



UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI PAVIA
DIPARTIMENTO DI SCIENZE DEL SISTEMA NERVOSO E DEL
COMPORTAMENTO

CORSO DI LAUREA MAGISTRALE IN PSICOLOGIA

IMMEDESIMAZIONE E CINEMA
L'influenza dei Generi Cinematografici
sull'Immedesimazione dello Spettatore: Un'Analisi
Sperimentale in Cinematerapia

RELATORE:

Prof.ssa Gabriella Bottini

CORRELATORE:

Dott.ssa Elena Sacilotto

Tesi di Laurea di
Laura Maria Lanzini
Matricola 507083

Anno Accademico 2023/2024

Ringraziamenti

Desidero esprimere la mia più sincera gratitudine a tutti coloro che mi hanno sostenuto nel mio percorso universitario, contribuendo al raggiungimento di questo importante traguardo.

In primo luogo, un sentito ringraziamento va alla mia relatrice, la Prof.ssa Gabriella Bottini, per avermi dato fiducia permettendomi di prendere parte a questo studio, consentendomi così di unire le mie due più grandi passioni.

Un grazie speciale va anche alla Dott.ssa Elena Sacilotto, per la sua guida, pazienza e preziosi consigli. Il suo supporto è stato fondamentale per la buona riuscita di questo lavoro.

Un pensiero di gratitudine va ai partecipanti dello studio, che ci hanno generosamente dedicato il loro tempo. Senza di loro, questa ricerca non sarebbe stata possibile. In particolare, ringrazio Alessandro e Arturo che hanno condiviso con me questa esperienza, così come sempre mi sono accanto nella vita.

Ringrazio i miei amici, che riempiono le mie giornate di significato. Un pensiero speciale va Elettra, Sunita e Diletta. Senza di voi, non sarei la persona che sono.

Non posso dimenticare di ringraziare i miei genitori, che mi ispirano e mi sostengono con affetto in ogni passo della mia vita. Grazie anche a Marisa, per essere parte della mia famiglia e del mio cuore.

Infine, ringrazio Giacomo, per tutto l'amore, il supporto e le risate. Grazie per aver sempre creduto in me, anche nei momenti più difficili. Sei la mia forza più grande.

Dal profondo del mio cuore, questa tesi è dedicata a tutti voi,

Laura

Indice

Abstract	4
<hr/>	
Introduzione	
<hr/>	
1. Cinema e Psicoanalisi	6
1.1 Le origini e i primi anni	6
1.2 Freud e il cinema	9
1.3 Il cinema e la psicoanalisi post-freudiana	13
1.4 Christian Metz e l'approccio lacaniano al cinema	16
2. La psicologia dello spettatore	22
2.1 Aspetti psicologici dell'esperienza cinematografica	22
2.2 Identificazione, proiezione, suggestione e catarsi	24
2.3 Basi neuropsicologiche dell'esperienza cinematografica	28
2.4 Dallo stile cinematografico all'immedesimazione	33
2.5 Lo spettatore come "soggetto cinestetico"	37
3. Il cinema come strumento terapeutico: La Cinematerapia	41
3.1 Nascita e diffusione della Cinematerapia	41
3.2 Orientamenti clinici in Cinematerapia	44
3.3 Progettare un laboratorio esperienziale di Cinematerapia	50

Premesse dello studio attuale	55
Lo studio	59
Partecipanti e procedure	61
Le misure	65
Modalità di analisi dei dati	71
Risultati	73
Discussione	81
Limiti e studi futuri	85
Conclusioni	87
Bibliografia	89

Abstract

La Cinematerapia, una tecnica di Arteterapia, sfrutta il linguaggio metaforico del cinema per supportare il percorso terapeutico. Questo studio amplia il panorama teorico e scientifico della Cinematerapia, analizzando come tre generi cinematografici – Cartone Animato, In Costume e Horror/Fantasy – influenzano l'immedesimazione degli spettatori in tematiche emotivo-relazionali comuni, quali: Amicizia, Amore, Conflitti Familiari e Lutto. Sulla base della premessa che la metafora filmica favorisce l'empatia e l'immedesimazione, è stato predisposto un disegno sperimentale a misure ripetute in un campione di 29 partecipanti maggiorenni. Ogni soggetto ha partecipato a quattro incontri, durante i quali ha visto, in ordine randomico, tre cortometraggi su una delle quattro tematiche. A seguito della visione di ciascun filmato, è stata somministrata la Scala EDI per misurare empatia e immedesimazione. In totale, sono state raccolte 348 compilazioni (12 a partecipante), successivamente indagate attraverso analisi parametriche e test post-hoc al fine di identificare differenze significative tra i generi e i livelli di immedesimazione. I risultati mostrano che il genere Cartone Animato favorisce maggiormente l'immedesimazione in ogni tematica emotivo-relazionale, con differenze significative nei temi Amicizia, Conflitti Familiari e Lutto. I generi In Costume e Horror/Fantasy hanno mostrato un'efficacia variabile, con risultati medi sempre inferiori. Ciò suggerisce che la scelta del genere cinematografico influisce significativamente sull'immedesimazione e sull'efficacia terapeutica della Cinematerapia, indicando che i film più accessibili e visivamente evocativi possono migliorare l'intervento terapeutico.

Parole chiave: Cinematerapia; Linguaggio metaforico; Generi cinematografici; Immedesimazione

Cinema Therapy, a technique of Art Therapy, leverages the metaphorical language of cinema to support the therapeutic journey. This study broadens the theoretical and scientific landscape of Cinema Therapy by analyzing how three film genres—Animated, Period Drama, and Horror/Fantasy—influence viewers' identification with common emotional-relational themes such as Friendship, Love, Family Conflicts, and Bereavement. Based on the premise that film metaphors foster empathy and identification, a repeated measures experimental design was set up involving a sample of 29 adult participants. Each subject participated in four sessions, during which they watched, in random order, three short films on one of the four themes. After the viewing of each short film, the EDI Scale was administered to measure empathy and identification. In total, 348 responses were collected (12 per participant), which were later investigated through parametric analyses and post-hoc tests to identify significant differences between genres and levels of identification. The results show that the Animated genre most strongly promotes identification in every emotional-relational theme, with significant differences in Friendship, Family Conflicts, and Bereavement. The Period Drama and Horror/Fantasy genres showed variable effectiveness, with average results always being lower. This suggests that the choice of film genre significantly influences identification and the therapeutic effectiveness of Cinema Therapy, indicating that more accessible and visually evocative films can enhance the therapeutic intervention.

Keywords: Cinema Therapy; Metaphorical language; Film genres; Identification

Introduzione

1. Cinema e Psicoanalisi

1.1 Le origini e i primi anni

È noto il ruolo fondamentale che la lunga corrispondenza epistolare intrattenuta da Sigmund Freud e Wilhelm Fliess tra il 1887 e il 1904 ha giocato nel permettere la ricostruzione storica e concettuale della genesi delle principali scoperte psicoanalitiche dello stesso Freud. È infatti proprio all'interno di un loro carteggio risalente al 1895 che è possibile rintracciare il momento in cui Freud, presa coscienza della dimensione unicamente suggestiva della cura ipnotica e della tendenza dell'ipnosi a "lasciare inalterati tutti i processi che hanno portato alla formazione dei sintomi" (Freud, 1917), decise di abbandonare il metodo ipnotico per sposare la tecnica terapeutico-interpretativa da lui stesso ideata. Avendo poi riscontrato che i sogni come l'ipnosi permettevano "l'accesso al materiale dimenticato dell'infanzia" (Freud, 1917), Freud scelse di dedicarsi all'indagine dei primi attraverso il metodo delle libere associazioni. Siamo nel 1899, anno della pubblicazione de *"L'interpretazione dei sogni"*, convenzionalmente riconosciuto come il momento ufficiale della nascita della psicoanalisi, intesa nelle sue assunzioni epistemiche e teorico-interpretativo di base. Portare l'attenzione sul sogno significava conferire valore ad una nuova sfera della vita umana, rendendo attendibili anche tutte le esperienze oniriche prima di allora considerate prive di valenza scientifica. Il sogno si costituisce nello stato dormiente come l'unica realtà, sebbene di natura allucinatoria, segnando inevitabilmente l'esistenza del soggetto (Studer, 2005).

Quasi in contemporanea, i fratelli Louis e Auguste Lumière misero a punto il cinematografo: lo strumento rivoluzionario che permise per la prima volta di catturare e riprodurre fedelmente la realtà in movimento segnando così la nascita

del cinema moderno (Stagnitta, 2020). Il 28 dicembre del 1895 ebbe infatti luogo la prima proiezione a pagamento di un filmato ad inquadratura fissa (dal titolo “*La sortie des usines Lumière*”) presso il *Gran Café al Boulevard des Capucins* di Parigi. Questa coincidenza storica è solo la prima delle tante corrispondenze che hanno costellato le storie del cinema e della psicoanalisi, due branche che sembrano destinate a collaborare, talvolta implicitamente, talvolta spinte dall’esplicito desiderio di narrare l’una dell’altra.

Ai suoi albori, il cinematografo fu utilizzato unicamente come un semplice strumento per la registrazione di quanto avveniva davanti ad esso a puro scopo di intrattenimento e senza fini estetici o narrativi. Si trattava di brevi filmati, della durata massima di un minuto circa ciascuno, che si limitavano a mostrare scene tipiche della quotidianità cittadina di carattere comico o documentaristico. Nonostante la relativa semplicità dei contenuti di tali pellicole, la condizione buia della sala di proiezione cinematografica si dimostrò fin da subito capace di contattare l’oscura interiorità dell’animo umano (Stagnitta, 2020). Successivamente, a partire dai lavori di George Méliès (1861-1938), il primo grande regista francese, si diffuse il cinema come *fiction*, dotato quindi di intenzionalità narrativa e capace di trasportare gli spettatori attraverso luoghi e spazi sconosciuti nel tentativo di raccontare e comprendere la vastità delle emozioni umane. Nelle pellicole di Méliès (tra le quali spicca certamente “*Le Voyage dans la Lune*” del 1902) presero infatti vita visioni oniriche e scenari fantastici che, sebbene non esplicitamente di natura psicoanalitica, riflettevano un’attenzione crescente per l’immaginazione e l’inconscio, temi centrali della psicoanalisi. Il lavoro pionieristico di Méliès comprende anche l’aver introdotto nel cinema una prima versione rudimentale degli effetti visivi, rivoluzionando per sempre la narrazione filmica. Tramite giochi di specchi, dissolvenze, sovrapposizioni e duplicazioni di immagini, il “padre degli effetti speciali” riuscì ad applicare i trucchi dell’illusionismo al cinematografo, creando scenari magici e

irreali che del tutto ricalcavano l'irrazionalità del prodotto onirico (Filoni, 2020). Nato dalla pura curiosità tecnica dei fratelli Lumière, il cinema divenne così nel giro di pochi anni una vera e propria forma di spettacolo capace di creare miti, mode e tendenze, guadagnandosi a pieno titolo un posto nel panorama artistico e culturale del mondo occidentale.

Nella storia dell'arte, il cinema ha rappresentato una delle trasformazioni più decisive, non solo da un punto di vista tecnologico, ma anche simbolico. La riproduzione filmografica dell'immagine comporta difatti la distruzione dell'aura (il significato simbolico che avvolge l'opera d'arte in quanto unica e irripetibile) e l'inizio dell'arte come prodotto per il consumo di massa. Il consumo massificato instaura necessariamente meccanismi di pubblicità e politicizzazione che a partire dagli anni '20 trovarono nello *Studio System*, l'industria cinematografica Hollywoodiana, la loro massima espressione (Carluccio et al., 2019), accostando irrimediabilmente il concetto di opera d'arte a quello di prodotto di consumo, ma dando anche il via alle indagini circa le influenze reciproche che legano il prodotto (il film) e il suo consumatore (lo spettatore). Parallelamente, la sovversione del sapere proposta dalle tesi psicoanalitiche metteva in discussione l'immagine razionale dell'uomo, derivante dalla solidità del cogito cartesiano, costruita attorno alla certezza primaria che l'essere umano ha della propria esistenza in quanto individuo dotato di pensiero (Vegetti Finzi, 2017).

L'arte e la scienza stavano quindi affrontando dei cambiamenti epocali mossi dal comune desiderio di esplorare i meandri più bui dell'inconscio dell'uomo. Tali sviluppi hanno contribuito ad una nuova comprensione sia della produzione artistica sia della condizione umana, ridefinendo il ruolo dell'artista e dello spettatore in un contesto storico-culturale sempre più dominato dalla curiosità per le logiche di mercato e per le dinamiche psichiche inconse.

1.2 Freud e il cinema

Il gemellaggio simbolico tra cinema e psicoanalisi, rappresentato sia dalla coincidenza storica delle loro origini sia dalla connessione profonda tra l'indagine psicologica e l'esplorazione visiva della realtà, prese presto forma all'interno di diverse opere filmiche incentrate sulla rappresentazione grafica delle tematiche psicoanalitiche dei sogni e dell'inconscio. A questo punto pare importante ricordare come l'interesse per l'inconscio non fosse limitato solo a Freud e ai primi cineasti. L'intero panorama culturale della fine del XIX secolo era infatti permeato da un crescente interesse per i fenomeni psicologici e i misteri della mente, costituendosi come un terreno fertile per la nascita di correnti artistiche e filosofiche centrate sull'esplorazione della mente. Movimenti artistici come il simbolismo e il decadentismo esploravano temi legati all'inconscio, al sogno e alla sessualità, mentre scrittori simbolisti come Stéphane Mallarmé e Charles Baudelaire esploravano le profondità dell'animo umano (Symons, 2014), anticipando molti dei temi che Freud avrebbe poi sviluppato all'interno dei suoi studi. Pellicole come *"The Student of Prague"* (1913) di Stellan Rye e Paul Wegener e *"The Cabinet of Dr. Caligari"* (1920) di Robert Wiene (esempio iconico dell'Espressionismo tedesco) furono tra i primi prodotti cinematografici a rappresentare i conflitti interni dei protagonisti utilizzando tecniche visive per esprimerne lo stato mentale. Attraverso l'uso di scenografie distorte e narrazioni non lineari e frammentate, queste pellicole furono così capaci di creare un'esperienza cinematografica assimilabile al vissuto onirico, fornendo inconsapevolmente un corrispettivo visivo a ciò che Freud proponeva su carta (Studer, 2015).

Nel corso dei primi decenni del XX secolo, il cinema e la psicoanalisi iniziarono poi a collaborare secondo modalità sempre più dirette e intenzionali: registi e sceneggiatori studiarono le opere di Freud e dei suoi seguaci per arricchire le loro narrazioni e creare personaggi più complessi e sfaccettati. Allo stesso

tempo, la psicoanalisi beneficiava delle rappresentazioni visive offerte dal cinema, che rendevano più accessibili e comprensibili i concetti teorici che proponeva attraverso immagini potenti ed evocative (Studer, 2005). Parrebbe allora strano notare quanto nei decenni passati lo stretto rapporto tra cinema e psicoanalisi sia stato trascurato dai teorici dell'una e dell'altra disciplina. La cosa ci appare però meno sorprendente quando ricordiamo che fu all'epoca lo stesso Freud a rimanere cieco di fronte all'evidente dialogo che anche senza il suo consenso già le stava interessando. Celebre fu il rifiuto di Freud di collaborare con Samuel Goldwyn (co-fondatore della Metro Goldwyn Mayer), quando, nel 1925, gli offrì l'esorbitante cifra di 100.000 di dollari per poter inserire il suo nome all'interno della sceneggiatura di un film sulla storia dell'amore. Nello stesso anno, Freud rifiutò anche l'invito di George Wilhelm Pabst, che aveva manifestato il suo interesse a sviluppare un film a scopo divulgativo sulla storia della psicoanalisi dal titolo "*I misteri dell'anima*" (Lacoste, 1990). A tal proposito, in una lettera a Sándor Ferenczi, Freud espresse chiaramente la sua contrarietà alle trasposizioni filmiche, dalla quale è intuibile come al padre della psicoanalisi fosse sfuggita l'importanza della rivoluzione cinematografica in atto.

“La mia obiezione principale rimane quella che non è possibile fare delle nostre astrazioni una presentazione plastica che si rispetti un po’.
Non daremo comunque la nostra approvazione a qualcosa di insipido...” (Freud, 1925)

Si devono però certamente concedere a Freud alcune attenuanti: dall'inizio degli anni '20 egli fu tempestato da richieste insistenti e spesso umilianti di collaborazione per permettere ai produttori di sfruttare le implicazioni scandalose della psicoanalisi. È importante anche osservare come il primo impatto di Freud con il cinema avvenne all'interno del clima dell'Espressionismo tedesco, dove film come "*Nosferatu*" (W. Murnau, 1922) terrorizzavano il pubblico attraverso un'idea di cinema dalle atmosfere spaventose e sconcertanti, e pellicole come "*Doktor*

Mabuse, der Spieler” (F. Lang, 1922) rappresentavo gli psicoanalisti come criminali capaci di sfruttare la loro professione a scopo delinquenziale. Resta comunque paradossale il pensiero che uno dei più grandi innovatori del XX secolo abbia manifestato una tale riluttanza ad accogliere l’originalità della settima arte (Studer, 2005).

Ernst H. Gombrich (1909-2001), eminente storico dell’arte, a tal proposito pubblicò nel 1977 il testo *“Freud e la psicologia dell’arte”* dove esamina e prova a spiegare l’atteggiamento misoneista manifestato da Freud nei confronti dell’arte moderna. In particolare, Gombrich sottolinea come Freud guardasse all’arte con una mentalità vittoriana, privilegiando sempre gli approcci classicista e rinascimentale. Nonostante l’influenza della psicoanalisi sull’arte del XX secolo, egli mantenne quindi una visione tradizionale, forse ironica considerando che fu il suo stesso lavoro a contribuire a minare tali tradizioni. La principale tesi di Gombrich in merito ad un’eventuale teoria dell’arte freudiana prende spunto dal lavoro *“Psychoanalytic Explorations in Art”* (1952), ad opera del suo maestro Ernst Kris. Qui, Kris riconosce la sottovalutata opera di Freud *“Il motto di spirito e la sua relazione con l’inconscio”* (1905) come il modello originario per qualsiasi spiegazione della creazione artistica fondata sui principi freudiani, estendibile a tutte le produzioni artistiche comprese quelle cinematografiche. Il testo esplora la creatività dell’artista, definendo l’arte come un prodotto dell’inconscio che agisce sul preconscious, influenzando la forma piuttosto che il contenuto. “Gombrich indica con contenuto il significato logico-razionale del pensiero, con forma la soluzione creativa realizzata dall’inconscio, dovuta a un momento particolare di rilassamento mentale dei freni inibitori che creano il controllo razionale dell’espressione, con conseguenze censorie” (Studer, 2005). Il saggio sul motto di spirito rivela perciò la centralità dell’inconscio nella produzione artistica, intesa come assimilabile ai processi onirici e alla follia, e la possibilità di adattare le tesi psicoanalitiche freudiane all’arte cinematografica, pur senza l’esplicito accordo del loro autore.

Gombrich propone poi un raro riferimento ad una lettera poco conosciuta, estrapolata dagli scambi epistolari tra Freud e Yvette Guilbert, famosa cantante e diva del cinema della *Belle Époque* con cui Freud spesso si diletta nel discutere la psicologia dell'attore e dell'artista. Tale lettera può forse offrirci uno spaccato più completo della sua opinione in merito all'arte e all'esperienza cinematografica, mostrandoci un Freud decisamente più interessato alle opere filmiche di quanto altre sue ben più famose corrispondenze possano lasciare intendere. Qui Freud critica la teoria di Stanislavskij sulla necessaria rinuncia alla propria personalità da parte dell'attore per poter assumere un ruolo immaginario, suggerendo invece che l'attore utilizzi proprio gli elementi repressi della propria personalità per interpretare un personaggio.

“Sono piuttosto incline a pensare che debba entrare in gioco anche qualcosa del meccanismo contrario. Non che la personalità stessa dell'attore sia eliminata, ma piuttosto alcuni elementi di essa (per esempio disposizioni non sviluppate e desideri repressi) sono adoperati per la rappresentazione dei personaggi scelti e in tal modo viene loro consentita quella espressione che conferisce al personaggio in questione la sua verità.” (Freud, 1931)

Proseguendo, Freud menziona Charlie Chaplin come esempio di un artista capace di esprimere sé stesso attraverso i propri personaggi. Tale ammirazione nei confronti di Chaplin, nella cui recitazione è spesso rintracciabile l'ispirazione al motto di spirito freudiano (“*Der Witz*”), indica un'apertura da parte di Freud verso il cinema comico e il suo valore terapeutico, interpretata da Gombrich come un suo implicito riconoscimento della legittimità del cinema come arte visiva. Nonostante la sua diffidenza verso il cinema espressionista tedesco, Freud dimostra infatti di apprezzare la commedia cinematografica e il suo potenziale clinico, manifestando forse un'apertura all'interazione tra psicoanalisi e arte moderna (Gombrich, 1977). Sarà poi proprio la commedia il genere principe della trasposizione cinematografica della psicoanalisi a Hollywood. A partire da Charlie

Chaplin e i Marx Brothers, passando poi per Danny Kaye e Jerry Lewis, fino ai ben più recenti Mel Brooks e Woody Allen, la psicoanalisi ha infatti sempre permeato la comicità americana, prendendone in prestito temi e tecniche per nascondere un linguaggio cinematografico ricco e complesso dietro all'apparente semplicità di una risata (Studer, 2005).

