gruppi dedicati alla rielaborazione di determinati vissuti anche traumatici. Nei lavori sento presente un fil rouge comune, nell'utilizzo dello strumento legato soprattutto a contesti in cui è necessario un lavoro sull'identità e/o sul proprio corpo, per riprenderne contatto tramite la fotografia, per ampliare la visione delle parti di sé, per diversificare la narrazione della propria storia.

Questo lavoro può essere ancora più importante a seguito di esperienze o all'interno di contesti dove è presente il rischio di identificarsi esclusivamente con una singola sfaccettatura di sé oppure dove non sempre è facile dare spazio alla condivisione di alcuni lati più intimi. Durante la scrittura dell'elaborato mi ha colpito la grande efficacia che questo strumento può avere all'interno di un gruppo per creare un clima di condivisione ed intimità. Inoltre, mi è apparso ancora più chiaro il grande legame presente tra fotografia e parole nella creazione di narrazioni personali e dialogiche. Anche per questo ho deciso di dare grande spazio alle immagini: senza queste avrei sentito il mio elaborato incompleto.

Nel mio lavoro non ho approfondito in maniera dettagliata i singoli casi di utilizzo: ho preferito concentrarmi sul dare un'idea della versatilità dello strumento. Potrebbe essere interessante concentrarsi in maniera più esaustiva sul vissuto dei partecipanti, avendo la

possibilità di registrare gradualmente come si modifica la percezione di sé delle persone che partecipano ad esperienze di questo tipo, magari utilizzando dei test validati prima, durante e dopo l'esperienza.

Riguardo alla bibliografia selezionata ho scelto di concentrarmi sugli autori che ritengo utili in questa fase di approfondimento, per permettere di dare comunque una chiave di lettura sufficiente per un eventuale proseguo di questo elaborato.

I casi di utilizzo presentati non vogliono assolutamente essere una lettura completa degli ambiti di utilizzo, molti altri sono i target che avrebbero potuto essere presi in considerazione ma che per mancanza di fonti – e per non appesantire troppo la mia ricerca – non ho inserito.

Concludo ringraziando tutti i professionisti che mi hanno fatto dono prezioso delle proprie esperienze e del proprio lavoro, senza i quali non mi sarebbe stato possibile la scrittura di questo elaborato e sottolineando ancora l'incredibile ricchezza può nascere dall'utilizzo della fotografia e dell'immagine in funzione della cura e del benessere psicologico.

BIBLIOGRAFIA

Belgiojoso, F. (2015). Autoritrarsi. In S. Guerrini, & G. Gilli (A cura di), *Oltre l'immagine. Inconscio e fotografia*. (pp. 68-115). Roma: Postcart srl.

Codeluppi, V. (2022). Il ruolo sociale delle immagini digitali. *Mediascapes Journal*, 19(1), 218–228. Recuperato da <https://rosa.uniroma1.it/rosa03/mediascapes/article/view/17857>

Ferrari, S. (2002). *Lo specchio dell'Io. Autoritratto e psicologia*. Bari: Editori Laterza.

Fusi, L. (2010). <<You cannot see me from where I look at myself>>. La Maschera nell'opera di Francesca Woodman. In M. Pierini (A cura di), *Francesca Woodman*. (pp. 165-169). Cinisello Balsamo, Milano: Silvana Editoriale S.p.A.

Giannachi, G. (2023). *Autoritratto. Storia e tecnologie dell'immagine di sé dall'antichità al selfie*. Roma: Treccani Libri.

Gusmani, C. (2015). Morire. In S. Guerrini, & G. Gilli (A cura di), *Oltre l'immagine. Inconscio e fotografia*. (pp. 161-207). Roma: Postcart srl.

Nuñez, C. (2010). Autoritratto come autoterapia. In S. Ferrari, & C. Tartarini (A cura di), *AutoFocus. L'autoritratto fotografico tra arte e psicologia*. (pp. 189-207). Bologna: CLUEB, Cooperativa Libreria Universitaria Editrice Bologna.

Piccini, F. (2010). *Tra arte e terapia: utilizzi clinici dell'autoritratto fotografico*. Torino: Edizioni Cosmopolis.

Pierini, M. (2010). Dialogo a una voce. In M. Pierini (A cura di), *Francesca Woodman*. (pp. 13-17). Cinisello Balsamo, Milano: Silvana Editoriale S.p.A.

Sinicropi, R., Balzani Lööv, J. (2018). *Coordination Denied*. Milano: Vento di Terra.

Weiser, J. (2013). *FotoTerapia. Tecniche e strumenti per la clinica e gli interventi sul campo: Tecniche e strumenti per la clinica e gli interventi sul campo*. Milano: FrancoAngeli.

SITOGRAFIA

Cristina Nuñez, <https://www.cristinanunez.com/>

Elina Brotherus, <https://www.elinabrotherus.com/>

Self-portrait Experience, <https://selfportrait-experience.com/>

“Attraverso lo specchio”, https://issuu.com/enaippiemonte/docs/catalogo-pagine_singolo