

# ComunicAbilità: Strumenti per capire meglio se stessi e gli altri

“Ri-Vedersi Ri-Conoscersi:

La fotografia come linguaggio per comunicare e relazionarsi con se stessi e gli altri”

Dott.ssa Stefania Accorsi - Psicologa Psicoterapeuta

Giovedì 17 Maggio 2018, ore 20,30

presso la Sala Alessandri – Centro Civico Michelini – Corticella Via Gorki,10

"Fotografare è porre sulla stessa linea di mira la mente, gli occhi e il cuore. È un modo di vivere" (Henri Cartier-Bresson)

Perché fotografiamo? Cosa ci spinge a conservare le fotografie nei nostri album reali o virtuali? Qual è il senso e i meccanismi psicologici del fare (e vedere) una fotografia?

La fotografia è un linguaggio, prettamente umano, che permette di comunicare e relazionarsi con gli altri, soddisfacendo il bisogno psicologico di esternare, comunicare e condividere con i propri simili contenuti che afferiscono sia alla sfera del mondo oggettivo (ad es. eventi, fatti di cronaca, accadimenti) sia del proprio mondo soggettivo (ad es. sensazioni, emozioni, sentimenti).

Ha in sé la capacità di far entrare immediatamente in contatto con emozioni e sentimenti che facilitano l'introspezione e favoriscono il cambiamento.

Vedere se stessi è infatti un'esperienza intensa di consapevolezza che permette di far entrare il nuovo in un'immagine consolidata di sé e della propria storia personale.

Nell'era dei selfies vedremo come, proprio attraverso la fotografia, le persone possono approcciare a sé stesse in maniera differente, osservandosi da punti di vista alternativi che permettono di ri-vedersi sotto un'altra luce, imparando a conoscersi meglio, e ad attuare dei cambiamenti nella propria vita, ove se ne senta la necessità.