1.3 Il cinema e la psicoanalisi post-freudiana

Se Freud, e con lui molti dei suoi successori, non si soffermò sulle possibili implicazioni cliniche dell'esperienza cinematografica e sulla capacità di quest'ultima di attivare meccanismi psicologici consci e inconsci nello spettatore, a partire dagli anni '60 l'intreccio tra psicoanalisi e cinematografia ha iniziato a trovare spazio nelle opere di diversi autori. Psicologi e psicoanalisti riscoprirono infatti i testi di André Breton, dove il fondatore del Movimento surrealista definiva i film come un mezzo per esplorare l'inconscio attraverso l'imitazione del sogno (Creed, 1998). Il nuovo interesse psicoanalitico per il cinema si manifestò secondo due modalità distinte: la prima, di natura puramente teorica, prese forma all'interno della Teoria Psicoanalitica del Cinema (*Psychoanalytic Film Theory*), la seconda, strettamente correlata alla prima, faceva riferimento all'interpretazione psicoanalitica dei film proponendone un'analisi testuale. Di rilievo fu anche la nascita negli anni '50 della Filmologia, la disciplina accademica che si prefigge di studiare il cinema alla luce della sociologia, della psicoanalisi, della semiologia, dell'estetica e della filosofia. Nata in Francia alla fine della Seconda Guerra Mondiale, la Filmologia si costituì ben presto come un vasto movimento interdisciplinare che, sulla scia degli studi sociologici di Émile Durkheim, introdusse la separazione metodologica tra il "fatto filmico" – il film come arte e discorso studiato dall'estetica – e il "fatto cinematografico" – il cinema come istituzione e fenomeno sociale esaminato dalla sociologia (Lucilla, 2004).

Le prime applicazioni della psicoanalisi nel cinema si focalizzarono sull'identificazione dei significati nascosti nelle immagini cinematografiche, per poi evolversi verso la più organica considerazione del cinema come rappresentazione della fantasia umana. Ciò diede origine ad una riflessione più ampia sulla posizione del soggetto in quanto spettatore, formalizzata dalla Teoria Psicoanalitica del Cinema. Nel 1969, sull'onda dei disordini parigini del '68, nacque la riflessione teorica attorno al cinema, riprendendo concetti propri della psicoanalisi, della semiotica, dello strutturalismo e del marxismo. Tale speculazione, tuttavia, raggiunse il proprio apice solo nel 1975, a seguito della pubblicazione dei primi articoli di Jean Louis Baudry ("*Le Dispositif: approches métapsychologiques de l'impression de réalité*") e Christian Metz ("*Le film de fiction et son spectateur*"), ancora oggi riconosciuti come le opere seminali del discorso psicoanalitico sulla settima arte (Kügler, 2020). Baudry e Metz evidenziarono come il rapporto tra schermo e spettatore riattivi meccanismi psicologici inconsci – facendo riferimento alle precedenti osservazioni di Hugo Münsterberg, psicologo tedesco pioniere della psicologia applicata, che per primo aveva sottolineato come i film possano attivare processi mentali non coscienti nello spettatore – ed estesero i temi psicoanalitici, specialmente quelli proposti da Jacques Lacan, allo studio cinematografico (Lucilla, 2004).

La Teoria Psicoanalitica del Cinema cerca quindi di comprendere come l'inconscio influenzi la ricezione degli eventi cinematografici e come il cinema stimoli processi inconsci e irrazionali nello spettatore rendendo la visione di un film un'esperienza gratificante. Poiché il cinema è stato spesso paragonato alla realtà onirica, la tesi centrale della Teoria Psicoanalitica del Cinema è che sia possibile analizzarlo attraverso gli strumenti della psicoanalisi, proprio come avviene durante l'interpretazione di un sogno (Lucilla, 2004).

A Jean Louis Baudry viene riconosciuto il merito di aver formalizzato il concetto di “dispositivo cinematografico”, inteso come la modalità con cui

l'istituzione e la struttura cinematografica generano effetti metapsicologici nello spettatore. Il dispositivo non si limita a replicarne i processi mentali coscienti, ma rappresenta il luogo di condensazione dei desideri intrinseci del soggetto. È un sistema che simula lo spettatore, una vera e propria regressione artificiale che ricalca l'inconscio e la scena onirica (Baudry, 2017).

“Il cinema, come il sogno, corrisponderebbe ad una forma di regressione passeggera, ma mentre il sogno, secondo l'espressione di Freud, sarebbe una psicosi allucinatoria normale, il cinema proporrebbe una psicosi artificiale... [...] Si può supporre che sia questo desiderio che influenza la lunga storia dell'invenzione del cinema: fabbricare una macchina simulatrice capace di proporre al soggetto delle percezioni che hanno il carattere di rappresentazioni.” (Baudry, 2017)

Nel chiarire la propria tesi del cinema come “psicosi artificiale”, Baudry propose un'analogia che sarà poi spesso riutilizzata dagli autori successivi: quella tra il dispositivo cinematografico e il Mito della caverna di Platone. Difatti, proprio come gli uomini imprigionati nella caverna credono di vedere immagini “più vere delle originali”, così gli spettatori al cinema cadono vittime della cosiddetta “impressione di realtà”: la certezza quasi-psicotica e illusoria che quanto sta avvenendo sullo schermo possa essere in qualche modo reale che incatena il pubblico alla poltrona e lo spingerà a farvi ritorno (Baudry, 2017). Il cinema risponderebbe quindi al bisogno archetipico umano di fare ritorno artificialmente al periodo dello sviluppo psicosessuale precoce del narcisismo primario, in cui non è ancora avvenuta la separazione tra l'Io e l'Altro e, di conseguenza, tra rappresentazioni mentali e percezioni reali. Nel narcisismo primario l'energia psichica indifferenziata del bambino viene inizialmente investita sull'Io dando luogo ad una percezione di onnipotenza illusoria non ancora intaccata dall'incontro traumatico con il limite posto dall'Altro (Bott Spillius, 1995). Si viene così a creare ciò che Baudry denominò “*effect cinéma*”: l'effetto che il cinema, al pari del sogno, riesce ad agire sullo spettatore grazie al suo essere un'esperienza sensorialmente

totalizzante, confondendo la percezione dei confini tra il Sé e il mondo esterno e tra la realtà e la rappresentazione. Alla vera e propria scena di carattere oggettivo che lo spettatore osserva proiettata sullo schermo, il dispositivo cinematografico accosta, perciò, un’“altra scena” di natura puramente soggettiva: la scena essenzialmente fantasmatica attraverso la quale lo spettatore inconsapevole auto-rappresenta a sé stesso il proprio immaginario inconscio (Baudry, 2017). La situazione irrealistica di abbandono che coglie lo spettatore dal momento in cui inizia la proiezione nella sala cinematografica è stata ampiamente descritta anche da Christian Metz, il quale ha saputo riconoscere nelle esperienze filmiche soddisfacenti un momento cruciale in cui il pubblico fa esperienza del film “con particolare intensità e ridotta vigilanza” (Metz, 2002), giungendo ad uno stato di coscienza perfettamente sovrapponibile a quello onirico.

Nondimeno, le ulteriori tesi proposte da Metz nell’arco della sua produzione letteraria meritano di ricevere in questa trattazione un apposito approfondimento, in quanto particolarmente capaci di fare luce sull’opera dell’autore che, dopo Freud, più ha saputo descrivere i processi mentali inconsci applicabili al vissuto cinematografico: Jacques Lacan.

1.4 Christian Metz e l’approccio lacaniano al cinema

Il cinema è una tecnica dell’immaginario propria dell’epoca storica del capitalismo e del contesto sociale della civiltà industriale. Con “tecnica dell’immaginario” si fa riferimento da un lato alla qualità del cinema di essere costituito per la maggior parte da racconti di finzione e di fare riferimento al significato della fotografia e della fonografia (Morin, 1956), dall’altro all’immaginario in senso lacaniano come opposto al simbolico, ma in continuo rapporto con esso. Tale opposizione tra gli assi simbolico e immaginario indica l’illusione fondamentale dell’Io, il nucleo iniziale dell’inconscio (inteso come

rimozione originaria), il frutto della dinamica edipica ed “il marchio duraturo dello specchio che aliena l’uomo al riflesso di sé stesso e ne fa il doppio del suo doppio” (Metz, 2002). Nelle sue tante opere, e in particolare nel testo “*Le signifiant imaginaire, psychanalyse et cinéma*” (la cui prima pubblicazione risale al 1977), Metz propone una sintesi metapsicologica del rapporto tra schermo e spettatore, riconoscendo all’oggetto filmico lo statuto di “significante immaginario”, ovvero di oggetto capace di creare significati attraverso immagini che operano a livello dell’immaginario (Metz, 2002).

L’autore sceglie di soffermarsi proprio sul gioco di identificazioni tra il soggetto-spettatore e lo specchio-schermo in cui il soggetto rivive quel processo infantile della formazione immaginaria dell’Io che Lacan denominò “stadio dello specchio”. Lo stadio dello specchio, di natura preedipica e approssimativamente collocabile attorno ai 12-18 mesi di vita, costituisce il momento in cui l’infante, ancora privo di parola, anticipa sul piano visivo l’unità del proprio corpo vedendo la propria immagine riflessa in uno specchio e facendo così esperienza di “una prima Gestalt unificante” (Lacan, 1949). Tale esperienza innesca nel bambino una “reazione giubilatoria”, data dal passaggio da un corpo in frammenti ad un’immagine unitaria rivestita narcisisticamente, ma anche il primo incontro con la significazione mortale della soggettività come sottrazione dell’immagine, poiché l’immagine riflessa è sì costituente del soggetto, ma, al contempo, è incapace di coincidere perfettamente con esso (Cosenza, 2008). Vi è infatti una dimensione impalpabile della soggettività che si sottrae alla riflessione speculare, rendendo l’immagine nello specchio una rappresentazione meramente superficiale dell’identità dell’individuo. Lo stadio dello specchio ha perciò in sé degli elementi drammatici legati alla mancanza e ad un precoce vissuto della divisione soggettiva. Nella psicoanalisi lacaniana, lo stadio dello specchio rappresenta quindi il fondamentale snodo strutturale del processo di costituzione dell’identità

soggettiva, capace di generare nel bambino quella discordia primordiale inconscia che sarà poi alla base del funzionamento nevrotico (Cosenza, 2008).

All'interno della Teoria Psicoanalitica del Cinema, diversi autori hanno evidenziato l'analogia tra il vissuto dell'infante nello stadio dello specchio e la situazione in cui è immerso il pubblico di una proiezione cinematografica, sottolineando come l'"altra scena" sappia parlare all'inconscio dello spettatore agendo su di lui una spinta identificatoria. Inoltre, da un punto di vista puramente percettivo, lo schermo funziona in modo simile ad uno specchio: su di esso non vediamo solo immagini in scorrimento (immagini che tra l'altro costituiscono anche il linguaggio del prodotto onirico), ma osserviamo una superficie determinata e circoscritta che isola l'oggetto in questione dal resto del mondo, elevandolo allo stato di oggetto totale e totalizzante (Lucilla, 2004).

Nel tentativo ora di esplorare ulteriormente il rapporto tra immaginario e significativo nel cinema secondo Metz, è prima di tutto necessario chiarire alcuni concetti di natura prettamente psicoanalitica. La nozione di "relazione d'oggetto", ovvero la relazione fantasmatica ben distinta dalle relazioni reali con oggetti reali ma che contribuisce tuttavia a determinarle, costituisce uno dei contributi fondamentali del pensiero di Melanie Klein e coincide con ciò che Lacan chiamerà poi "dimensione dell'immaginario". È inoltre importante sottolineare come, sebbene lo stadio dello specchio si collochi essenzialmente sul versante dell'immaginario, esso costituisca anche un primo accesso al simbolico, grazie alla funzione della madre e al riflesso del bambino stesso che qui agisce da grande Altro (Metz, 2002). L'immaginario è il registro fondato sulle dimensioni della dualità soggetto/oggetto e della specularità, all'interno del quale si costituisce la dimensione narcisistica della personalità a partire proprio dallo stadio dello specchio (Cosenza, 2008). Infine, è importante ricordare la rilettura de "*I tre saggi sulla teoria sessuale*" di Freud proposta da Lacan durante il suo Seminario X (1963), dove egli introdusse per la prima volta gli oggetti scopico e vocale come

variabili determinati nello sviluppo psicosessuale del bambino. Di natura strettamente relazionale, gli oggetti scopico e vocale fanno appello al desiderio della madre per il bambino, affinché ella, rispondendo alla sua mancanza, “dia consistenza al suo essere” (Lacan, 2007). L'oggetto scopico (“*objet petit a*”) rappresenta infatti ciò che manca al soggetto per raggiungere la completezza del Sé. Associato allo sguardo e all'immagine speculare, simboleggia un desiderio di completezza inafferrabile. Similmente, l'oggetto vocale (“*objet petit a de la voix*”), una variazione dell'oggetto scopico, fa riferimento al suono della voce che assume un significato simbolico e può fungere da punto di attrazione desiderante per il soggetto (Lacan, 2007).

La qualità del cinema come “oggetto buono” è fondamentale poiché secondo Metz è colei che costituisce lo scopo dell'istituzione cinematografica stessa, intesa non solo come l'industria filmica (la macchina interna), ma anche come la metapsicologia interiorizzata dallo spettatore abituale (la macchina esterna). Tale metapsicologia ha la funzione di instaurare delle buone relazioni oggettuali con l'oggetto-film, tanto che il “film brutto” può essere considerato un fallimento dell'istituzione (Metz, 2002).

“Così, piacere filmico e dispiacere filmico, benché corrispondano ai due oggetti immaginari provocati dalla dissociazione ossessiva descritta da Melanie Klein, non si trovano in funzione di simmetria antitetica perché tutta l'istituzione mira al piacere filmico e solo ad esso” (Metz, 2002).

Vi è però anche una terza macchina, costantemente impegnata nel tentativo di mantenere un buon rapporto oggettuale con il cinema stesso: la macchina di colui che scrive di cinema. I critici cinematografici e gli storici del cinema manifestano difatti un perenne sforzo protettivo, mirato a preservare la memoria sociale di quanti più film possibile e del cinema stesso come oggetto d'amore. Metz riconosce come, anche quando la critica cinematografica si è fatta portavoce di un disagio e di un'istanza di cambiamento (prima fra tutte la rivoluzione portata dalla

Nouvelle Vague in opposizione ai film di “qualità francese”), ciò è sempre avvenuto in nome dell’amore e della difesa del Buon Cinema, che è necessario liberare dai “film cattivi”. Vi è quindi in chi scrive di cinema una tendenza a restaurare la posizione del cinema come oggetto buono, agendo sul versante dell’immaginario sia in senso persecutorio (distruzione dell’oggetto cattivo) sia in senso depressivo (protezione dell’oggetto buono). Viene da sé quindi che, a causa del desiderio di chi scrive di esprimere il proprio amore per il cinema, la critica si inserisca spesso nell’istituzione (appunto, come terza macchina), quando invece dovrebbe studiarla ed esporla. Lo scritto sul film diviene così un’altra modalità per prolungarne l’esistenza, per mantenere vivo l’oggetto, per pubblicizzarlo e per idealizzarlo invece che analizzarlo. “Il discorso sul cinema diventa allora un sogno non interpretato” (Metz, 2002), cosa che ne manifesta il valore sintomatico, ma che ne rende anche necessaria una scettica osservazione.

In una società dove non vi è alcun obbligo di andare al cinema, ma è fondamentale che gli spettatori lo facciano perché l’industria cinematografica continui ad esistere, l’unica soluzione è quella di suscitare nello spettatore un desiderio spontaneo di andare in sala e pagare il biglietto. L’economia libidica arriva allora a corrispondere all’economia politica del mercato e ad essere necessariamente parte di essa. Ma da dove si origina nello spettatore una libido così potente da spingerlo economicamente alla perdita? A questo proposito diviene necessario ricordare un elemento centrale dello statuto di tutte le arti visive: la distanza. L’opera d’arte esiste in quanto oggetto scopico allo scopo di essere guardato, ammirato. Vive solo alla presenza di uno spettatore che, a debita distanza, la osserva (Metz, 2002). L’immersività dell’esperienza cinematografica rimane sempre ad un livello puramente illusorio poiché, se mai fosse reale, verrebbe meno l’esistenza di uno spettatore in quanto “*spectator*” che ne garantisce la stessa sussistenza. Quella tra spettatore e film è quindi una dialettica voyeuristica dove lo spettatore (nel ruolo di soggetto attivo) necessita del film per

il proprio godimento scopico – nel senso lacaniano del termine – mentre il film (nel ruolo di oggetto passivo del soggetto) necessita dello sguardo dello spettatore per poter continuare a vivere. Tale bidirezionalità è però unicamente parziale poiché il film, a differenza del teatro, non è consapevole di essere guardato, o meglio, ne è consapevole solo in una certa misura. L’Istituzione cinematografica (che scrive, produce e diffonde contenuti per la visione) sa di essere guardata, desidera ed esige lo sguardo del pubblico, mentre il testo (la storia del film, il vero contenuto) ne rimane inconsapevole.

“Il film non è esibizionista. Lo guardo, ma lui non mi guarda mentre lo guardo. Tuttavia, sa che io lo guardo. [...] Durante la proiezione del film il pubblico è presente all’attore, ma l’attore è assente al pubblico; e durante le riprese, in cui l’attore era presente, era il pubblico a essere assente. Così il cinema trova la maniera di essere nello stesso tempo esibizionista e riservato.” (Metz, 2002)

“L’arte del cinematografo consiste nel suscitare il desiderio per poi giocarci. Allo stesso tempo, però, lo tiene ad una distanza di sicurezza, lo addomestica, lo rende palpabile” (Žižek, 2006). Ecco allora che nel cinema Metz riscontra una doppia distanza: quella necessaria tra l’opera d’arte e i suoi spettatori e quella temporale tra il momento della registrazione del film e il momento della sua pubblica fruizione. Tra film e pubblico si instaura così una riattualizzazione della scena primaria infantile del freudiano buco della serratura (Morin, 1956), quando il pubblico, mosso dal desiderio di percepire scopicamente, si introduce silenzioso nel buio di una sala cinematografica per godere delle sue luci e dei suoi suoni.

Introduzione

2. La psicologia dello spettatore

2.1 Aspetti psicologici dell'esperienza cinematografica

Nel chiarire i principi del Movimento surrealista, Luis Buñuel ha spesso definito il cinema come una "imitazione involontaria del sogno", in quanto capace di esplorare il subconscio e gli aspetti irrazionali dell'esperienza umana. I film surrealisti di Buñuel, primo fra tutti "*Un Chien Andalou*" (realizzato nel 1929 in collaborazione con Salvador Dalí), esemplificano questa qualità onirica enfatizzando strutture narrative fluide e disgiunte attraverso l'uso di immagini evocative dell'esperienza del sogno così come fu descritta da Freud (Martin, 2020).

