

Relazione su “LABORATORIO ESPERENZIALE DI ELABORAZIONE EMOTIVA DELL'IMMAGINE”

30/11/2017 - Dr.ssa Isabella Ruberto e Dr.ssa Sara Laghi

(PRESENTAZIONE) L'incontro si apre con una presentazione delle conduttrici e dei nuovi partecipanti.

Viene fatto un breve cenno sul lavoro dell'ultimo incontro allo scopo di dare continuità al progetto e raccogliere eventuali nuove osservazioni o dubbi.

(STEREOTIPI) Il laboratorio consiste di una prima parte teorica sugli stereotipi. Vengono presentate delle slide al fine di dare alcuni contenuti teorici ai partecipanti e creare uno spazio di discussione e domande sul tema.

Le slide hanno offerto delle definizioni, ricerche scientifiche che negli ultimi anni si sono svolte nell'ambito della psicologia sociale per definire e comprendere meglio come nasce il concetto di stereotipo e pregiudizio in ognuno di noi. Si è parlato dell'importanza delle emozioni, implicate nella formazione di tali pregiudizi. A questa prima parte segue un lavoro di tipo esperienziale.

(ATTIVAZIONE CORPOREA) E' la fase preparatoria al lavoro sulle immagini e consiste in un'attivazione corporea. Ogni partecipante cammina per la stanza. c'è una musica in sottofondo. Mantiene una concentrazione su di sé, fa un'esplorazione visiva dell'ambiente in cui si trova, si concentra sul suo corpo e il suo mondo interno, sul suo modo di camminare, la postura, sulla sua respirazione. Entra in contatto visivo con l'altro e con l'altro sperimenta l'utilizzo di processi creativi, immagina di trovarsi in luoghi diversi come un ambiente acquoso o privo di atmosfera. Il lavoro si conclude per lasciare spazio al lavoro sulle immagini.

(LAVORO SULLE STATUE) Il gruppo viene suddiviso in due sottogruppi, a turno provano a rappresentare con una statua emotiva l'immagine che gli viene presentata. Alla rappresentazione segue una riflessione sia di chi l'ha fatto che dello spettatore per sviscerare assieme il percorso psicocorporeo che le immagini a cui si è sottoposti fanno dentro di noi, quali sono le emozioni che provo, cosa mi suscita vederle, che idea ho di quello che vedo nella quotidianità. L'essere umano oggi è continuamente sottoposto alle immagini che senza alcuna elaborazione alterano la sua emotività, determinano ciò che prova. L'obiettivo dell'esercizio è quello di fermarsi un secondo e osservare in maniera critica le immagini che quotidianamente ci passano sotto gli occhi e provare a sentire cosa ci suscitano, comprendendo come ne siamo implicitamente influenzati. Il potere delle emozioni è quello di essere percepite in millesimi di secondi senza passare dalla ragione e comprensione, attraversano solo la pancia, e si avvalgono dei nostri stereotipi.

Quando abbiamo poco tempo per decidere cosa fare, il nostro cervello utilizza delle strategie, una di queste è quello di recuperare informazioni stereotipate che aiutano la persona a decidere velocemente come e cosa fare in quel preciso momento. Questo è quello che accade con il mondo mediatico, prettamente visivo. Ha in sé pochi contenuti, ma è ricco di immagini che esprimono emozioni positive/negative molto forti, dalle quali siamo tutti circondati e in pochi secondi influenzati a seconda delle nostre emozioni e dei nostri stereotipi.



Momenti di attività:
dall'avvio sul confronto sul
tema degli stereotipi
all'attività psico-corporea



(CARTELLONI E CONDIVISIONE) L'ultima parte del lavoro consiste in un lavoro di gruppo. I partecipanti fanno due cartelloni, uno sul maschile, l'altro sul femminile utilizzando le scritte e le immagini neutre messe a loro disposizione. E' un momento di riflessione sugli stereotipi, le caratteristiche psicologiche, gli oggetti e i mestieri che vengono attribuiti ad un sesso e non all'altro.



Al lavoro segue una condivisione finale sul laboratorio.

