

d.repubblica.it

SALUTE SENO •

DR
Benessere

RICETTE

NETWORK

HOME | ATTUALITÀ | MODA | BEAUTY | PERSONAGGI | AMORE&SESSO | FAMIGLIA | BENESSERE | CASA | CUCINA | VIDEO | ALTRO ▾

Cerca

D •
Benessere •
Curarsi con la fototerapia**psicologia**
Curarsi con la fototerapia

Il potere terapeutico delle fotografie è adatto a chiunque, dagli adulti agli adolescenti, soggetti con problemi psicologici di varia entità. Ce ne parlano due esperti

DI PAOLA SCACCABAROZZI



Là, accanto a quella porta, con quel sorriso, quella foto non me la dimenticherò mai... E l'immagine che abbiamo accuratamente scelto e caricato come sfondo sul pc o sul cellulare, perché proprio quella? Che significato ha?

“Se conservi la mia fotografia, vuol dire che mi tieni ancora nel cuore”, esordisce **Judy Weiser**, psicologa, arte-terapeuta e direttrice del PhotoTherapy Centre di Vancouver in Canada, nel suo “Fototerapia. Tecniche e strumenti per la clinica e interventi sul campo” (Ed. **Franco Angeli**), un libro che spiega il potere terapeutico delle fotografie.

Si perché le fotografie possono fare miracoli là dove non arriva la parola. Le immagini scatenano un universo di emozioni e sensazioni. Un aiuto non da poco, dunque, per psicoterapeuti, analisti, psicologici e per coloro che vogliono conoscere un po' meglio se stessi, andando oltre l'indagine verbale perché, a volte, il dialogo si ferma tra ricordi dimenticati e rimossi.

“Quando decisi di cominciare ad usare gli scatti fotografici dei pazienti e i loro album fotografici di famiglia come stimoli - spiega la Weiser nel suo libro - scoprii ben presto che rispondendo alle mie domande sulle fotografie potevano realizzare connessioni con memorie, pensieri e sentimenti sepolti profondamente nel loro inconscio che le mie sole interviste verbali erano incapaci di portare alla luce”.

Si parte così, concretamente, dalla semplice osservazione di alcune foto, “a prescindere dal loro valore artistico ed estetico, per innescare una narrazione guidata dal terapeuta, attraverso domande e osservazioni” precisa **Antonello Turchetti** direttore del Perugia Social Photo Fest. Qualunque fotografia può essere utilizzata. “Inclusi gli scatti personali del paziente” prosegue la Weiser, “o quelli realizzati da qualcun altro, immagini trovate su pagine di giornale, cartoline, calendari, copertine di album, biglietti di auguri o anche fotocopie di queste immagini. Lo scopo è quello di evocare emozioni”.

“Le immagini diventano quindi il veicolo per raccontarsi, per dire quello che non riusciremmo a comunicare mai a parole e per superare traumi e momenti di difficoltà” spiega Turchetti. “A partire dal motivo per cui le si è scattate, scelte, collezionate e archiviate. Si avvia una conversazione unica che parte dall’inconscio. Un mezzo straordinario, adatto a chiunque: dagli adulti agli adolescenti, da soggetti con problemi psicologici di varia entità. Anche perché spesso si lavora in équipe e il lavoro del fototerapeuta può essere coadiuvato, a seconda delle necessità, da varie altre figure: educatori, antropologi, psicologi, analisti, psichiatri,...”. Inoltre “il modo in cui una persona guarda le fotografie” illustra nel suo libro la Weiser, “riflette il modo in cui si pone di fronte al mondo e alle persone”.

Ma il fototerapeuta chi è? Che formazione deve aver alle spalle?

“Un dubbio che sorge spesso riguardo alla Fototerapia è se sia necessario essere fotografi esperti per poter eseguire con successo un intervento di Fototerapia” spiega la Weiser. La risposta è no. Una formazione professionale nel campo dell’arte della fotografia si è spesso rivelata un handicap piuttosto che un vantaggio poiché le preoccupazioni estetiche per la composizione dell’immagine, le qualità tonali, i sistemi zionali, le formule decostruttiviste e così via, interferiscono con le risposte spontanee alle fotografie che sono necessarie per utilizzarle come mezzo di comunicazione emozionale”. Spesso vengono utilizzate anche foto sfocate, squalcite, che raggiungono scarsi risultati estetici, ma che risultano estremamente utili per la terapia. “Pertanto anche i terapeuti che sono soltanto dei fotografi casuali o coloro che non hanno mai scattato una foto in vita loro sono in grado di incorporare la Fototerapia nel loro repertorio di strumenti professionali né più né meno di coloro che hanno ricevuto una formazione specifica dal punto di vista fotografico” conclude Weiser.

Turchetti, la fototerapia è praticata nel nostro paese?

“In Italia ci sono diversi fototerapeuti. Questa è, infatti, una disciplina che sta prendendo sempre più piede nel nostro paese perché se ne sta comprendendo l’importanza e sempre più verrà affiancata alla psicoterapia cosiddetta “tradizionale”. E anche se non c’è ancora un elenco specifico dei fototerapeuti italiani, è possibile cercarli sul sito: www.phototherapy-centre.com”.

ARGOMENTI SALUTE • PSICOLOGIA • ARTE • FOTOGRAFIA

(07 gennaio 2014) Riproduzione riservata

Condividi questo articolo

Lascia un commento



FACEBOOK

GOOGLE PLUS