“Il meccanismo creatore delle immagini cinematografiche è, a causa del suo funzionamento, quello che fra tutti i mezzi di espressione umana richiama meglio il lavoro dello spirito durante il sonno. Il buio che invade a poco a poco la sala equivale all'azione di chiudere gli occhi. È allora che comincia sullo schermo, e al fondo dell'uomo, l'incursione notturna dell'inconscio; le immagini come nel sogno compaiono e scompaiono fra solvenze e oscuramenti, il tempo e lo spazio si fanno flessibili, l'ordine cronologico e i valori relativi di durata non corrispondono più alla realtà.” (Buñuel, 1967)

I processi fondamentali alla base dell'attività onirica proposti da Freud ne "*L'interpretazione dei sogni*" – condensazione, spostamento, simbolizzazione, rappresentazione e drammatizzazione – sono infatti presenti nell'intera cinematografia di Buñuel e, più in generale, sono riscontrabili in tutte le produzioni cinematografiche che fanno dell'indagine della soggettività umana il loro obiettivo primario. Cesare Musatti (noto psicologo, psicoanalista e filosofo italiano) riconosce in particolare nella rappresentazione il processo onirico più caratterizzante delle opere filmiche in quanto colui che le distingue dalle altre

produzioni artistiche. Nel sogno, la rappresentazione traduce gli elementi inconsci in sequenze di immagini concrete di cui il sognatore è simultaneamente regista, attore e spettatore. Se nel romanzo i fatti descritti sono *immaginati* dal lettore e nel teatro sono *rappresentati* al pubblico attraverso un'esperienza sensorialmente diretta, nel cinema i fatti sono *presentati* all'interno di una percezione che ha il carattere illusorio della realtà. Si tratta di una percezione vissuta come concreta, sebbene chiaramente fittizia, una pura illusione filmica che permette allo spettatore di partecipare alle vicende narrate "come se" fossero reali (Musatti, 2000). Il potere del cinema, perciò, trascende l'arte stessa, fungendo da veicolo di comunicazione e condivisione, attivando forti emozioni e offrendo intrattenimento, educazione e conoscenza. Ciò è possibile poiché durante la visione di un film i canali sensoriali degli spettatori sono interamente polarizzati su di uno schermo che trasmette immagini capaci di generare un'attivazione emozionale e di causare una progressiva diminuzione qualitativa dello stato di coscienza assimilabile allo stato oniroide, il quadro clinico nel quale l'ottundimento dello stato di coscienza fa sì che il soggetto da un lato percepisca una realtà allucinatoria da lui vissuta come concreta, dall'altro percepisca il mondo reale sottoforma di una semplice apparenza che spesso viene sopraffatta dalla realtà psicotica interna (Sims, 2021). Similmente, lo spettatore al cinema presenta un doppio orientamento tra la dimensione reale (la presenza fisica nella sala cinematografica) e la dimensione filmica (l'ambientazione spazio-temporale del film in questione), la quale, se è alto il livello di immedesimazione, riesce a sovrastare la prima (Fieldmann, 1956).

In Francia, all'interno della corrente della Filmologia, Albert Michotte van den Berck (psicologo della percezione) e Henri Wallon (psichiatra e psicologo infantile) furono i primi a esplorare i meccanismi psicologici che la "situazione cinematografica" sa attivare, ovvero percezione, impressione di realtà, comprensione, memorizzazione, partecipazione emotiva e affettiva. Wallon (1947) studiò le analogie tra la percezione e il film, sostenendo che, così come percepiamo

la realtà attraverso le forme, lo spettatore struttura le immagini proiettate sullo schermo. Il film è costruito per operare "al posto e in vece dello spettatore" (Wallon, 1947), replicando la sua visione psicologica. È il film che presenta l'oggetto sotto diversi angoli, sceglie i dettagli, cattura la nostra attenzione e offre sintesi e variazioni delle coordinate spazio-temporali, sovrapponendo immagini e trasformando oggetti e persone. Nel cinema, diversamente dalla percezione normale, dove il soggetto appartiene allo stesso campo di esperienza dell'oggetto percepito, gli spettatori percepiscono immagini di oggetti assenti. Al cinema esiste inoltre una necessaria "segregazione degli spazi", ovvero una netta distinzione tra la percezione degli input visivi sullo schermo e la cinestesia dello spettatore. Questa incompatibilità tra la sala buia e lo schermo luminoso cattura l'attenzione dello spettatore e lo porta a "sacrificare" la propria realtà in favore di quell'irrealtà visiva, permettendo l'oblio del Sé e creando una situazione di regressione e passività che facilita i fenomeni di identificazione e proiezione (Wallon, 1947).

Michotte (1948), occupandosi invece dello studio dell'impressione di realtà che caratterizza la dimensione filmica, descrisse l'esperienza cinematografica come una congiunzione tra il reale e l'artificiale dove lo spettatore vive una contraddizione tra ciò che "sente" (la percezione sensoriale e le emozioni reali) e ciò che "sa" (il fatto che ciò che vede non è e non può essere reale). Tale esperienza illusoria si accosta alla dialettica tra "sapere" e "credere", tra presenza vissuta e assenza reale dell'oggetto filmico, alla base del già citato voyeurismo dello spettatore descritto da Metz (Michotte, 1948).

2.2 Identificazione, proiezione, suggestione e catarsi

Alla luce delle precedenti osservazioni, appare chiaro quanto il quadro psicologico dello spettatore al cinema sia estremamente complesso e sfaccettato. Il cinema affronta tutte le questioni che riguardano l'essere umano in quanto tale,

coprendo ogni fase del ciclo di vita, ogni emozione, ogni pulsione e sensazione, nonché ogni punto del continuum che va dalla normalità alla patologia. Tra i vari autori che hanno cercato di chiarirne il funzionamento spicca certamente l'opera di Sergio Stagnitta (2020) che ha saputo non solo riconoscere, ma soprattutto descrivere efficacemente i principali meccanismi psicologici che stanno alla base della psicologia dello spettatore: identificazione (o immedesimazione), proiezione, suggestione e catarsi. Si tratta di quattro processi interconnessi e in costante dialogo, tra i quali vige un rapporto di natura gerarchica. È infatti prima di tutto necessario che si attivi l'immedesimazione perché gli altri tre possano in seguito esistere (Stagnitta, 2020).

“L'identificazione è quel processo psicologico con cui un soggetto assimila un aspetto, una proprietà, un attributo di un'altra persona e si trasforma parzialmente o totalmente sul modello di quest'ultima” (Stagnitta, 2020). In ambito cinematografico, l'identificazione permette allo spettatore di “diventare” un personaggio del film e di confondere il suo vissuto con il proprio. Grazie alla “caratteristica di realtà” propria del mezzo filmico, l'identificazione con i protagonisti di un film può essere estremamente profonda e perturbante. Colui che inizialmente pilota l'identificazione è il regista che, attraverso inquadrature, movimenti di macchina e scelte di montaggio, determina le modalità e l'intensità dell'ingresso dello spettatore nella scena. Estremamente rilevanti saranno poi però le caratteristiche soggettive del singolo spettatore, poiché le indagini statistiche mostrano come sia più facile identificarsi con i personaggi con cui si condividono valori e caratteristiche identitarie (genere, professione, status, ecc.) e che appagano maggiormente i propri desideri inconsci (Stagnitta, 2020). Il cinema, simile al sogno, risveglia nel pubblico il desiderio intrinseco, penetrante e ineluttabile legato al processo di individuazione e si costituisce quindi come un potente strumento per la conoscenza di sé stessi. Lacan sostenne che il cinema non solo soddisfa i nostri desideri, ma ci istruisce anche su “come desiderare”, poiché le immagini

cinematografiche ci guidano attraverso il nostro desiderio, conferendo significato all'esperienza che stiamo vivendo (Metz, 2002). Stagnitta (2020) sottolinea inoltre come l'esperienza filmica sia caratterizzata dalla mancata attivazione dei meccanismi di difesa tipici dell'esperienza reale (grazie alla parziale consapevolezza dell'artificialità del vissuto cinematografico). Ciò semplifica notevolmente il contatto con l'inconscio e l'attivazione dell'immedesimazione stessa. È importante infine ricordare come durante la visione di un film possono facilmente innescarsi ulteriori identificazioni laterali con i personaggi secondari della narrazione, le quali spesso si rivelano particolarmente capaci di svelare aspetti inconsapevoli della psiche dello spettatore (Stagnitta, 2020).

L'identificazione proiettiva, o più semplicemente la proiezione (concetto di natura psicoanalitica introdotto per la prima volta da Melanie Klein), trova in ambito cinematografico una perfetta applicazione. Lo spettatore non riconosce emozioni, fantasie, desideri e intenzioni come appartenenti alla propria persona poiché li esclude dal proprio vissuto e li sposta sull'Altro cinematografico, il film, pensato inconsciamente come vivo grazie all'animismo tipico degli stati alterati di coscienza (Bott Spillius, 1995). Il cinema diviene così un momento di grande liberazione e identificazione, portando il soggetto a riconoscersi nell'Altro-cinema che ora possiede qualcosa che gli appartiene. Ecco, quindi, che la visione di un film si configura come un'esperienza collettiva, ma di carattere estremamente soggettivo, tanto che la medesima pellicola si dimostra capace di attivare, per poi soddisfare, bisogni differenti in spettatori differenti. Il talento registico risiede quindi proprio nella capacità di saper appagare simultaneamente i più svariati bisogni del pubblico attraverso un unico film. L'elemento fortemente identificativo alla base della proiezione rende difficile distinguerla dall'identificazione propriamente detta, ma si tratti di due processi quanto mai distinti, sebbene strettamente complementari. Citando Musatti (2000), “nell'identificazione lo spettatore diviene di volta in volta i singoli personaggi, nella proiezione i singoli

personaggi sono lo spettatore”. In altre parole, nella proiezione lo spettatore sposta il proprio mondo interno sui personaggi colorandoli delle proprie emozioni, anziché identificarsi con le emozioni stesse dei personaggi veicolate dalla regia come avviene nell’identificazione. La proiezione è però facilitata dall’identificazione iniziale dello spettatore con il protagonista, mentre l’identificazione è rafforzata dalla proiezione che rende il protagonista più simile allo spettatore, permettendogli di fare sua la storia.

Se proiezione e identificazione dipendono principalmente dall’inconscio dello spettatore, la suggestione e la catarsi sono prettamente ad opera del regista che le utilizza consapevolmente per suscitare una particolare sensazione nel pubblico o per veicolare uno specifico messaggio (Stagnitta, 2020). È però importante ricordare che né la suggestione né la catarsi possono avvenire se prima non vi è stata un’efficace identificazione. Si parla di suggestione cinematografica quando i pensieri e/o i desideri dei personaggi si impongono dall’esterno alla mente dello spettatore con tale irruenza da finire per coincidere con i propri, anche a visione ultimata e senza che egli possa analizzarli criticamente. Tale suggestione è favorita dallo stato oniroide, o dimensione della mente sognante, e dall’abbassamento delle difese che esso comporta. La nozione di catarsi in ambito psicologico e psicoanalitico fu introdotta da J. Breuer in associazione all’effetto suggestivo della cura ipnotica. Catarsi e suggestione sono quindi due concetti etimologicamente connessi nella letteratura scientifica che coesistono anche in ambito cinematografico. Così come la suggestione, la catarsi cinematografica è direttamente orchestrata dal regista e dal modo in cui egli sceglie di presentare la narrazione fino al suo apice nel finale. Essa permette allo spettatore di liberarsi dalle proprie frustrazioni, dai propri conflitti o dai propri vissuti inibiti, grazie all’identificazione avvenuta precedentemente che fa sì che al climax delle vicende che interessano il protagonista segua un distensivo rilascio di emozioni da parte dello spettatore (Stagnitta, 2020).

2.3 Basi neuropsicologiche dell'esperienza cinematografica

La “magia del cinema” risiede nella capacità delle immagini filmiche di stabilire connessioni profonde con l'inconscio dello spettatore, una qualità che trova le sue radici nella neurofisiologia del sistema nervoso. Pioniere dei lavori sull'applicazione della neuropsicologia in ambito cinematografico fu Hugo Mauerhofer che nel suo testo "*The Psychology of Cinematic Experience*" (1949) analizzò come le sequenze visive e sonore possano evocare reazioni emotive intense e inconsce negli spettatori. Il suo studio approfondisce i processi mentali e le risposte fisiologiche che le immagini filmiche possono attivare, mettendo in luce come il cinema non sia solo un mezzo di intrattenimento, ma anche un potente strumento psicologico capace di influenzare profondamente l'esperienza umana. Questo approccio ha aperto la strada ad ulteriori ricerche nel campo della neurofisiologia dell'esperienza cinematografica, esaminando come elementi quali il montaggio, la colonna sonora e la narrazione visiva possano manipolare le percezioni e le emozioni del pubblico.

Negli ultimi decenni, i notevoli sviluppi teorici e tecnologici che hanno interessato le neuroscienze cognitive hanno permesso di condurre studi sempre più dettagliati e non invasivi sul cervello dell'uomo, affiancando il *brain imaging* ad un'analisi minuziosa dei processi cognitivi, percettivi e motori del soggetto. Ciò ha consentito a diversi autori di applicare i recenti modelli della cognizione incarnata allo studio della condizione neurologica del cervello umano quando si trova impegnato nella ricezione cinematografica (Gallese & Guerra, 2015).

Le teorie sulla cognizione incarnata ("*embodied cognition*") costituiscono al giorno d'oggi una delle più vigorose linee di ricerca in neuropsicologia, in psicologia cognitiva e in psicologia sociale. Si parla di cognizione incarnata poiché tutti i processi cognitivi sono distribuiti sullo stesso substrato neurale responsabile della percezione e dell'azione. Secondo questa teoria, i processi cognitivi superiori

(immaginazione, pensiero astratto, memoria, ecc.) sono dovuti a processi di simulazione incarnata (“*embodied simulation*”) e quindi alla riattivazione di pattern sensorimotori estrapolati dalla loro funzione motoria e sfruttati in processi cognitivi differenti da quelli per i quali tali pattern si erano un tempo evoluti. Le indagini sull'empatia, la simulazione incarnata e il sistema dei neuroni specchio postulano l'attivazione in un osservatore di meccanismi neurali paragonabili a quelli osservati nell'attore, in virtù dei quali può essere generata la conoscenza sociale (Adolphs, 2010). La simulazione incarnata consentirebbe al cervello di garantire stabilmente l'allostasi del corpo, a prescindere dal tempo e dallo spazio, creando un modello di tale corpo sulla base dei suoi bisogni fisiologici, includendo sia le regolarità statistiche rilevanti nel mondo extrapersonale, sia le regolarità statistiche del mondo interno. Collettivamente, tutte queste rappresentazioni prendono il nome di “sensazioni interocettive”, solitamente vissute come sentimenti affettivi di dimensione inferiore (Feldman-Barrett, 2017). Alla luce di ciò, la Teoria della simulazione incarnata può essere riassunta nell'idea che i nostri processi cognitivi derivano dall'interazioni nel presente del nostro corpo con l'ambiente e, in altre parole, nella “consapevolezza che il modo in cui pensiamo e rappresentiamo le informazioni riflette la nostra necessità di interagire con il mondo” (Woolfolk, 2020).

Tra gli anni '80 e gli anni '90, la scoperta dei neuroni specchio nel cervello del macaco, durante studi sul sistema motorio volontario delle scimmie, e successivamente nell'uomo, ha svelato la base neurobiologica di un accesso diretto al significato dei comportamenti e delle esperienze altrui (Caruana & Viola, 2018). Questo meccanismo di rispecchiamento dimostra l'intersoggettività della nostra soggettività, indicando una nuova concezione di intersoggettività caratterizzata principalmente dall'intercorporeità. Il sistema motorio e le sue connessioni strutturano sia l'esecuzione delle azioni sia la loro percezione. Pertanto, per comprendere gli scopi e le intenzioni motorie degli altri, non è necessario tradurli

in un formato linguistico. L'intercorporeità diventa così la fonte primaria di comprensione altrui, consentendo la comunicazione e la comprensione implicite e non verbali e, soprattutto, l'empatia (Gallese & Guerra, 2015).

Lo studio dell'empatia affonda le sue radici nella filosofia dell'arte. Furono infatti i filosofi estetici Robert Vischer e Theodor Lipps a coniare il predecessore linguistico dell'empatia, riconoscendola come automatica ed inconscia. Vischer nel 1873 coniò il termine "*emfühlung*" (approssimativamente tradotto con "sentire dentro") per descrivere le risposte delle persone alle opere d'arte e vide questo processo come un "inconscio spostamento da parte di un soggetto dalla propria forma corporea alla forma degli oggetti dell'arte" (Vischer, 1873). Successivamente, nel 1903 Lipps ampliò il modello di *emfühlung* di Vischer per arrivare a comprendere anche le risposte degli osservatori alle emozioni altrui. In particolare, Lipps sottolineò come gli osservatori condividono e comprendono gli stati interni altrui nello stesso momento in cui questi li stanno percependo, cosa che permette di teorizzare un'attivazione simultanea della percezione e dell'empatia a livello neurale. Pochi anni dopo, Edward Titchener, psicologo e filosofo strutturalista, tradusse "*emfühlung*" in "empatia" e la definì come un'esperienza sensoriale ed interpersonale immediata, supportata dalle immagini cinestetiche (Zaki, 2014).

Facendo riferimento alle risorse neurali impiegate dal cervello per interagire con il mondo, inteso non solo come ambiente fisico, ma anche come mondo sociale ed interpersonale, la simulazione incarnata contribuisce significativamente ad una Teoria dell'intersoggettività. I modelli che applicano la Teoria della simulazione incarnata e gli studi dell'empatia al vissuto cinematografico originano dall'idea "che il nostro approccio alla vita reale così come al film si fonda su meccanismi percettivi e sottostanti meccanismi neurofisiologici in gran parte simili" (Gallese & Guerra, 2015). A questo proposito, è interessante osservare come la Teoria della simulazione incarnata possa essere applicata a modalità di ricezione del film non

strettamente riconducibili al mero coinvolgimento empatico. I neuroni specchio costituiscono una classe di neuroni della corteccia premotoria (Area F5) che si attiva sia quando viene compiuta direttamente un'azione sia quando si osserva qualcun altro nell'atto compierla. L'intercorporeità così suggerita dal funzionamento dei neuroni specchio permette di comprendere le intenzioni motorie altrui senza bisogno di rappresentazioni linguistiche. L'intercorporeità diventa quindi una fonte primaria di comprensione sociale, creando una "consonanza intenzionale" che facilita un primo livello di comunicazione interpersonale non linguistica (Gallese & Guerra, 2015).

Nell'applicazione delle neuroscienze cognitive all'esperienza cinematografica, centrale è la nozione di "simulazione incarnata liberata", introdotta da Vittorio Gallese (uno dei neuroscienziati responsabili della scoperta dei neuroni specchio) e Michele Guerra (storico e critico del cinema) all'interno del testo *"Lo schermo empatico, cinema e neuroscienze"* (2015). La simulazione incarnata libera fa riferimento alla temporanea sospensione del vincolo che lega il soggetto al mondo reale, permettendogli di abbandonare la distinzione tra reale e immaginario al fine di vivere un'esperienza esteticamente profonda, all'interno di uno stato di simulazione incarnata liberato dai limiti posti dalla razionalità. La simulazione incarnata libera innesca una maggiore inibizione motoria che consente un risparmio di energie neurali e un'adesione più intensa al mondo simulato dell'opera d'arte. L'immobilità è un elemento centrale poiché è colei che consente di direzionare le risorse neurali solitamente sfruttate per il movimento verso i neuroni specchio, potenziando così la simulazione incarnata che essi attivano. Nello specifico, citando gli autori (2015):

“Più che una sospensione d'incredulità, l'esperienza estetica suscitata dalla visione di un film può essere letta come una «simulazione liberata», cioè come il prodotto di un potenziamento dei meccanismi di rispecchiamento e simulazione. [...] Siamo liberi di amare, odiare, provare terrore, piacere, facendolo da una distanza di sicurezza. [...] È

questa distanza di sicurezza tra noi e la scena, tra noi e lo schermo, che ci dà piacere, rendendo la mimesi catartica, mettendo in gioco in modo più totalizzante la nostra naturale apertura mimetica al mondo.”
(Gallese & Guerra, 2015)

Il fenomeno dell'esperienza estetica, secondo gli autori, non può essere quindi completamente spiegato dalla semplice simulazione incarnata della vita quotidiana, ma è la congiunzione tra la sospensione temporanea della simulazione incarnata tradizionale e la liberazione di risorse cognitive che facilita il raggiungimento di uno stato paragonabile alla catarsi (nel senso aristotelico del termine), oltre che la sospensione dell'incredulità e il potenziamento dei meccanismi di rispecchiamento e simulazione. Così facendo, lo spettatore cinematografico può interagire con il film così come farebbe con un'altra persona nel mondo reale, riconoscendolo come “un'altra coscienza incarnata incorporata nel regno del significato” (Parnas et al., 2013).

L'ipotesi della simulazione incarnata sostiene che il cinema ci permette di accedere a schemi profondi dell'inconscio, ristrutturandoli all'interno della singolare relazione di scambio tra il nostro sistema nervoso e ciò che stiamo osservando nel qui ed ora. Le immagini che riempiono il nostro campo visivo possono così rimodellare la nostra auto-percezione, ricostruendo le tracce mnestiche (gli engrammi) immagazzinate in memoria. La simulazione incarnata libera consente di entrare in contatto con parti oscure e inconse di noi stessi, riconoscendole e integrandole con aspetti più evoluti della nostra personalità, al fine di metterci in contatto con il nostro desiderio. Si tratta di un processo di tipo bottom-up, poiché dal basso della sensorialità del corpo smuove verso l'alto della cognizione “qualcosa che è rimasto sotterrato dentro di noi, bloccato dalla schiavitù della ripetizione, grazie alle relazioni che instauriamo con l'Altro, sia egli reale o immaginario, come il personaggio di un film” (Stagnitta, 2020).

2.4 Dallo stile cinematografico all'immedesimazione

Nella discussione sull'opera filmica si sceglie di separare lo stile dal contenuto cinematografico, considerando il primo come la modalità con cui il secondo viene espresso visivamente. Il regista John Huston descrisse infatti lo stile (dal latino “*stilus*”: “composizione scritta”) come l'adattamento visivo di un'idea espressa narrativamente, da interpretare attraverso le tecnologie e le tecniche di ripresa così come attraverso la personalità e l'ispirazione dell'autore (Huston, 2024). David Bordwell (storico cinematografico) ha concepito lo stile cinematografico come il risultato di una negoziazione socioeconomica e ha proposto un modello per spiegare i vari livelli di cognizione filmica. Secondo Bordwell, i registi affrontano lo stile da una prospettiva bottom-up, a partire dalla percezione visiva del film. Diversamente, gli studiosi adottano un approccio top-down, intendendo lo stile come parte delle modalità con cui gli spettatori si appropriano del film (Bordwell, 1985).

Don Ihde, fenomenologo americano, suggerisce che i media dovrebbero essere studiati partendo dalle caratteristiche tecniche degli strumenti che ci mettono in relazione con situazioni a noi accessibili. Utilizzando il cinema come esempio, Ihde spiega che, pur essendo una simulazione visiva del reale, il cinema suscita sensazioni appercettive che ampliano la nostra esperienza grazie al sapiente utilizzo della tecnologia delle macchine da presa (Ihde, 1990). A tal proposito, sono proprio i movimenti di macchina ad essere spesso considerati l'impronta distintiva dello stile di un regista, sia che egli ne faccia ampiamente uso, sia che egli ne prediliga l'assenza nella fissità dell'immagine. I programmi sensomotori dei neuroni specchio attivati dal film sono quindi il frutto di disposizioni stilistiche precise. Uno studio sulla cognizione incarnata nel cinema deve perciò necessariamente prendere in considerazione la possibile esistenza di una continuità intrinseca tra la realtà e la visione cinematografica, di cui lo stile è il motore stesso. Lo stile cinematografico include vari aspetti, ognuno dei quali interagisce con lo

spettatore secondo modalità diverse, a volte accogliendolo delicatamente, a volte turbandolo in senso provocatorio (Gallese & Guerra, 2015).

L'esperienza di coinvolgimento e immedesimazione nell'azione dei movimenti di macchina è notevolmente supportata dal fatto che il comportamento della telecamera viene interpretato sia dai registi che dagli spettatori attraverso chiare e immediate analogie antropomorfe. Di conseguenza, la simulazione incarnata è tanto più libera quanto più la telecamera agisce in modo simile ad un essere umano. Difatti, nonostante i movimenti della macchina da presa possano superare le nostre capacità visive o motorie, li percepiamo principalmente come capaci di interpretare e navigare lo spazio in modo umano piuttosto che meccanico. Di conseguenza, la "struttura semiotica" dei movimenti di macchina può essere descritta in termini di incarnazione (*"embodiment"*) e di intenzionalità, poiché percepiamo gran parte di tali movimenti con lo stesso grado di consapevolezza e partecipazione con cui percepiamo la cinestetica del nostro stesso corpo. In particolare, negli anni '70, l'introduzione della *Steadicam*, capace di stabilizzare e rendere fluidi i movimenti della telecamera durante le riprese riducendone i tremolii e le vibrazioni, ha notevolmente partecipato al rafforzamento di tale relazione (Gallese & Guerra, 2015).

Studi recenti condotti tramite elettroencefalogramma (EEG) hanno esaminato come le diverse tecniche di ripresa influenzano la risposta dei neuroni specchio negli spettatori e, di conseguenza, il loro grado di immedesimazione. Questi esperimenti hanno dimostrato che i movimenti fisici della macchina da presa, come l'avvicinamento diretto ad un oggetto, innescano potenti onde cerebrali nei neuroni specchio nella corteccia motoria, notevolmente più intense rispetto a quelle generate dallo zoom, dal dolly e dalle altre tecniche di ripresa più tradizionali, poiché stimolano maggiormente la percezione antropomorfa del movimento. Nello specifico, uno studio condotto nel 2014 da Heimann, Gallese, Guerra e colleghi presso il Dipartimento di Neuroscienze dell'Università di Parma

è riuscito a riscontrare una sincronizzazione evento-correlata (*Event-Related Synchronization*, ERS) del ritmo mu nell'attivazione della corteccia motoria, durante la visione di filmati registrati con la *Steadicam* che mostravano lo svolgimento di un'azione manuale correlata ad un obiettivo, indicando così un aumento temporaneo della potenza delle onde cerebrali in quella specifica banda di frequenza. In questo contesto, la *Steadicam* emerge quindi come lo strumento più efficace per aumentare il senso di presenza fisica dello spettatore nella scena, dando luogo a processi di simulazione incarnata libera più vividi e duraturi (Heimann et al., 2014).

La filmografia di Stanley Kubrick rappresenta indubbiamente la massima espressione dell'utilizzo dello stile cinematografico al fine di alimentare l'immedesimazione dello spettatore nell'opera filmica. Kubrick ha creato un cinema in cui la chiarezza narrativa e il coinvolgimento emotivo si fondono perfettamente con una ricerca tecnica avanzata sullo stile cinematografico, spaziando attraverso i generi e facendo della *Steadicam* il suo strumento principe. La scelta di utilizzare lo strumento cinematografico come vincolo attorno al quale costruire l'intera esperienza visiva e sensoriale, difatti, rende ancora oggi il cinema narrativo di Kubrick una vera avanguardia, un'esperienza unica capace di ispirare il pubblico e i cineasti di tutto il mondo.

In "*Barry Lyndon*" (1975), Kubrick optò per un innovativo utilizzo dei movimenti di macchina, riuscendo a creare l'illusione di un movimento non realmente presente. Questo approccio sospende ogni possibilità di giudizio, modificando lo spazio senza attraversarlo concretamente. Lo zoom utilizzato nel film suggerisce la presenza di una forza che ordina spazio e tempo al di là del controllo dei personaggi e dello spettatore stesso, simboleggiando l'incontrollabilità del destino del protagonista, soggetto a forze che sfuggono inevitabilmente al suo controllo. Successivamente, in "*Shining*" (1980) Kubrick approfondì ulteriormente questa tecnica per creare una sensazione inquietante di

presenza spettrale, rappresentando l'*Overlook Hotel*, con i suoi infiniti corridoi, come un organismo vivente. Qui Kubrick fece ampiamente uso della *Steadicam*, capace di simulare la percezione visiva umana, per creare una costante atmosfera di alta tensione e ansia crescente. In diverse sequenze, la *Steadicam* segue i protagonisti (in particolare Danny per i corridoi dell'*Overlook Hotel* e Jack Torrance attraverso i sentieri del labirinto) ad altezza d'uomo, simulando la presenza di un'entità invisibile che li perseguita. L'operatore di macchina insegue l'attore a debita distanza, creando un cambiamento nella percezione del movimento che diventa internamente generato, dando l'impressione che vi sia un fantasma che continua a camminare anche dopo che egli è uscito dall'inquadratura. Così facendo, l'occhio del pubblico arriva a coincidere con il monitor della *Steadicam*, rendendolo contemporaneamente spettatore e attore dell'assedio dei personaggi, corpo fantasmatico del loro tormento (Gallese & Guerra, 2015).

Lo stile di montaggio privilegiato da Kubrick in tutte le sue pellicole rientra in quello che i critici cinematografici definiscono “montaggio connotativo”, basato sull'associazione di due o più immagini per creare un significato nuovo che vada oltre a quello delle singole immagini. L'associazione tra le immagini può infatti trasmettere emozioni e significati complessi che non sarebbero percepiti attraverso le semplici immagini isolate. Il montaggio connotativo è quindi capace di costruire significati, indipendentemente dalla rappresentazione diretta della realtà. Così facendo, il montaggio diviene uno strumento per creare un discorso articolato e molteplice, fondato sul concetto di conflitto. Esempio emblematico di montaggio connotativo è la sequenza iniziale di “*2001: Odissea nello spazio*” (1968), dove la progressione delle inquadrature, dal campo lunghissimo alla figura intera di una scimmia, culmina con l'uso drammatico del rallentatore e dell'inno Straussiano per enfatizzare la scoperta dell'uso di un osso come arma. Le scelte di montaggio di Kubrick, perciò, non solo narrano la storia della scoperta della tecnologia, ma connotano anche l'inizio dell'evoluzione umana. La transizione finale dall'osso

all'astronave rafforza l'idea di un progresso tecnologico che proietta l'umanità verso un futuro incerto e imprevedibile (Ejzenstejn, 1985).

Pienamente figlia dell'epoca post-moderna, la filmografia di Kubrick non pensa mai alla tecnica cinematografica come ad un semplice strumento, ma la intende come una parte integrante del racconto che contribuisce a plasmare l'esperienza visiva ed emotiva dello spettatore. Il montaggio di Kubrick trascende la singola rappresentazione della realtà per trasformare il cinema in un'arte di creazione e di comunicazione complessa e stratificata, caratterizzata dall'intensificazione del piacere fisico della visione, grazie ad effetti visivi e sonori, per stimolare una partecipazione emotiva e sensibile nello spettatore. La forma della messa in scena del cinema classico viene ripresa solo per essere svuotata dal suo significato morale fino ad annichirla, rendendo evidente l'esistenza della macchina da presa e di un soggetto che guarda. La videocamera si rivela per suscitare emozioni nello spettatore attraverso movimenti di macchina estremamente rapidi e fluidi. Il cinema di Kubrick è quindi un cinema ipercinetico, in cui il ritmo delle variazioni delle inquadrature si impone come effetto speciale di per sé, scandendo il flusso adrenalinico a cui lo spettatore è chiamato a aderire per restare al passo con la narrazione, per “vivere intensamente una finzione dichiarata” (Carluccio et al., 2019).

2.5 Lo spettatore come “soggetto cinestetico”

Vivian Sobchack, eminente teorica cinematografica e studiosa della fenomenologia della percezione, ha fornito un'analisi estremamente efficace del coinvolgimento percettivo dello spettatore cinematografico coniugando l'approccio filosofico-fenomenologico al costrutto neurofisiologico della cognizione incarnata. L'autrice ha definito “movimenti del corpo della telecamera” (*"body motions of the camera"*) quei movimenti di macchina che sembrano imitare

il movimento umano, dimostrandosi capaci di trasformare lo spettatore in un “soggetto cinestetico” (“*cinesthetic subject*”). Questo neologismo fa riferimento al cinema in quanto opera d’arte fondata sulla riproduzione del movimento che innesca nello spettatore percezioni cross-modali sinestesiche e la viscerale attivazione identitaria cenestesica. Il “soggetto cinestetico” è perciò un concetto che emerge dalla combinazione tra cinema, sinestesia e cenestesia. La sinestesia è un fenomeno, di natura clinica o metaforica, in cui la stimolazione di un senso attiva involontariamente anche una seconda percezione in un altro canale sensoriale. D'altra parte, la cenestesia si riferisce alla percezione dell'intero stato corporeo come somma delle sue percezioni somatiche, descrivendo una condizione fisica generale. Perciò, mentre la sinestesia si occupa dello scambio tra i sensi, la cenestesia riguarda l'integrazione sensoriale complessiva (Sobchack, 2015).

Nel corso della storia della teoria cinematografica, vi sono stati alcuni tentativi di comprendere la relazione tra il cinema e i nostri corpi sensoriali. Negli anni '20, il regista e teorico sovietico Sergei Eisenstein, ad esempio, indagò la “sincronizzazione dei sensi” e la sinestesia, cercando di collegare il pensiero intellettuale al pensiero sensoriale o all'intelligenza emotiva (Wollen, 1969). Negli anni '40, Siegfried Kracauer adottò un approccio fenomenologico, enfatizzando la capacità del cinema di stimolare fisiologicamente e sensualmente gli spettatori, considerandoli come “esseri corporeo-materiali” sollecitati dagli elementi materiali presenti nei film (Hansen, 1993). La teoria cinematografica contemporanea ha tuttavia generalmente ignorato l'aspetto corporeo del cinema e il nostro “essere materiale-corporeo” come spettatori. Nonostante l'enfasi posta sullo spettatore e sulla recezione cinematografica, l'identificazione dello spettatore nel cinema è stata considerata come un processo astratto e mediato attraverso il linguaggio a prescindere dal coinvolgimento del corpo. La maggior parte dei teorici del cinema sembra infatti essere ancora imbarazzata o perplessa di fronte ai corpi che nei film si comportano in modo sfrenato e crudo, in contrasto con le

sottili discriminazioni intellettuali della riflessione critica. Le risposte corporee ai film, come l'eccitazione sessuale, l'orrore e il sentimento, sono state spesso considerate troppo grossolane per meritare un'elaborazione ulteriore. Film che provocano tali reazioni (primi fra tutti il cinema *soft-porn* e il cinema horror) sono spesso ignorati dalla critica o considerati come mere "forme primitive" di intrattenimento. Eppure, le recenti indagini sulla simulazione incarnata in ambito cinematografico indicano chiaramente come per poter comprendere un film dobbiamo prima "sentirlo" con il nostro corpo, una prospettiva che sfida le interpretazioni filosofiche e psicoanalitiche prevalenti. La visione cinematografica come semplice modalità di rappresentazione simbolica ha infatti difficoltà a spiegare come i corpi possano effettivamente essere "toccati" e "commossi" dai film, originando "pensieri carnali" prima dell'analisi cosciente (Sobchack, 2015).

A questo proposito, Sobchack suggerisce che la visione cinematografica sia profondamente influenzata dal corpo esperienziale, che fornisce significato attraverso una cooperazione sensoriale che va oltre la semplice visione. Tale corpo agisce come un "terzo termine" che media tra visione e linguaggio, esperienza e immagine. Mentre guardiamo un film, il nostro corpo reagisce pre-riflessivamente e comprende ciò che vediamo, informato dall'intera storia sensoriale. Questa reattività non è straordinaria ma comune: vediamo, comprendiamo e sentiamo i film con tutto il nostro essere corporeo all'interno di un'esperienza di carattere squisitamente multisensoriale. Tuttavia, la predominanza della visione tende a oscurare la nostra consapevolezza di come il nostro corpo percepisce e dà significato al mondo rappresentato sullo schermo.

“[al cinema] siamo in una sorta di modalità carnale in grado di toccare ed essere toccati dalla sostanza delle immagini, di sentire un'atmosfera visiva che ci avvolge, di sperimentare il peso e il soffocamento e il bisogno per l'aria, per prendere il volo con euforia cinetica e libertà anche se siamo relativamente legati ai nostri posti, per essere sbattuti

all'indietro da un suono, a volte persino per annusare e assaporare il mondo che vediamo sullo schermo.” (Sobchack, 2015)

Alla luce di ciò, i comuni termini associati all'immedesimazione cinematografica, quali “essere toccati” o “essere commossi”, non sono da intendersi unicamente in senso puramente metaforico, ma anche carnale e letterale. “La percezione è una reversibilità della carne” (Grosz, 1993), dove il corpo sperimenta il film come un'interazione fisica e materiale che rovescia le posizioni fisse del soggetto. I corpi nell'esperienza cinematografica sono quindi sovversivi: funzionano sia figurativamente che letteralmente, mescolando irrimediabilmente carne e coscienza e lasciando che sia proprio in questa interazione che l'opera cinematografica trovi il suo stesso significato. Anche se non possiamo toccare, annusare o assaporare direttamente ciò che vediamo sullo schermo, abbiamo comunque un'esperienza sensoriale significativa. Il cinema offre un appagamento carnale differente: il nostro corpo si rivolge pre-riflessivamente verso sé stesso per trovare soddisfazione sensoriale. Questo riflesso fisico, pur essendo ridotto rispetto all'esperienza sensoriale diretta, è in qualche modo potenziato, poiché attraverso di esso il nostro corpo diventa contemporaneamente soggetto e oggetto della percezione sensoriale. È importante osservare che questa "riflessività corporea" non implica che lo spettatore sia spinto fuori dall'esperienza filmica per riflettere su sé stesso o su di una discontinuità tra la sua realtà e quella rappresentata sullo schermo. Piuttosto, il corpo è percepito come parte integrante di una relazione sensoriale con il film, dove le sensazioni corporee sono vissute come elementi della narrazione cinematografica (Sobchack, 2015). Si potrebbe quindi sostenere che il concetto di "soggetto cinestetico" definisca lo spettatore cinematografico in quanto essere corporeo, che non solo possiede un corpo, ma è egli stesso il corpo, e che vive l'esperienza cinematografica attraverso una simulazione incarnata in grado di coinvolgere tutti i sensi.

3. Il cinema come strumento terapeutico: La Cinematerapia

3.1 Nascita e diffusione della Cinematerapia

La popolazione generale riconosce tradizionalmente il cinema come un'opera d'arte ed un mezzo di intrattenimento, talvolta capace di farsi portatore di una riflessione sociologica e di influenzare temporaneamente l'umore dello spettatore, ma sempre ben lontano dalle finalità trasformative proprie della psicoterapia e della psicoanalisi. Le capacità di agire direttamente sulle emozioni umane e di rappresentare ed esorcizzare i vissuti interiori sono tuttavia qualità intrinseche ad ogni forma d'arte sin dall'antichità, tanto che nelle civiltà arcaiche musica e teatro venivano spontaneamente integrati nella quotidianità dei cittadini, all'interno di rudimentali sessioni di musico- e teatro-terapia. Esempio emblematico fu il teatro greco, che con i suoi rituali, ritmi e cori fungeva da catalizzatore delle emozioni collettive, contribuendo ad una catarsi di massa, pur senza una consapevole intenzionalità terapeutica. Nel corso dei secoli, vi sono poi diverse documentazioni dello sfruttamento della musicoterapia anche nei manicomi arabi, pratica sulla base della quale nel XIX secolo lo psichiatra francese Philippe Pinel e i suoi collaboratori introdussero la musicoterapia negli istituti di cura europei per i disturbi psichici. Tuttavia, fu solo a partire dagli anni '50 che l'arteterapia cominciò a consolidarsi come una pratica terapeutica specifica per il trattamento dei disturbi psichici e per la riabilitazione, inizialmente focalizzandosi sulla terapia individuale e successivamente estendendola ai gruppi, con un'attenzione crescente per le modalità di espressione non verbale e per i fenomeni di emergenza dell'inconscio (Rubin, 1999).

L'ingresso del cinema nel panorama dell'Arteterapia risale ai primi anni del XX secolo, in relazione all'avanzamento della disponibilità della tecnologia

multimediale alla popolazione generale. In particolare, durante la Prima guerra mondiale diversi ospedali psichiatrici militari, come l'ospedale St. Elizabeth di Washington D.C, iniziarono a proiettare film a scopo terapeutico, oltre che per l'intrattenimento, l'educazione e la formazione professionale dei militari ricoverati (Rubin & Katz, 1946). I film continuarono poi ad essere uno strumento centrale della riabilitazione del personale militare durante tutto il XX secolo, ma, ancora più importante, divennero accettabili anche nelle strutture psichiatriche generali, dove la proiezione di pellicole in 16mm diventò la forma di intrattenimento più utilizzata per premiare i pazienti che mostravano comportamenti ordinati e conformi sia nelle loro stanze individuali che negli spazi comunitari. Fu così osservato come, dopo diverse proiezioni, la visione dei film sembrava aiutare i pazienti non solo a livello comportamentale, ma anche emotivo. I pazienti si mostravano infatti più calmi e attenti durante le proiezioni e interagivano più facilmente tra loro secondo modalità prosociali a visione conclusa (Berman, 1946).

Nei decenni successivi, la Cinematerapia continuò a diffondersi grazie ai progressi tecnologici che ne resero sempre più agevole l'impiego. Negli anni '80, alcuni ricercatori dimostrarono come l'uso di film popolari potesse essere uno strumento efficace per lo sviluppo dei giovani, per favorirne il benessere e generare discussioni terapeutiche. A differenza degli approcci utilizzati dai consulenti precedenti, queste interviste non prediligevano le somministrazioni di gruppo per raggiungere i loro clienti, né i clienti erano pazienti psichiatrici acuti. Piuttosto, erano giovani con problemi di adattamento che ricevevano servizi ambulatoriali. Il primo caso studio documentato in cui i film furono utilizzati con pazienti non psichiatrici risale al 1986 e comprese un campione di ragazze adolescenti residenti in case-famiglia a cui fu proposta la visione individuale del film "*Gente comune*" (1980) di Robert Redford (Ducan et al., 1986). L'anno successivo, un ulteriore studio documentò l'uso del film "*La storia infinita*" (1984) di W. Peterson per

assistere un ragazzo di 11 anni nel processo di lutto, adattamento e successiva adozione dopo il suicidio della madre (Christie & McGrath, 1987).

Fu però solo nel 1990, grazie all'apporto fondamentale della psicologa americana Linda Berg-Cross, che la pratica clinica di assegnare film popolari a individui con disturbi mentali generali divenne universalmente accettata e riconosciuta. Berg-Cross coniò il termine "Cinematerapia", fornendogli una definizione concettuale operativa in grado di formalizzarne l'efficacia terapeutica. L'autrice definì la Cinematerapia come l'approccio terapeutico che utilizza il cinema come strumento per aiutare gli individui ad esplorare le proprie emozioni, acquisire consapevolezza e favorire la crescita personale. È un metodo che sfrutta il potere del racconto visivo e delle narrazioni cinematografiche per assistere le persone nel comprendere meglio sé stesse, elaborare i propri sentimenti e favorire la guarigione psicologica. Attraverso l'uso di film attentamente selezionati sulla base delle esigenze individuali, la Cinematerapia mira quindi ad offrire ai pazienti un modo unico e coinvolgente per connettersi con il proprio mondo interiore, le proprie esperienze e le proprie emozioni, contribuendo infine al loro benessere emotivo e alla scoperta di sé stessi (Berg-Cross, 1990).

Nonostante la letteratura che documenta nel dettaglio le procedure e le proprietà terapeutiche della Cinematerapia sia ancora limitata, il panorama si è di certo notevolmente ampliato in seguito al contributo di Berg-Cross, arrivando a comprendere non solo riviste scientifiche *peer-reviewed*, ma anche diversi manuali dedicati. La Cinematerapia è oggi considerata un utile strumento complementare per il raggiungimento degli obiettivi terapeutici. Guardare attentamente film accuratamente selezionati per poi discuterne con lo psicoterapeuta aiuta infatti i pazienti a riscoprire valori e capacità importanti della propria vita quotidiana che potrebbero essere stati trascurati. Gli attuali professionisti della salute mentale sfruttano perciò i film in modo mirato e strutturato, spesso all'interno di popolazioni specifiche (come, ad esempio, le donne afflitte da depressione post-

partum), per ottenere benefici terapeutici più o meno predeterminati, sia all'interno della clinica privata sia all'interno dei servizi di sanità pubblica presenti sul territorio (Centri Diurni). Sono inoltre stati sviluppati diversi programmi destinati a portare la Cinematerapia a chiunque possa trarne beneficio, inclusi pazienti in lunga degenza ospedaliera o in *hospice* che altrimenti non avrebbero modo di accedervi. Un esempio tangibile di questo impegno è *MediCinema*, l'organizzazione benefica che dal 1999 offre la "terapia del grande schermo" attraverso cinema di ultima generazione direttamente nelle stanze ospedaliere (Hill, 2006). Similmente, *Starlight* è un programma nato nel 1983, progettato per migliorare la qualità della vita di bambini gravemente malati mediante la somministrazione di film e altre forme di intrattenimento, mirando a ridurre in loro paura, dolore e senso di isolamento (*Starlight Children's Foundation*, 2021).

3.2 Orientamenti clinici in Cinematerapia

La Cinematerapia non coincide con la semplice visione di un film poiché rappresenta un potente strumento in grado di supportare il percorso terapeutico attraverso la visione di pellicole altamente selezionate e sempre filtrate dalla lente terapeutica. La visione di un film in un contesto di intrattenimento può offrire un'esperienza ludica o al massimo catartica, in grado di far emergere emozioni disorganizzate e caotiche, ma incapace di sfruttarle pienamente in assenza di una metodologia clinica strutturata. A questo risponde la Cinematerapia, permettendo di organizzare e sintetizzare le emozioni in un percorso complesso di crescita personale all'interno di una "visione a fini trasformativi", piuttosto che limitarsi ad una semplice esperienza liberatoria momentanea (Ciappina & Capriani, 2007). Durante le proiezioni nelle sessioni di Cinematerapia si richiede ai partecipanti di provare ad indentificarsi con i personaggi della narrazione a loro più simili, al fine di sostenere il conforto, la condivisione, la comprensione e l'accettazione del

proprio vissuto e la catarsi. Ciò è possibile grazie all'attenta rielaborazione del materiale inconscio smosso dall'opera filmica che sarà promossa dal terapeuta nei colloqui successivi (Lampropoulos & Spengler, 2005). La Cinematerapia sfrutta quindi il potere evocativo e simbolico delle immagini filmiche, simile a quello delle favole, dei miti e dei sogni, per trasformare le emozioni grezze in processi complessi che stimolano lo sviluppo di nuove competenze e la realizzazione dei propri progetti esistenziali. Secondo la psicoterapeuta statunitense Brigit Wolz (2005), ciò è possibile poiché la Cinematerapia riesce ad agire su tre livelli distinti: a livello prescrittivo un film può essere utilizzato per mostrare comportamenti da emulare o da evitare secondo un approccio di tipo psicoeducativo; a livello evocativo i film possono essere impiegati per esplorare e ampliare la consapevolezza degli stati emotivi interiori; a livello catartico ci si può avvalere dei film per indurre un rilascio emozionale distensivo (Wolz, 2005).

La descrizione appena fornita sintetizza i principi e le procedure generali della Cinematerapia, ma non distingue le diverse metodologie utilizzate dai professionisti che impiegano i film come strumento complementare alla psicoterapia. Queste metodologie sono estremamente variegata e differiscono tra loro per le modalità di utilizzo del materiale filmico, il grado di strutturazione delle sedute e gli obiettivi ultimi che si pongono. Michael L. Powell (2007) è stato il primo psicoanalista a delineare un quadro complessivo delle varie procedure e delle diverse applicazioni esistenti in Cinematerapia, distinguendo tra otto possibili modalità di intervento: Cinematerapia direttiva e non direttiva, Cinematerapia strutturata e non strutturata, Cinematerapia integrata, Cinematerapia psicoeducativa, Cinematerapia dell'insight, Cinematerapia persuasiva, Cinematerapia prescrittiva, Cinematerapia a visione guidata (Powell, 2007).

Cinematerapia direttiva vs. non direttiva. La distinzione tra psicoanalisi direttiva e non direttiva deriva primariamente dal modo in cui il terapeuta sceglie di rapportarsi al paziente e di guidare il processo terapeutico. Nella psicoanalisi

direttiva, il terapeuta assume un ruolo attivo e diretto, intervenendo con tecniche strutturate per affrontare sintomi specifici o problemi circoscritti del paziente. Questo approccio mira a raggiungere obiettivi terapeutici chiari e definiti attraverso interpretazioni dirette e orientamenti precisi durante le sessioni. D'altra parte, nella psicoanalisi non direttiva (o tradizionale), il terapeuta adotta una posizione più neutrale e riflessiva. L'attenzione è maggiormente focalizzata sulla libera esplorazione dell'inconscio del paziente e sull'interpretazione delle dinamiche psichiche emergenti. Il terapeuta evita quindi di guidare attivamente il paziente verso specifici obiettivi terapeutici, permettendo invece che il processo si muova spontaneamente dalle profondità dell'inconscio (Powell & Newgent, 2006). Il grado di direttività del terapeuta direziona anche le modalità con cui egli sceglie di strutturare le sessioni di Cinematerapia. Nella consegna non direttiva del prodotto filmico, il terapeuta si limita a discutere con il paziente le metafore riscontrate all'interno del film, astenendosi dal collegare esplicitamente tali informazioni al suo vissuto e lasciando che sia lui a scoprirne le associazioni in modo libero e autonomo. D'altro canto, lo psicoterapeuta direttivo promuove attivamente la realizzazione di queste connessioni, esplicitandone l'esistenza ed il significato (Powell, 2007).

Cinematerapia strutturata vs. non strutturata. La psicoterapia strutturata e la psicoterapia non strutturata si distinguono per le modalità con cui vengono gestiti i colloqui e gli obiettivi terapeutici. Nella psicoterapia strutturata, il terapeuta presenta o decide anticipatamente quali argomenti dovranno essere discussi al fine di raggiungere risultati espliciti e predeterminati. Si tratta di un approccio particolarmente efficace quando è necessario affrontare sintomi specifici in un tempo limitato, puntando a risultati definiti e misurabili nel breve termine (Kerr, 1986). Al contrario, nella psicoterapia non strutturata il terapeuta offre una maggiore flessibilità nel processo terapeutico, senza utilizzare rigidi protocolli, ma adattando l'intervento alle esigenze emergenti del singolo paziente.

Questo approccio favorisce un'esplorazione più libera e aperta delle esperienze e dei sentimenti del paziente, senza che vi sia un focus immediato su obiettivi specifici di cambiamento. In questo contesto, il paziente ha più spazio per esprimersi liberamente e per muoversi tra le proprie difficoltà in modo organico e spontaneo. Similmente, la Cinematerapia strutturata richiede che il paziente elabori specifiche parti di un film, generalmente a contenuto relazionale, precedentemente selezionate dal terapeuta sulla base della sintomatologia del paziente. Di contro, la Cinematerapia non strutturata lascia al paziente la libertà di decidere quali sequenze siano più importanti e di discutere ciò che egli desidera, compreso il materiale di natura non strettamente relazionale (Powell, 2007).

Cinematerapia integrata. Nelle sessioni di Cinematerapia, il terapeuta è libero di scegliere di combinare le precedenti metodologie a suo piacimento, adattandole al proprio approccio clinico personale. Intendendo quindi il grado di direttività e il grado di strutturazione come le due dimensioni fondamentali del colloquio clinico in Cinematerapia, quattro sono i possibili incroci che si possono venire a delineare: (a) una Cinematerapia non direttiva e non strutturata, in cui il terapeuta si astiene dall'avere un'agenda o dal direzionare il discorso dei pazienti su temi specifici, così come evita di informarli su come il materiale proposto possa metaforicamente relazionarsi al loro vissuto; (b) una Cinematerapia direttiva e non strutturata, in cui il terapeuta lascia ai pazienti la possibilità di scegliere autonomamente quali siano le sequenze più importanti, aiutandoli però a collegare il materiale metaforico che esse contengono al loro vissuto relazionale; (c) una Cinematerapia non direttiva e strutturata, in cui il terapeuta informa circa le tematiche da monitorare, lasciando che siano poi i pazienti a collegarle al proprio vissuto; (d) una Cinematerapia direttiva e strutturata, in cui il terapeuta sceglie i temi da indagare e dirige l'associazione tra il materiale cinematografico e le esperienze di vita dei pazienti (Powell, 2007).

Cinematerapia psicoeducativa. L'utilizzo del cinema a scopo psicoeducativo è stato altamente documentato fin dagli inizi del XX secolo, quando i film iniziarono ad essere sfruttati a scopo preventivo e riabilitativo all'interno degli ospedali militari, dove cortometraggi e documentari furono specificamente impiegati per aiutare i veterani a riconoscere e comprendere i sintomi da loro manifestati. È importante però notare come alcuni di questi trattamenti ebbero un effetto negativo, in particolare quando si scelse di mostrare scene estremamente grafiche di guerra a veterani affetti da Disturbo post-traumatico da stress. L'esposizione alla guerra e alla violenza sullo schermo, che si supponeva potesse aiutare a desensibilizzare i militari dal loro trauma bellico, contribuì infatti ad alimentarne le ansie, specialmente in assenza di un debriefing a seguito della visione. Al giorno d'oggi è noto come i film umoristici siano più adatti a rilassare i pazienti con un quadro traumatico simile ed è perciò proprio il genere comico ad essere spesso preferito nella pratica clinica (Powell, 2007).

Cinematerapia dell'insight. Similmente all'approccio psicoeducativo, la Cinematerapia dell'insight mira a far acquisire ai pazienti nuove informazioni circa una specifica problematicità precedentemente identificata. In psicoanalisi, l'insight è definito come il "collegarsi mediante un'improvvisa intuizione di una serie di fenomeni apparentemente slegati tra loro che, dopo l'intuizione, assumono una coerenza e un significato che prima non possedevano" (Grinberg, 1996). Sfruttare l'insight nella Cinematerapia significa quindi promuovere nel paziente l'improvvisa comprensione di come il materiale filmico possa spiegare la sua sofferenza e suggerire modalità e strumenti per il cambiamento positivo (Powell, 2007). Si tratta perciò di un approccio strettamente non direttivo, che trova nel dialogo con il clinico la sua via di espressione privilegiata.

Cinematerapia persuasiva. I film sono un mezzo potente in grado di "persuadere in molteplici modi e su molteplici livelli" (Gass & Seiter, 2003). In primo luogo, i film possono promuovere valori occidentali e diffondere la cultura

popolare sia nazionale che internazionale, modellando comportamenti sociali e alimentando stereotipi. In secondo luogo, possono essere utilizzati come veicolo di propaganda per cambiare le opinioni popolari e promuovere cambiamenti politici e culturali. Infine, il terzo e più significativo aspetto riguarda la capacità dei film di promuovere l'identificazione dello spettatore. Questo fenomeno consente al pubblico di connettersi profondamente con i personaggi e le storie narrate, trovandovi il riflesso delle proprie esperienze personali anche quando non direttamente simili a quelle mostrate sullo schermo. Nell'ambito della Cinematerapia, l'identificazione e la persuasione possono essere sfruttate per ristrutturare le credenze irrazionali ed espandere le prospettive dei pazienti circa la loro condizione, facilitando il cambiamento e la crescita personale (Powell, 2007)

Cinematerapia prescrittiva. Nata come diretta evoluzione della biblioterapia, la Cinematerapia prescrittiva è l'approccio terapeutico ancora oggi più utilizzato all'interno dei contesti ambulatoriali e scolastici, in quanto non richiede che le strutture territoriali siano dotate delle attrezzature tecnologiche necessarie per una proiezione in loco (Sharp et al., 2002). Ecco, quindi, che l'approccio prescrittivo prevede di assegnare ai pazienti il compito di guardare autonomamente specifici film al di fuori delle sessioni di consulenza, affinché possano poi discuterne e analizzarne il contenuto durante gli incontri successivi.

Cinematerapia a visione guidata. Il concetto di "visione guidata", introdotto da professionisti della salute mentale attivi in strutture residenziali, rappresenta un approccio in vivo alla Cinematerapia. A differenza di assegnare ai pazienti il compito di guardare film privatamente, il terapeuta e il paziente partecipano insieme alla visione di film o clip selezionate. Ciò permette al terapeuta di intervenire tempestivamente, assistendo il paziente nel suo percorso terapeutico nel momento stesso in cui emergono le opportunità di crescita significative offerte dal prodotto cinematografico e preservando così l'efficacia terapeutica e l'atmosfera emotiva dell'esperienza filmica (Hebert & Neumeister, 2001).

3.3 Progettare un laboratorio esperienziale di Cinematerapia

Un laboratorio esperienziale di Cinematerapia rappresenta un'opportunità unica per esplorare ed elaborare esperienze personali all'interno di un contesto di gruppo, utilizzando il film come lo strumento principale di mediazione. Durante le sessioni, il film diventa il centro dell'esperienza condivisa, facilitando l'emergenza e l'esplorazione dei vissuti inconsci dei partecipanti all'interno di una narrazione di gruppo. Ogni individuo utilizza il film come un diario di bordo per esplorare le proprie emozioni scatenate dalla storia, il rapporto sviluppato con i personaggi, le sollecitazioni della trama e dei temi trattati dal regista, nonché le sensazioni più sottili e silenziose che emergono durante la visione. Tali laboratori costituiscono quindi un innovativo approccio esperienziale che sfrutta il potere dei media visivi per facilitare la consapevolezza e la trasformazione personale all'interno di un contesto di gruppo sicuro e supportivo (Carli & Paniccia, 2003).

Prima di selezionare i film per il laboratorio, è cruciale condurre un'analisi approfondita della domanda di aiuto proveniente dai partecipanti. L'Analisi della domanda considera la complessità delle richieste terapeutiche, formative ed esperienziali, definendo un intervento psicologico che si basa sulle emozioni e sulla simbolizzazione come guide per l'azione e la comprensione oltre i limiti posti dalla razionalità. L'analisi si focalizza sul momento presente della relazione tra psicologo e consultante (sia esso un gruppo, un singolo o un'istituzione), esplorando le dinamiche relazionali che sottendono al problema iniziale manifestato da quest'ultimo. A seguito dell'Analisi della domanda, e compreso il contesto relazionale e affettivo dei partecipanti, si procede alla progettazione dell'intervento effettivo. La progettazione include decisioni cruciali, quali il numero dei partecipanti e la composizione del gruppo, la tempistica degli incontri e il tipo di richiesta in questione (formativa, terapeutica o esperienziale). Ciascuno di questi aspetti influenza direttamente la scelta dei film o delle sequenze

cinematografiche che verranno utilizzate, nonché lo stile di conduzione adatto per massimizzare l'efficacia dell'intervento (Carli & Paniccia, 2003).

Qualsiasi laboratorio di Cinematerapia può essere condotto secondo un approccio di tipo top-down o bottom-up, a seconda che si scelga di impostare la discussione a partire da una prospettiva razionale o emotiva. Nella metodologia top-down, il conduttore introduce il film fornendo contestualmente elementi teorici, per poi procedere alla visione del film stesso e infine ad un dibattito collettivo conclusivo. Tale approccio, solitamente prediletto negli incontri a scopo formativo, parte da una base razionale e solo successivamente esplora e approfondisce le emozioni che la pellicola è stata in grado di suscitare. Negli incontri di Cinematerapia top-down vengono spesso proposti film che favoriscono un senso di estraniamento, portando lo spettatore a riflettere, elaborare mentalmente e commentare ciò che sta osservando fin dal principio, immergendosi progressivamente nella storia via via sempre più profondamente. Contrariamente, l'approccio bottom-up inizia dalla visione del film, seguita da un dibattito, e solo infine procede con l'introduzione degli elementi teorici. Qui, l'accento viene quindi posto sull'impatto emotivo iniziale, con l'obiettivo di risalire gradualmente verso una comprensione razionale più profonda delle reazioni emozionali suscitate. Negli incontri di Cinematerapia bottom-up, tipicamente a scopo terapeutico, vengono presentati film che promuovono stati di profonda immedesimazione, così che lo spettatore possa inizialmente lasciarsi trasportare interamente dalla storia, dai personaggi e dall'esperienza emotiva, per poi successivamente avviare un processo di riflessione e rielaborazione razionale (Stagnitta, 2020).

Solitamente, i film più idonei ad essere utilizzati in un laboratorio di Cinematerapia sono quelli che ricalcano il classico "viaggio dell'eroe", un archetipo narrativo che trae ispirazione dai miti fondanti e dagli schemi universali presenti in tutte le culture. Il viaggio dell'eroe si struttura tradizionalmente in tre atti distinti che delineano il ritmo narrativo e le tematiche in evoluzione. Nel primo

atto, fondamentale per immergere il lettore o lo spettatore nell'avventura, vengono presentati i personaggi, l'ambientazione e anticipati elementi chiave del finale. Un inizio efficace cattura immediatamente l'attenzione dello spettatore, predisponendolo a proseguire il racconto. Il secondo atto, cuore della narrazione, vede il protagonista affrontare prove che lo portano a crescere interiormente, sviluppando le sue capacità e comprendendo la sua missione. Questa fase si apre con una svolta significativa, spesso rappresentata da un evento che altera radicalmente la vita del protagonista, obbligandolo ad accettare un cambiamento cruciale per intraprendere il suo viaggio. È questo il momento in cui lo spettatore inizia a identificarsi più profondamente con il protagonista, legame che andrà poi a consolidarsi per tutto il proseguire della narrazione. Infine, nel terzo atto, la tensione raggiunge il suo apice, portando alla trasformazione finale e alla consacrazione dell'eroe. L'epilogo non necessariamente costituisce un lieto fine, ma lascia sempre negli spettatori una potente sensazione di chiusura, liberazione e catarsi, influenzando la loro percezione e il loro vissuto anche a visione ultimata (Campbell, 2016).

Durante i laboratori esperienziali di cinematerapia non necessariamente si sceglie di proiettare un film per intero, bensì spesso vengono proposte clip selezionate dalla pellicola originale, offerte come cortometraggi, o montaggi di più sequenze che presentano elementi comuni. In termini pratici, la scelta di utilizzare un film completo, un cortometraggio o un montaggio dipende dalla disponibilità di tempo e dagli obiettivi specifici dell'intervento. I film completi favoriscono certamente un'identificazione più profonda e processi di proiezione più intensi, ideali negli interventi psicoterapeutici complessi. D'altro canto, i cortometraggi e i montaggi, sicuramente meno dispendiosi in termini di tempo, stimolano la fantasia e risultano essere più adatti a scopi formativi o terapeutici mirati d'emergenza. La struttura e il contenuto del film selezionato variano inoltre in base alle specifiche tematiche trattate, generalmente spaziando tra film a tema, film

gruppali e film caratterizzati da elementi fantastici. Ciascun genere cinematografico si rivela essere particolarmente appropriato in differenti contesti di esplorazione emotiva e relazionale. In particolare, i film che presentano un tema centrale netto e definito, drammi o commedie che siano, sono efficaci in interventi terapeutici mirati, in quanto particolarmente capaci di istruire circa il vissuto emotivo e il comportamento appropriato in relazione ad una specifica condizione esistenziale. I film di gruppo, che presentano una coralità di personaggi impegnati in un'esperienza condivisa, si adattano particolarmente agli interventi di formazione per i membri di un'istituzione. Diversamente ancora, i film fantasy/di fantascienza, generalmente caratterizzati da una forte dimensione simbolica e dalla rottura degli schemi concreti della realtà quotidiana, maggiormente rispondono alle esigenze terapeutiche del singolo interessato ad indagare le complessità del proprio inconscio (Stagnitta, 2020).

L'elemento comune a tutte le pellicole proposte, al di là della loro durata e del genere cinematografico di appartenenza, risiede nella presenza di potenti elementi metaforici. Nella Cinematerapia, il potere terapeutico è infatti centrato proprio sulle metafore che nel cinema suggeriscono una somiglianza tra i personaggi e i comportamenti sullo schermo e quelli del paziente nella vita reale. Le metafore possono quindi costituire una potente fonte di cambiamento e uno strumento essenziale nella terapia, in quanto consentono di esplorare in modo indiretto e non minaccioso il proprio vissuto e sviluppare maggiore consapevolezza. Esse facilitano anche un dialogo aperto su questioni personali evitate dai pazienti in situazioni di disagio ed esemplificano concetti complessi (Breen, 2005). Attraverso l'uso delle metafore, i terapeuti possono adottare un linguaggio indiretto per promuovere la crescita personale e la ristrutturazione cognitiva in modo creativo e poco invasivo, permettendo così di realizzare "movimenti terapeutici positivi" (Tyson et al., 2000). Tuttavia, è cruciale tenere conto di quanto evidenziato da Melissa Heston e Terry Kottman (1997):

"Perché una metafora terapeutica funzioni, il consulente deve trovare un equilibrio tra l'oscuro e l'ovvio. I parallelismi tra la situazione del cliente e quella del protagonista della metafora devono essere sufficientemente chiari perché il cliente possa stabilire un ponte di connessioni personali, ma abbastanza indiretti perché il cliente sia meno propenso ad essere resistente alla prospettiva presentata dalla metafora rispetto a quanto non sarebbe se il consulente avesse trasmesso direttamente informazioni e interpretazioni." (Heston e Kottman, 1997)

In altre parole, il contenuto del film deve essere abbastanza chiaro da essere compreso dal soggetto, così come abbastanza enigmatico da permettergli di mantenere una certa distanza emotiva. Si tratta di un aspetto determinante nella pratica della Cinematerapia, dove le metafore dei film, simili a quelle presenti nelle storie, nei miti e nelle fiabe, catturano l'immaginazione e suggeriscono nuove possibilità verso la guarigione, senza esporre direttamente lo spettatore, indipendentemente dalla sua età, maturità o livello di istruzione. Grazie al suo costituirsi come strumento metaforico di scoperta, il cinema si configura quindi come un medium straordinariamente versatile che consente di cogliere aspetti sottili e complessi della comunicazione iconica (Marvasti, 1997).

Al di là della semplice documentazione, i film che affrontano tematiche psicologiche o psicoanalitiche possono agire come catalizzatori di un'ampia gamma di evocazioni emotive e riflessioni profonde. La Cinematerapia non si limita alla mera rappresentazione di disturbi psicologici, ma offre a ciascun individuo l'opportunità di connettersi con il proprio sé più intimo, di suscitare emozioni profonde e di incarnare il concetto stesso di opera d'arte. Al contempo, il cinema si configura come una caverna di immagini suggestive, invitando il visitatore ad esplorare le profondità del proprio mondo interiore. Così facendo, il cinema diventa un terreno fertile per l'introspezione e la crescita personale, un'arte che non solo riflette la realtà, ma ne amplifica e trasforma il significato attraverso la sua potente capacità di comunicazione visiva e narrativa (Lucilla, 2004).

Premesse dello studio attuale

La precedente introduzione delinea gli elementi principali del secolare rapporto di scambio esistente tra cinema, psicoanalisi e psicologia che in anni recenti ha trovato nella Cinematerapia un punto di convergenza. La Cinematerapia rappresenta al giorno d'oggi una tecnica terapeutica innovativa capace di utilizzare film commerciali o video appositamente creati al fine di aiutare i pazienti ad esplorare e affrontare il proprio disagio psicologico in contesti di sanità pubblica e privata. Tale approccio permette ai pazienti di identificarsi con i personaggi dei film che affrontano simili difficoltà, offrendo nuove prospettive e strategie di gestione (Sharp et al., 2002). La Cinematerapia agisce adottando una prospettiva "in terza persona" che facilita la comprensione di emozioni e situazioni personali grazie all'osservazione di storie rappresentate attraverso una narrazione metaforica (Berg-Cross et al., 1990). La metafora svolge un ruolo cruciale nel garantire la validità delle sessioni di Cinematerapia, assicurando che il materiale visivo sia sufficientemente chiaro da permettere ai pazienti di identificarsi, ma anche sufficientemente metaforico da non risultare troppo invasivo o letterale rispetto alla loro personale realtà (Heston & Kottman, 1997). Questo equilibrio aiuta a limitare le resistenze al trattamento terapeutico e facilita una comprensione più profonda delle esperienze emotive dei pazienti.

La Cinematerapia costituisce così uno strumento promettente nell'arsenale terapeutico contemporaneo, offrendo modalità creative ed efficaci per affrontare una vasta gamma di disturbi psicologici e psichiatrici. Tuttavia, per massimizzare il suo potenziale terapeutico, è essenziale continuare a sviluppare ricerche e criteri di applicazione standardizzati. Questo permetterà di stabilire linee guida più chiare e di garantire una pratica clinica basata sulle evidenze scientifiche in grado di alimentarne l'efficacia terapeutica e, di conseguenza, la diffusione clinica (Sacilotto et al., 2022).

Negli ultimi decenni, diverse sono state le ricerche condotte allo scopo di determinare le variabili determinanti dell'effetto terapeutico del cinema su specifiche popolazioni. In questo contesto, la Cinematerapia, così come ogni Arteterapia, si iscrive perfettamente all'interno del panorama delle *Health Humanities*: i più recenti approcci alla salute fisica e mentale del paziente che vedono la sola scienza come incapace di fornire una base complessivamente sufficiente per la comprensione olistica dell'interazione tra salute, malattia e patologia e che scelgono quindi di integrare l'applicazione della letteratura e delle arti alla medicina (Hurwitz, 2009).

Jurich e Collins (1996) hanno misurato l'effetto della visione di film popolari sulla rappresentazione globale del sé in un campione di adolescenti, proponendo la visione settimanale di un film cult per sei settimane consecutive. Ogni proiezione fu seguita da una discussione di gruppo, condotta dagli sperimentatori, e dalla somministrazione della Tennessee Self-Concept Scale (TSCS; Pauldine et al., 2017), composta da 100 items su scala Likert 1-5 (Likert, 1932). I risultati indicarono un generale miglioramento progressivo della percezione del sé globale, del sé fisico, del sé etico-morale, del sé personale, dell'autostima e del senso di auto-soddisfazione, parallelamente ad una diminuzione delle tendenze all'autocritica e al comportamento antisociale.

Un ulteriore studio condotto da Egeci e Gencöz (2017) ha indagato l'efficacia della Cinematerapia nell'influenzare il pensiero e il comportamento di soggetti con problematiche relazionali attraverso la somministrazione di film congruenti. Furono predisposti cinque incontri individuali per ciascun partecipante, durante i quali alla proiezione del film seguiva una discussione approfondita. L'analisi testuale di tali discussioni ha evidenziato una tendenza comune ad un'iniziale deresponsabilizzazione soggettiva, seguita poi dal raggiungimento delle fasi teoricamente attese per indurre il cambiamento, supportato da processi significativi di identificazione.

Una ricerca condotta dai ricercatori dell'Università di Cambridge (2015) fornisce un resoconto in prima persona degli effetti positivi derivanti dalla visione di film che trattano di patologie psichiatriche da parte di pazienti che combattono con tali problematiche nella quotidianità. In particolare, viene riportato il caso di un paziente schizofrenico per il quale l'accesso alla Cinematerapia e la conseguente visione guidata del film "*A Beautiful Mind*" (R. Howard, 2001) non solo hanno costituito un'enorme svolta riabilitativa, ma hanno anche permesso di decostruire convinzioni stigmatizzanti internalizzate in tema di salute mentale, grazie alle identificazioni positive con il protagonista della narrazione filmica (Hankir et al., 2015).

Questi studi evidenziano il potenziale della Cinematerapia non solo come strumento di supporto per i pazienti, ma anche come mezzo educativo per i professionisti della salute mentale e il pubblico generale. La visione di film, infatti, può facilitare la comprensione delle emozioni e delle esperienze psicologiche dei pazienti, favorendo un approccio empatico e informato da parte di medici, psicologi e terapeuti (Sharp et al., 2002). Inoltre, la Cinematerapia può contribuire a ridurre lo stigma associato alle malattie mentali, sensibilizzando il pubblico sulla realtà vissuta dagli individui che affrontano tali difficoltà attraverso narrazioni cinematografiche coinvolgenti (Hankir et al., 2015). L'adozione di criteri di applicazione standardizzati e la formazione specifica per i professionisti della salute mentale saranno quindi fondamentali per garantire una pratica clinica basata sulle evidenze. Questo non solo migliorerà la qualità delle cure offerte, ma favorirà anche una maggiore accettazione e diffusione della Cinematerapia nei contesti clinici (Sacilotto et al., 2022). Infine, il coinvolgimento attivo dei pazienti nel processo terapeutico, attraverso la scelta di film che risuonano con le loro esperienze personali, potrà aumentare il loro coinvolgimento e la loro motivazione nel percorso di cura (Heston & Kottman, 1997).

Con il continuo sviluppo di metodologie e approcci basati su evidenze scientifiche, la Cinematerapia potrà affermarsi ulteriormente come pratica integrata ed efficace nel trattamento e nella comprensione della condizione psicologica umana. A questo proposito, la ricerca attuale sceglie di focalizzarsi sull'identificazione di specifici film e generi cinematografici che si dimostrino particolarmente efficaci nel determinare l'immedesimazione dello spettatore, al fine di permettere in futuro una personalizzazione sempre maggiore delle terapie.

Lo studio

Nonostante il significativo contributo teorico fornito dagli esempi precedentemente illustrati e da numerosi altri casi studio documentati, la letteratura manca ancora di ricerche che applichino le funzionalità della Cinematerapia alla popolazione generale, prescindendo da età, genere, quadri diagnostici comuni e status socioeconomico. Analogamente, al giorno d'oggi poche sono le ricerche che hanno adeguatamente concettualizzato e rigorosamente testato i processi di immedesimazione degli spettatori in studi empirici sul pubblico (Cohen, 2001). Lo studio attuale risponde quindi alla necessità di ampliare il *background* teorico attorno alla Cinematerapia, in particolare prendendo in considerazione come generi cinematografici differenti di carattere metaforico possano direttamente influenzare il grado di immedesimazione degli spettatori appartenenti alla popolazione generale in relazione a specifiche tematiche emotivo-relazionali comuni dell'esperienza quotidiana.

Alcuni studiosi, come Berg-Cross et al. (1990), propongono raccolte di film classificati per tematica che possono essere utilizzati nella pratica della Cinematerapia. Similmente, Brigit Wolz (2010) ha creato un apposito portale digitale comprendente l'intero indice dei film utilizzati in letteratura scientifica, divisi in base all'argomento trattato. Tuttavia, considerando l'importanza che il film scelto rispetti l'età, i valori e le credenze del paziente (Berg-Cross et al., 1990; Marsick, 2010), è stata riconosciuta la necessità di esplorare l'effetto dell'utilizzo di film appartenenti a generi cinematografici diversificati per massimizzare l'impatto della metafora filmica sullo spettatore.

Lo studio attuale si propone quindi di valutare l'immedesimazione in stimoli filmici di diverso genere creati ad-hoc in un campione rappresentativo della popolazione generale facendo ricorso alla Scala EDI (Igartua & Paez, 1998) di

empatia e immedesimazione con i personaggi cinematografici. Gli stimoli filmici selezionati esplorano specifiche tematiche emotivo-relazionali comuni nella vita quotidiana, ovvero Amicizia, Amore, Conflitti Familiari e Lutto. Si tratta di cortometraggi corrispondenti a scene di film e serie tv commerciali, selezionate in base ai temi centrali. L'obiettivo è analizzare come diversi fattori, quali il genere cinematografico e il lessico artistico dei film, possano influenzare il livello di immedesimazione dei partecipanti, in relazione a temi emotivamente rilevanti capaci di modulare la risposta emotiva e cognitiva ai filmati presentati. Si ipotizza in particolare che il genere cinematografico e il linguaggio metaforico che lo caratterizza possano avere un impatto significativo sui livelli di immedesimazione in almeno una delle tematiche analizzate, indipendentemente da variabili demografiche quali il genere, l'età e la professione dei soggetti.

Partecipanti e procedure

Partecipanti

Composizione del campione. Il presente studio è stato realizzato dal *Department of Brain and Behavioral Sciences* dell'Università degli Studi di Pavia in collaborazione con Officine Creative (Laboratorio di produzione per le Arti visive e trasformative; Dipartimento di Studi Umanistici, Università degli Studi di Pavia) ed interamente condotto sotto la supervisione di personale esperto e qualificato approvato dal Dipartimento. Lo studio ha coinvolto un campione di 29 partecipanti maggiorenni con età compresa tra i 20 e i 69 anni ($M = 28.17$; $DS = 13.85$), di cui 19 di genere femminile (65.52%) e 10 di genere maschile (34.48%). I soggetti appartenevano a diverse categorie occupazionali: studenti universitari (51.72%), studenti lavoratori (27.59%) e lavoratori (20.69%) provenienti da percorsi di studi e professionali diversificati, al fine di garantire la rappresentatività della popolazione generale in termini di percorsi di studi e carriere professionali. Il reclutamento è avvenuto attraverso l'e-mail universitaria o privatamente tramite passaparola. La totalità dei partecipanti era di Nazionalità Italiana, allo scopo di assicurare la fluenza e la comprensione scritta e orale della lingua italiana utilizzata nella totalità dei materiali presentati. Ogni soggetto incluso nel campione ha fornito il Consenso Informato in conformità al Regolamento UE 2016/679-RGDP e al codice deontologico per il trattamento dei dati personali prima di prendere parte allo studio. Tutte le procedure di campionamento proposte dal *Department of Brain and Behavioral Sciences* dell'Università degli Studi di Pavia sono state approvate dal Comitato Etico locale. Il rispetto dei criteri di inclusione ed esclusione stabiliti per il campionamento è stato accertato durante il primo colloquio con ogni singolo candidato al fine di poterlo ammettere alle fasi successive della ricerca.

Criteria di inclusione.

1. Firma del Consenso Informato;
2. Età cronologica superiore ai 18 anni.

Criteria di esclusione.

1. Presenza di Malattie Neurologiche e/o Psichiatriche non trattate accertate da uno specialista;
2. Presenza di Deficit Uditivi non trattati accertati da uno specialista;
3. Presenza di Deficit Visivi non trattati accertati da uno specialista.

Procedure

Partendo dall'assunto fondamentale della Cinematerapia che sottolinea l'importanza della metafora filmica nel favorire l'immedesimazione degli spettatori nei personaggi e nelle narrazioni filmiche (Heston & Kottman, 1997), è stato predisposto un disegno sperimentale a misure ripetute al fine di testare quale tra tre diversi generi cinematografici metaforici selezionati – Cartone Animato (CA), In Costume (IC), Horror/Fantasy (H/F) – potesse meglio favorire l'immedesimazione dei partecipanti in quattro tematiche comuni nella vita quotidiana di carattere emotivo-relazionale: Amicizia, Amore, Conflitti Familiari e Lutto. Il paradigma sperimentale ha previsto quattro incontri individuali della durata di un'ora circa ciascuno, svolti interamente in via telematica tramite la piattaforma Zoom. Durante ogni sessione, i partecipanti hanno affrontato una delle tematiche selezionate in ordine casuale. In questo modo, alla fine degli incontri ogni partecipante ha visto la totalità dei filmati relativi a ciascuna delle quattro tematiche in giorni differenti (una tematica per incontro) con l'ordine delle tematiche randomizzato per evitare gli effetti di ordine. In seguito alla visione di

ciascun filmato, i partecipanti hanno compilato la Scala EDI (Igartua e Paez, 1998) sull'empatia e l'immedesimazione cinematografica.

In 116 ore di somministrazioni, è stato così possibile ottenere 12 valutazioni *self-report* riguardanti l'immedesimazione negli specifici filmati per ciascun partecipante, per un totale di 348 compilazioni *self-report* della Scala EDI (Igartua e Paez, 1998). I dati raccolti sono stati successivamente esaminati utilizzando test parametrici, in particolare ANOVA a una via, e conducendo analisi post-hoc (Test Post-Hoc di Tukey) per identificare eventuali differenze significative tra i generi cinematografici e i livelli di immedesimazione registrati.

Privacy – Anonimato e riservatezza dei dati

Le informazioni relative ai partecipanti raccolte dal *Department of Brain and Behavioral Sciences* dell'Università degli Studi di Pavia durante lo svolgimento dello studio per gli ambiti di propria competenza sono state trattate secondo le disposizioni in materia (Regolamento UE 2016/679-RGDP) e il “codice di deontologia e di buona condotta per il trattamento dei dati personali per scopi statistici e scientifici (provvedimento del garante n. 2 del 16/06/2004)”. I dati personali sono stati trattati soltanto nella misura in cui si sono rivelati indispensabili alla realizzazione della ricerca. Prima dell'inizio dello studio è stato richiesto a ciascun candidato di visionare e validare un'autorizzazione scritta riguardante il trattamento dei propri dati personali raccolti nel corso dell'indagine. L'autorizzazione informava circa l'accesso a tali informazioni e la possibilità della loro divulgazione. I dati personali restano riservati e non sono stati associati al nome o a qualsiasi altra forma di identificazione personale. Ogni colloquio è stato condotto nel pieno rispetto della dignità e della privacy dei partecipanti, in conformità agli standard etici di ricerca. I dati sperimentali saranno conservati presso il *Department of Brain and Behavioural Sciences* dell'Università degli

Studi di Pavia nelle finalità per le quali sono stati raccolti o per qualsiasi altra legittima finalità a essi collegata per un periodo non superiore ai 7 anni dalla data di conclusione del progetto. Ai fini della ricerca, è stato garantito l'anonimato attraverso l'utilizzo di codici identificativi comunicati durante il primo colloquio noti unicamente al soggetto e agli sperimentatori. Inoltre, a ciascun partecipante è stata garantita la possibilità di revocare in qualsiasi momento l'autorizzazione senza dover fornire alcuna giustificazione. L'adozione di queste misure ha assicurato il rispetto dei diritti dei partecipanti e la conformità alle normative vigenti in materia di protezione dei dati personali durante tutto il processo di ricerca.

Le misure

Durante ogni incontro, i partecipanti dello studio sono stati sottoposti ad una valutazione completa, comprendente le seguenti prove nell'ordine indicato.

Somministrazione degli stimoli: Cortometraggi. In collaborazione con Officine Creative (Laboratorio di produzione per le Arti visive e trasformative; Dipartimento di Studi Umanistici, Università degli Studi di Pavia) sono state identificate e selezionate alcune scene emblematiche di film e serie tv commerciali di rilievo adatte a rappresentare efficacemente le seguenti tematiche emotivo-relazionali: Amicizia, Amore, Conflitti Familiari e Lutto. Ogni sequenza è stata selezionata nel rispetto della sensibilità dei partecipanti. La scelta ha richiesto un'analisi approfondita del materiale audiovisivo disponibile, garantendo che ogni scena potesse trasmettere in modo autentico e potente le emozioni e le dinamiche relazionali corrispondenti alle quattro tematiche. Dal montaggio di queste scene sono stati ricavati 12 cortometraggi di durata variabile (da 2 a 15 minuti circa ciascuno), ai fini della ricerca utilizzati come variabili di raggruppamento. Ogni tematica è stata affrontata attraverso la presentazione telematica di tre cortometraggi, ciascuno con una regia e un valore artistico distinti, appartenenti ai seguenti generi cinematografici metaforici: Cartone Animato (CA), In Costume (IC) e Horror/Fantasy (H/F). Questi generi sono stati scelti non solo per la loro capacità di rappresentare metaforicamente le tematiche trattate, ma anche per la diversità stilistica che li contraddistingue, consentendo di esplorare come diverse forme di narrazione visiva influenzino l'immedesimazione degli spettatori.

Di seguito, in Tabella 1 viene riportato l'elenco completo dei film e delle serie tv da cui sono stati derivati i cortometraggi proposti, fornendo una panoramica delle fonti utilizzate e del contesto originale delle scene selezionate.

Tabella 1

Film e Serie tv da cui sono stati derivati i cortometraggi classificati per tematica e per genere cinematografico

	Cartone animato (CA)	Film In Costume (IC)	Horror/Fantasy (H/F)
Amicizia	<p>“Luca” di E. Casarosa, 2021 (Walt Disney Pictures & Pixar Animation Studios)</p>	<p>“Black Beauty” di A. Avis, 2020 (Bolt Pictures, Constantin Film Ltd. & Moonlighting Films)</p>	<p>“Angel” di J. Whedon, 1999-2004 (Mutant Enemy)</p>
Amore	<p>“La Bella e la Bestia” di G. Trousdale & K. Wise, 1991 (Walt Disney Pictures)</p>	<p>“Jane Eyre” di F. Zeffirelli, 1996 (RCS Edizioni & Miramax Films)</p>	<p>“Dracula di Bram Stoker” di F. Ford-Coppola, 1992 (American Zoetrope & Osiris Films)</p>
Conflitti familiari	<p>“Ribelle – The Brave” di M. Andrews, B. Chapman & S. Purcell, 2012 (Walt Disney Pictures & Pixar Animation Studios)</p>	<p>“Vikings” di M. Hirst, 2013-2021 (Take 5 Productions & World 2000 Entertainment)</p>	<p>“Frankenstein” di D. Connor, 2004 (Hallmark Entertainment)</p>
Lutto	<p>“Coco” di L. Unkrich & A. Molina, 2017 (Walt Disney Pictures & Pixar Animation Studios)</p>	<p>“Vikings” di M. Hirst, 2013-2021 (Take 5 Productions & World 2000 Entertainment)</p>	<p>“Frankenstein” di D. Connor, 2004 (Hallmark Entertainment)</p>

Scala EDI. A seguito della visione di ciascun filmato, i partecipanti hanno compilato telematicamente la Scala EDI (Igartua e Paez, 1998), facendo riferimento ai propri vissuti in tema di immedesimazione cinematografica e coinvolgimento empatico in rapporto al cortometraggio appena osservato. Ogni soggetto ha svolto quindi 3 compilazioni individuali a sessione, per un totale di 12 compilazioni ciascuno al termine del quarto ed ultimo incontro (348 compilazioni complessive nella totalità del campione).

La Scala EDI è una scala di autovalutazione che misura l'empatia e l'immedesimazione con i personaggi delle storie di finzione audiovisive. La Scala è stata sviluppata da Igartua e Paez (1998) nell'ambito di una ricerca sperimentale volta ad indagare l'associazione tra l'identificazione con i personaggi, le sensazioni corporee indotte dall'esperienza cinematografica e le emozioni vissute dagli spettatori durante l'esposizione a segmenti filmici, attraverso la presentazione di due cortometraggi, uno di carattere positivo e uno di carattere negativo. Durante tale studio, la Scala ha dimostrato di possedere una buona affidabilità, soddisfacente coerenza interna e buone validità strutturali, discriminanti e concorrenti. Inoltre, è stato osservato come la Scala raccolga le dimensioni teoricamente proposte per definire l'identificazione con i personaggi.

La Scala EDI è composta da 17 items su Scala Likert 1-5 (Likert, 1932) dove 1 corrisponde a "per niente" e 5 a "moltissimo". Gli items sono divisibili in quattro dimensioni teoriche fondamentali, ognuna relativa ad una percentuale differente della varianza dei risultati riscontrati da Igartua e Paez (1998), capace di descrivere i processi di identificazione e immedesimazione cinematografica: (A) empatia affettiva, (B) empatia cognitiva e (C) attrattività dei personaggi, (D) capacità di fantasticare o immaginare. Di seguito, in Tabella 2, viene riportata la Scala EDI per intero, indicando attraverso la dicitura A, B, C, D la dimensione dell'immedesimazione indagata da ciascun item.

Tabella 2

Scala EDI (Igartua & Paez, 1998) riportata per intero con suddivisione degli items dimensione affrontata

1	Mi è piaciuto il modo di essere e di comportarsi dei protagonisti 1 2 3 4 5	C
2	Mi sono sentito emotivamente coinvolto dai sentimenti dei protagonisti 1 2 3 4 5	A
3	Mi sono sentito come “se fossi uno dei protagonisti” 1 2 3 4 5	A
4	Mi sono immaginato come avrei agito se fossi stato nei panni dei protagonisti 1 2 3 4 5	B
5	Ho cercato di osservare attentamente ogni azione o comportamento dei protagonisti 1 2 3 4 5	D
6	Pensavo di sembrare o di essere molto simile ad uno dei protagonisti 1 2 3 4 5	C
7	Mi sono preoccupato per quello che è successo ai protagonisti 1 2 3 4 5	C
8	Ho compreso il modo di agire, pensare o sentire dei protagonisti 1 2 3 4 5	B
9	Io stesso ho sperimentato le reazioni emotive dei protagonisti 1 2 3 4 5	A
10	Ho pensato che mi sarebbe piaciuto assomigliare o comportarmi come i protagonisti 1 2 3 4 5	A
11	Ho cercato di immaginare i sentimenti, i pensieri e le reazioni dei protagonisti 1 2 3 4 5	B
12	Ho avuto l'impressione di vivere davvero la storia dei protagonisti 1 2 3 4 5	A
13	Ho compreso i sentimenti e le emozioni dei protagonisti 1 2 3 4 5	B
14	Mi sono sentito come se fossi parte della storia 1 2 3 4 5	A
15	Ho potuto anticipare quello che sarebbe successo ai protagonisti 1 2 3 4 5	D
16	Ho cercato di vedere le cose dal punto di vista dei protagonisti 1 2 3 4 5	B
17	Mi sono identificato con i protagonisti 1 2 3 4 5	A

Validità strutturale della Scala EDI. Per verificare la validità strutturale della Scala EDI, Igartua e Paez (1998) eseguirono le analisi fattoriali delle componenti principali (rotazione ortogonale) su ciascuna delle scale completate dopo la visione del segmento filmico positivo e del segmento filmico negativo. Nel caso dei segmenti a valenza positiva, le quattro dimensioni dell'immedesimazione sono state capaci di spiegare il 65.5% della varianza. Gli items relativi alla prima dimensione dell'empatia affettiva (A), riflettendo il sentirsi parte della storia e l'identificazione stessa con i protagonisti, hanno descritto il 42.4% della varianza. Gli items relativi alla seconda dimensione dell'empatia cognitiva (B), esprimendo la comprensione e l'immaginazione dei pensieri e sentimenti dei protagonisti, hanno descritto l'8.8% della varianza. Gli items relativi alla terza dimensione dell'attrattività dei personaggi (C), concentrandosi sui livelli di valutazioni positive dei personaggi e il grado di preoccupazione nei loro confronti, hanno descritto l'8.3% della varianza. Infine, items relativi alla quarta dimensione della capacità di fantasticare o immaginare (D), riferendosi all'osservazione distaccata degli eventi e alla capacità di anticiparli, hanno descritto unicamente il 6.2% della varianza. La consistenza interna della Scala per i segmenti positivi è risultata alta, con un coefficiente alpha di Cronbach di .89 e un coefficiente Theta di .91. Il coefficiente alpha di Cronbach ed il coefficiente Theta, anche conosciuto come Theta di Cronbach, sono delle misure di affidabilità e di consistenza interna degli strumenti di valutazioni psicometrici che indagano rispettivamente la coerenza tra gli items e la varianza dei fattori considerati (Cronbach, 1951).

Analogamente, le quattro dimensioni dell'immedesimazione sono state capaci di illustrare il 70.2% della varianza delle somministrazioni dei segmenti a valenza negativa. La prima dimensione ha spiegato il 48.3% (A), la seconda dimensione l'8.5% (B), la terza dimensione il 7.4% (C), mentre la quarta dimensione ha spiegato il 5.9% della varianza (D). Anche in questo caso, la

consistenza interna della Scala è apparsa alta, con un coefficiente alpha di Cronbach di .90 e un coefficiente Theta di .93 (Cronbach, 1951).

Alla luce dei risultati dello studio di Igartua e Paez (1998), l'empatia affettiva è emersa nettamente come la dimensione centrale per definire il costrutto dell'immedesimazione nei personaggi cinematografici in ambo le condizioni sperimentali. Questo risultato è coerente con quanto affermato da Tan (1996) in riferimento al ruolo giocato dall'empatia nella ricezione e nell'impatto dei film di finzione sugli spettatori. Inoltre, la Scala EDI non solo si è confermata come uno strumento affidabile per misurare l'identificazione con i personaggi nei contesti audiovisivi di finzione, ma ha anche fornito importanti intuizioni circa le relazioni tra identificazione, risposte emotive e contesti narrativi. Questi risultati hanno sostenuto l'utilizzo continuato della Scala EDI in studi sperimentali successivi, incluse le indagini dello studio attuale, dove i dati raccolti attraverso le somministrazioni della Scala EDI sono stati presi come variabile indipendente.

Modalità di analisi dei dati

Per lo svolgimento dello studio attuale è stato predisposto un disegno sperimentale a misure ripetute, in modo che i partecipanti fossero esposti a tutte le condizioni sperimentali e che venissero valutati per ciascuna di esse. Ciò ha permesso di utilizzare ogni partecipante come proprio controllo, riducendo la variabilità tra i soggetti e aumentando la potenza statistica dell'analisi (Nicoletti et al., 2017). I generi cinematografici di appartenenza dei cortometraggi – Cartone Animato (CA), In Costume (IC), Horror/Fantasy (H/F) – sono stati presi come variabili di raggruppamento, le tematiche emotivo-relazionali in essi trattate – Amicizia, Amore, Conflitti Familiari, Lutto – come variabili dipendenti e i livelli di immedesimazione registrati dalla Scala EDI, oggetto di interesse dello studio, come variabili indipendenti.

La verifica dell'ipotesi di partenza è stata svolta conducendo il Test di Normalità (Shapiro & Wilk, 1965), per verificare la normalità delle distribuzioni dei dati (Tabella 3), ed il Test di Omogeneità delle Varianze (Levene, 1960), per verificare l'uguaglianza delle varianze tra le tematiche emotivo-relazionali (Tabella 4). È stato così possibile riscontrare come le variabili siano sempre normalmente distribuite e sempre omogenee (tutte le $p > .05$), fatta eccezione per la tematica dell'Amicizia ($F(2,84) = 5.65, p = 0.005$).

Tabella 3

Test di Normalità (Shapiro-Wilk)

	W	P
Lutto	0.992	0.884
Amore	0.989	0.680
Conflitti Familiari	0.991	0.837
Amicizia	0.984	0.358
Immedesimazione	0.988	0.618

Nota. Un piccolo valore di p suggerisce una violazione del presupposto di normalità

Tabella 4

Test di Omogeneità delle Varianze (Levene)

	F	gdl1	gdl2	P
Lutto	0.607	2	84	0.547
Amore	0.804	2	84	0.451
Conflitti Familiari	0.449	2	84	0.640
Amicizia	5.652	2	84	0.005
Immedesimazione	1.889	2	84	0.158

Alla luce di questi dati si è deciso di optare per l'utilizzo di test parametrici. Nello specifico, lo svolgimento dell'ANOVA ad una via (Welch, 1951) ha rivelato differenze significative nelle diverse dimensioni analizzate tra i gruppi, esclusa la dimensione dell'Amore ($F(2,55.4) = 2.15$, $p = 0.127$). Questi risultati, di seguito discussi approfonditamente, indicano che i partecipanti hanno avuto esperienze significativamente differenti rispetto alle dimensioni di Lutto, Conflitti Familiari e Amicizia, mentre non vi sono state differenze significative nella dimensione dell'Amore. Ciò ha permesso di confermare l'ipotesi sperimentale, ovvero che il genere cinematografico e il linguaggio metaforico che utilizza avrebbero influenzato significativamente l'immedesimazione dei partecipanti per almeno una delle tematiche rappresentate.

Per indagare ulteriormente questi esiti, nelle analisi post-hoc si è deciso di svolgere ripetutamente il Test Post-Hoc di Tukey, eseguendo un confronto tra i valori relativi ai generi cinematografici e ogni specifica tematica in essi affrontata.

Risultati

I dati raccolti hanno mostrato come il Cartone Animato (CA) sia stato il genere cinematografico maggiormente capace di favorire l'immedesimazione in tutte e quattro le tematiche emotivo-relazionali, con una media significativamente alta nel tema Conflitti Familiari (64.8). Il cortometraggio In Costume (IC) mostra punteggi di immedesimazione medi più bassi rispetto al Cartone Animato, con una media particolarmente bassa nel tema Amicizia (43.3). Infine, il cortometraggio Horror/Fantasy (H/F) presenta punteggi intermedi rispetto agli altri due generi, ma con una variazione maggiore nei punteggi per il tema Amicizia ($SD = 19.54$). L'analisi dei dati suggerisce quindi che il genere cinematografico influenzi significativamente i livelli di immedesimazione degli spettatori. A questo proposito, la Tabella 5 fornisce le statistiche descrittive dell'andamento complessivo delle principali variabili di interesse.

Tabella 5

Descrittive Gruppo

	Generi cinematografici	N	Media	SD	SE
Lutto	CA	29	65.4	10.68	1.98
	H/F	29	46.0	12.07	2.24
	IC	29	52.6	11.28	2.10
Amore	CA	29	56.9	15.17	2.82
	H/F	29	51.0	11.72	2.18
	IC	29	49.4	13.30	2.47
Conflitti Familiari	CA	29	64.8	12.82	2.38
	H/F	29	50.3	11.34	2.11
	IC	29	41.7	11.51	2.14
Amicizia	CA	29	55.7	13.94	2.59
	H/F	29	43.3	11.47	2.13
	IC	29	49.5	19.54	3.63
Immedesimazione	CA	29	60.7	10.13	1.88
	H/F	29	47.6	7.69	1.43
	IC	29	48.3	8.40	1.56

L'ANOVA a una via (Welch, 1951) è stata utilizzata per identificare il genere cinematografico che ha favorito maggiormente l'immedesimazione dei partecipanti. L'analisi della varianza (Tabella 6) ha rivelato differenze significative nei punteggi di immedesimazione per alcune delle tematiche trattate nei cortometraggi. Di seguito, si riportano graficamente e discorsivamente i risultati in rapporto ad ogni singola tematica.

Tabella 6

ANOVA a una via (Welch)

	F	gdl1	gdl2	P
Lutto	22.16	2	55.9	<.001
Amore	2.15	2	55.4	0.127
Conflitti Familiari	26.12	2	55.8	<.001
Amicizia	6.74	2	53.9	0.002
Immedesimazione	17.31	2	55.3	<.001

Lutto. In merito al tema Lutto, è emersa una differenza significativa tra i generi ($F(2,55.9) = 22.16, p < 0.001$). Le analisi post-hoc condotte tramite il Test Post-Hoc di Tukey (Tabella 7) hanno rilevato che il Cartone Animato ($M = 65.4, SD = 10.68$) ha favorito maggiormente l'immedesimazione rispetto all'Horror/Fantasy ($M = 46.0, SD = 12.07$) ($t(84) = 6.51, p < 0.001$). Analogamente, il Cartone Animato ha favorito maggiormente l'immedesimazione rispetto al film In Costume ($M = 52.6, SD = 11.28$) ($t(84) = 4.29, p < 0.001$). Non sono state invece rilevate differenze significative nell'immedesimazione tra i generi cinematografici Horror/Fantasy e In Costume ($p = 0.074$).

In altre parole, per il tema Lutto, il Cartone Animato (CA) si è rivelato significativamente più efficace nel favorire l'immedesimazione rispetto all'Horror/Fantasy (H/F) e al film In Costume (IN). Inoltre, sebbene i dati indichino una leggera maggiore immedesimazione nel film In Costume rispetto all'Horror/Fantasy, tale differenza tra i generi non è risultata significativa (Fig. 1).

Tabella 7

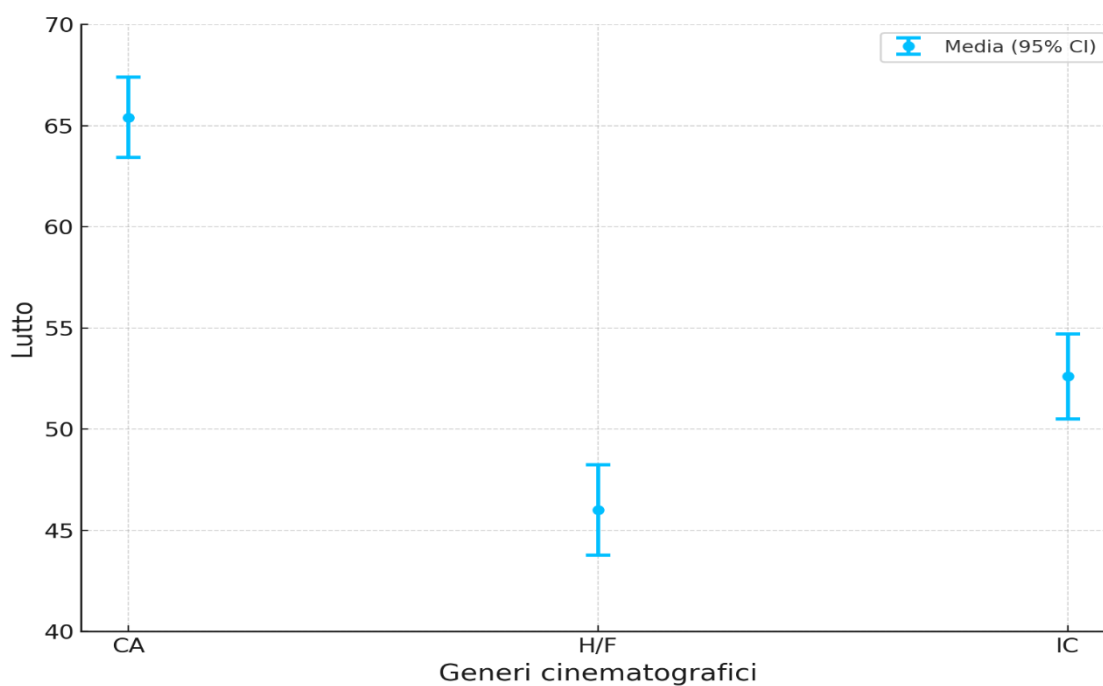
Test Post-Hoc di Tukey – Lutto

		CA	H/F	IC
CA	Differenza media	—	19.4 ***	12.79 ***
	valore t	—	6.51	4.29
	Gdl	—	84.0	84.0
	valore p	—	<.001	<.001
H/F	Differenza media		—	-6.62
	valore t		—	-2.22
	Gdl		—	84.0
	valore p		—	0.074
IC	Differenza media			—
	valore t			—
	gdl			—
	valore p			—

Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Figura 1

Grafico descrittivo del rapporto dell'immedesimazione tra i generi cinematografici per il tema Lutto



Amore. Per quanto riguarda il tema Amore, dalle analisi post-hoc condotte tramite il Test Post-Hoc di Tukey (Tabella 8) non è emersa alcuna differenza significativa tra i generi cinematografici ($F(2,55.4) = 2.15, p = 0.127$). I dati indicano difatti un'immedesimazione leggermente maggiore nel Cartone Animato ($M = 56.9, SD = 15.17$) rispetto al film Horror/Fantasy ($M = 51.0, SD = 11.72$) e al film In Costume ($M = 49.4, SD = 13.30$), ma non si tratta di una differenza significativa. Perciò, per il tema Amore, i tre generi cinematografici sembrano favorire egualmente l'immedesimazione (Fig. 2).

Tabella 8

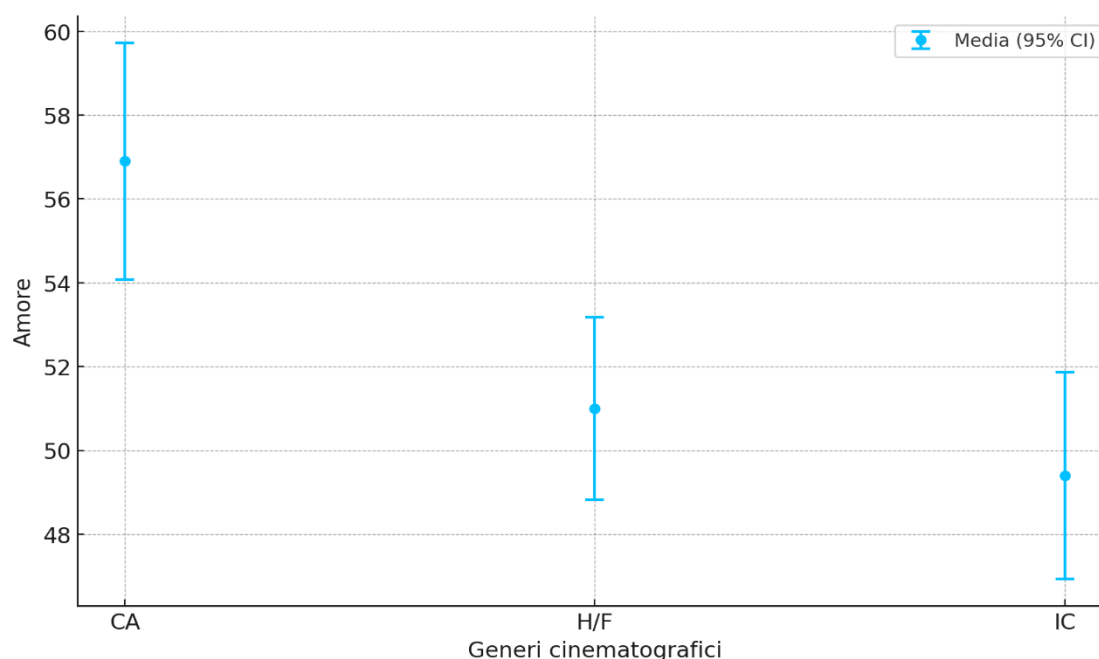
Test Post-Hoc di Tukey – Amore

		CA	H/F	IC
CA	Differenza media	—	5.93	7.48
	valore t	—	1.68	2.115
	Gdl	—	84.0	84.0
	valore p	—	0.220	0.093
H/F	Differenza media		—	1.55
	valore t		—	0.439
	Gdl		—	84.0
	valore p		—	0.900
IC	Differenza media			—
	valore t			—
	gdl			—
	valore p			—

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Figura 2

Grafico descrittivo del rapporto dell'immedesimazione tra i generi cinematografici per il tema Amore



Conflitti familiari. Per quanto riguarda il tema Conflitti Familiari, è emersa una differenza significativa tra i tre generi cinematografici ($F(2,55.8) = 26.12, p < 0.001$). Le analisi post-hoc condotte tramite il Test Post-Hoc di Tukey (Tabella 9) hanno rivelato che il Cartone Animato ($M = 64.8, SD = 12.82$) ha favorito un'immedesimazione significativamente maggiore rispetto all'Horror/Fantasy ($M = 50.3, SD = 11.34$) ($t(84) = 4.63, p < 0.001$). Analogamente, il Cartone Animato ha favorito un'immedesimazione significativamente maggiore rispetto al film In Costume ($M = 41.7, SD = 11.51$) ($t(84) = 7.41, p < 0.001$). Inoltre, è stata rilevata una differenza significativa nell'immedesimazione tra il film Horror/Fantasy e il film In Costume. In particolare, il film Horror/Fantasy ha favorito maggiormente l'immedesimazione rispetto al film In Costume ($t(84) = 2.78, p = 0.018$). Perciò, il Cartone Animato (CA) si è rivelato più efficace nel favorire l'immedesimazione rispetto all'Horror/Fantasy (H/F), a sua volta più efficace rispetto al film In Costume (IC) per il tema Conflitti Familiari (Fig. 3).

Tabella 9

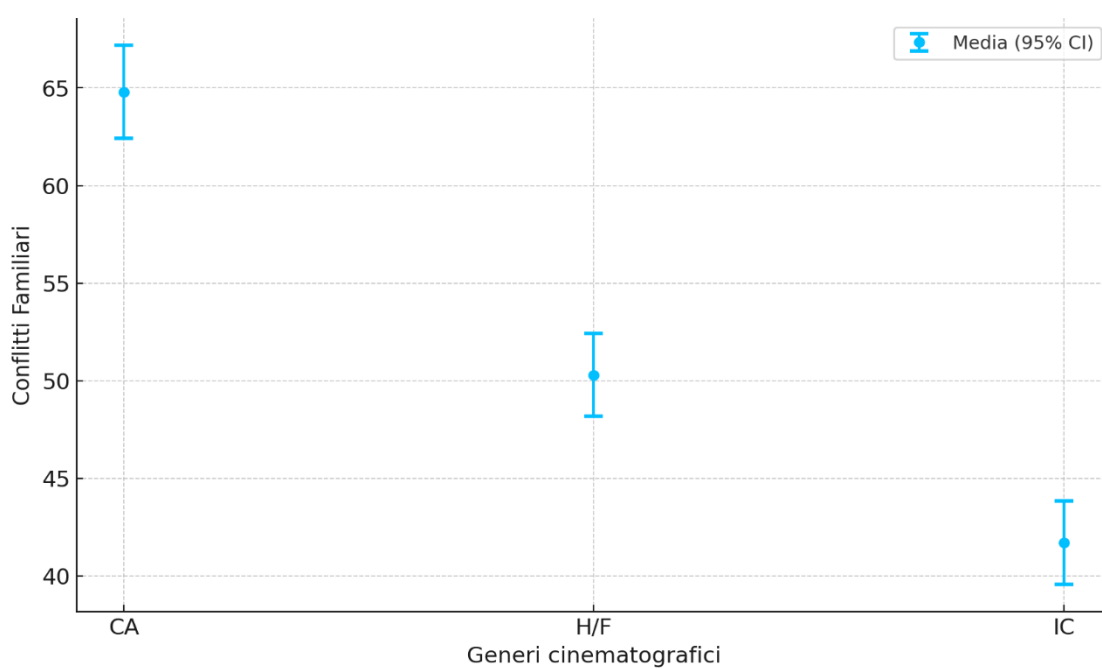
Test Post-Hoc di Tukey – Conflitti Familiari

		CA	H/F	IC
CA	Differenza media	—	14.5***	23.17***
	valore t	—	4.63	7.41
	Gdl	—	84.0	84.0
	valore p	—	<.001	<.001
H/F	Differenza media		—	8.69*
	valore t		—	2.78
	Gdl		—	84.0
	valore p		—	0.018
IC	Differenza media			—
	valore t			—
	gdl			—
	valore p			—

Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Figura 3

Grafico descrittivo del rapporto dell'immedesimazione tra i generi cinematografici per il tema Conflitti Familiari



Amicizia. Per quanto riguarda il tema Amicizia, è emersa una differenza significativa tra i generi Cartone Animato e Horror/Fantasy ($F(2,53.9) = 6.74, p = 0.002$). Le analisi post-hoc condotte tramite il Test Post-Hoc di Tukey (Tabella 10) hanno rivelato che il Cartone Animato ($M = 55.7, SD = 13.94$) ha favorito un'immedesimazione significativamente maggiore rispetto all'Horror/Fantasy ($M = 43.3, SD = 11.47$) ($t(84) = 3.06, p = 0.008$). Tuttavia, non sono state registrate differenze significative tra i generi Cartone Animato e film In Costume.

In altre parole, il Cartone Animato (CA) si è rivelato più efficace rispetto al film Horror/Fantasy (H/F) ed egualmente efficace rispetto al film In Costume (IC) nel favorire l'immedesimazione per il tema Amicizia (Fig. 4).

Tabella 10

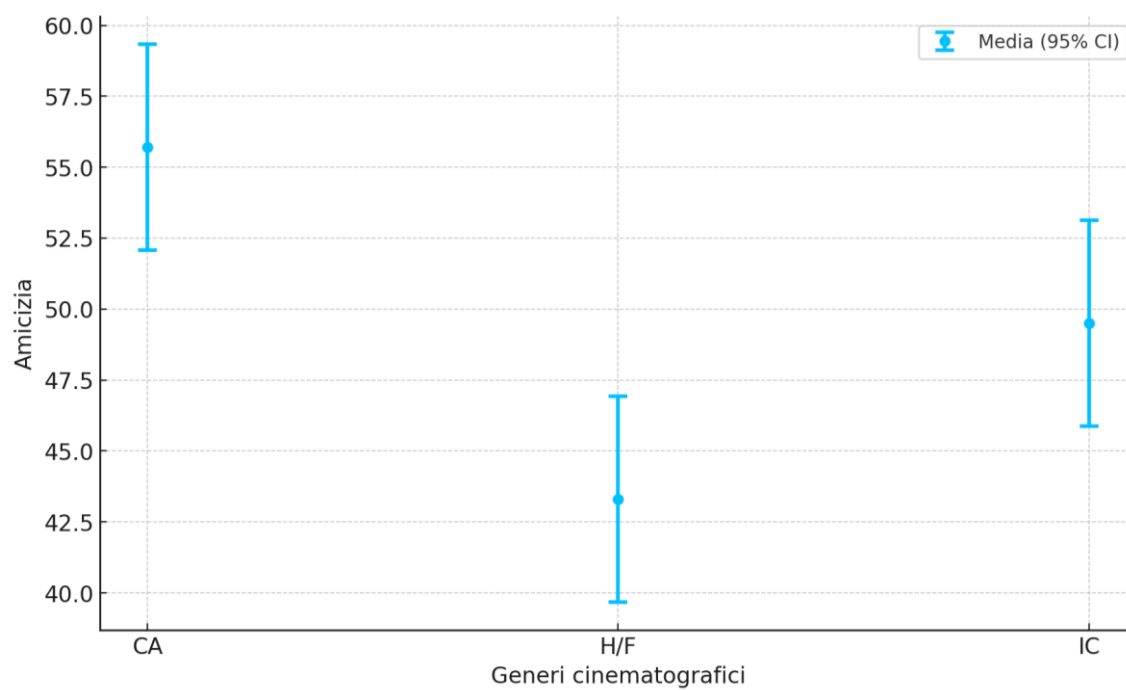
Test Post-Hoc di Tukey – Amicizia

		CA	H/F	IC
CA	Differenza media	—	12.3**	6.14
	valore t	—	3.06	1.52
	Gdl	—	84.0	84.0
	valore p	—	0.008	0.286
H/F	Differenza media		—	-6.21
	valore t		—	-1.54
	Gdl		—	84.0
	valore p		—	0.278
IC	Differenza media			—
	valore t			—
	gdl			—
	valore p			—

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Figura 4

Grafico descrittivo del rapporto dell'immedesimazione tra i generi cinematografici per il tema Amicizia



Discussione

La tecnica della Cinematerapia è un'Arteterapia che prevede l'utilizzo di film metaforici per promuovere il cambiamento positivo nel paziente all'interno di un più ampio trattamento di supporto psicologico (Berg-Cross et al., 1990). Questo approccio sfrutta il potere del racconto visivo e delle narrazioni cinematografiche per aiutare gli individui ad esplorare le proprie emozioni, acquisire consapevolezza e favorire la crescita personale. Attraverso l'uso di film attentamente selezionati sulla base delle esigenze individuali, la Cinematerapia offre ai pazienti un modo unico e coinvolgente per connettersi con il proprio mondo interiore, le proprie esperienze e le proprie emozioni, contribuendo infine al loro benessere emotivo e alla scoperta di sé stessi (Berg-Cross, 1990).

La Cinematerapia è perciò un'opzione terapeutica promettente e creativa nel trattamento di vari disturbi psicologici e psichiatrici. Per sfruttare appieno il suo potenziale, è necessario continuare a condurre ricerche e sviluppare criteri standardizzati di applicazione. Questo consentirà di stabilire linee guida chiare e assicurare che la pratica clinica sia basata su evidenze scientifiche, migliorandone così l'efficacia terapeutica e promuovendone l'adozione clinica (Sacilotto et al., 2022). In tempi recenti, l'importanza delle tecniche proposte delle Artiterapie viene sempre più riconosciuta, le quali, entrando a pieno titolo nel panorama delle *Health Humanities*, propongono un tipo di presa in carico del paziente capace di andare oltre la semplice prospettiva medico-biologica per abbracciare una più olistica prospettiva umanistico-sociale (Hurwitz, 2009).

Inserendosi in questo contesto, e rispondendo alla carenza di ricerche analoghe, lo studio attuale ha voluto indagare come diversi generi cinematografici metaforici possano influenzare il grado di immedesimazione degli spettatori in relazione a tematiche emotivo-relazionali comuni della vita quotidiana, quali

Amicizia, Amore, Conflitti Familiari e Lutto. I generi selezionati per rappresentare tali tematiche sono stati il Cartone Animato, il film In Costume e il film Horror/Fantasy. Partendo dall'assunto fondamentale della Cinematerapia che vede la metafora filmica come l'elemento centrale per garantire l'immedesimazione degli spettatori (Heston & Kottman, 1997), l'ipotesi sperimentale proposta è stata che il genere cinematografico e il linguaggio metaforico utilizzato avrebbero influenzato significativamente i livelli di immedesimazione dei partecipanti.

I risultati ottenuti dalle analisi parametriche tramite ANOVA a una via (Welch, 1951) e dai Test Post-Hoc di Tukey hanno permesso di confermare tale ipotesi, mostrando come i cortometraggi del genere Cartone Animato abbiano favorito maggiormente l'immedesimazione in tutte e quattro le tematiche affrontate (sebbene senza differenze significative per il tema Amore), seguiti dai cortometraggi In Costume nei temi del Lutto e dell'Amicizia, e dai cortometraggi Horror/Fantasy nei temi dell'Amore e dei Conflitti Familiari. I cortometraggi In Costume e Horror/Fantasy sembrano quindi essere stati egualmente capaci di suscitare l'immedesimazione negli spettatori, sebbene sempre con intensità inferiore rispetto ai cortometraggi del genere Cartone Animato.

Una possibile interpretazione di questo fenomeno potrebbe essere che il cartone animato estremizza il concetto di metafora: presenta la situazione di interesse in modo comprensibile per il soggetto, ma sempre attraverso il potente filtro dell'animazione. Questa caratteristica permette di rappresentare le emozioni e le situazioni in modo più universale e accessibile, rendendo più facile per il pubblico identificarsi con i personaggi e le storie. Inoltre, il filtro dell'animazione può attenuare l'impatto emotivo diretto, consentendo agli spettatori di esplorare temi complessi e potenzialmente dolorosi in un contesto meno minaccioso. Ciò è in linea con quanto riportato da Heston e Kottman (1997), secondo i quali il film deve essere sufficientemente chiaro da poter essere compreso dal soggetto, ma

anche sufficientemente oscuro da poterne prendere le distanze. Questo equilibrio tra chiarezza e ambiguità è cruciale per permettere agli spettatori di riflettere sulle proprie esperienze ed emozioni senza sentirsi sopraffatti, facilitando così il processo terapeutico. Inoltre, il formato dei cartoni animati spesso include elementi di fantasia e creatività che possono stimolare l'immaginazione e promuovere un senso di speranza e possibilità di cambiamento, elementi fondamentali in un percorso di guarigione psicologica.

Un'altra spiegazione potrebbe riguardare l'età dei soggetti: la maggior parte dei partecipanti erano giovani studenti universitari, i quali potrebbero apprezzare maggiormente questo tipo di materiale a causa dell'ancora recente legame affettivo instaurato durante l'infanzia. Difatti, molti di questi studenti sono cresciuti guardando i cartoni animati presentati, creando un forte legame emotivo e una familiarità con questo genere cinematografico. Questo risultato trova spiegazione in quanto affermato da Marsick (2010) e Berg-Cross (1990), secondo i quali i film si rivelano maggiormente efficaci quando rispecchiano l'età e i gusti dei soggetti. La connessione emotiva e la nostalgia possono amplificare l'impatto di questi film, rendendo più facile per gli spettatori immergersi nelle storie e nei personaggi.

Inoltre, i dati hanno rivelato che la tematica del film ha un ruolo cruciale nel determinare il livello di immedesimazione. Le tematiche Amore e Amicizia hanno portato infatti a punteggi di immedesimazione più elevati rispetto a Conflitti Familiari e Lutto. Questo potrebbe essere spiegato dal fatto che le esperienze legate all'amore e all'amicizia sono più universali e facilmente riconoscibili, permettendo agli spettatori di connettersi più facilmente con i personaggi e le situazioni presentate. L'amore e l'amicizia sono sentimenti fondamentali e positivi che spesso evocano emozioni forti e connessioni profonde, facilitando così l'identificazione con le narrazioni cinematografiche (Cohen, 2001). D'altra parte, temi come i Conflitti Familiari e il Lutto possono essere più complessi e meno universalmente

riconoscibili, variando significativamente nelle esperienze individuali. Questi temi possono richiedere una maggiore elaborazione emotiva e una riflessione personale, rendendo più difficoltosa l'immedesimazione per alcuni spettatori. Inoltre, i giovani potrebbero avere meno esperienza diretta con il Lutto e i Conflitti Familiari complessi, riducendo ulteriormente la loro capacità di identificarsi con questi temi rispetto a quelli più positivi e comuni come l'Amicizia e l'Amore.

Complessivamente, queste osservazioni sottolineano l'importanza di considerare le caratteristiche demografiche e le esperienze personali dei partecipanti quando si utilizza il cinema a scopo terapeutico, per garantire che i materiali selezionati siano il più possibile pertinenti e coinvolgenti per il pubblico target. Confrontando questi risultati con la letteratura esistente, emerge un sostegno per le ipotesi di base della Cinematerapia. Berg-Cross et al. (1990) e Wolz (2010), infatti, sottolineano l'importanza di scegliere film che rispecchino l'età, i valori e le credenze del paziente. I risultati del presente studio avvalorano questa tesi, suggerendo che la familiarità e la rilevanza emotiva dei temi trattati influenzino significativamente l'immedesimazione degli spettatori.

Limiti e studi futuri

Lo studio attuale ha certamente offerto spunti utili e interessanti in merito all'uso di film metaforici in Cinematerapia e ai fattori che favoriscono l'immedesimazione dello spettatore cinematografico. Tuttavia, ulteriori ricerche con campioni più ampi e diversificati, l'uso di metodologie complementari e l'inclusione di una più ampia varietà di generi cinematografici sarebbero necessarie per approfondire e consolidare questi risultati.

Uno dei principali limiti del presente studio riguarda difatti la composizione del campione. In studi futuri, sarebbe opportuno ampliare il campione sia quantitativamente, acquisendo un numero maggiore di soggetti, sia qualitativamente, includendo partecipanti di diverse fasce d'età. Questo approccio potrebbe aiutare a comprendere meglio i risultati riguardanti l'impatto dei cartoni animati, dato che le reazioni a questo genere potrebbero variare significativamente tra le diverse generazioni. Il campione dello studio, nonostante fosse diversificato in termini di età e occupazione, era relativamente piccolo e limitato ad una popolazione di nazionalità italiana. Per migliorare la generalizzabilità dei risultati, futuri studi dovrebbero considerare campioni più ampi e culturalmente diversificati. Inoltre, l'uso di misurazioni *self-report* per valutare l'immedesimazione potrebbe introdurre bias di risposta. Metodi complementari, come misurazioni psicofisiologiche o osservazioni comportamentali, potrebbero offrire una valutazione più obiettiva e precisa dell'immedesimazione.

Un altro limite riguarda la selezione dei cortometraggi utilizzati: è stato impiegato un numero ridotto di film (uno per genere), alcuni dei quali erano composti da scene talmente brevi da non aver probabilmente favorito correttamente l'immedesimazione. Studi futuri potrebbero quindi beneficiare dell'utilizzo di scene più lunghe o addirittura di film interi, permettendo un

coinvolgimento più profondo e una migliore valutazione dell'impatto emotivo e psicologico sui partecipanti. Similmente, in studi futuri potrebbe rivelarsi interessante replicare la ricerca includendo anche generi cinematografici ulteriori. È infatti importante considerare che i generi cinematografici selezionati potrebbero non coprire l'intera gamma delle preferenze degli spettatori. L'inclusione di altri generi caratterizzati da elementi metaforici, come la commedia o il dramma, potrebbe fornire ulteriori approfondimenti su come la varietà cinematografica influenzi l'immedesimazione e il potenziale terapeutico dei film. Espandere la gamma dei generi analizzati potrebbe perciò rivelare nuove dinamiche dell'interazione tra il pubblico e i contenuti cinematografici, offrendo così una comprensione più completa dell'efficacia e delle possibili applicazioni della Cinematerapia.

Conclusioni

All'interno delle Artiterapie, la Cinematerapia sfrutta la potenza narrativa del cinema per aiutare i pazienti a comprendere e gestire le proprie emozioni attraverso un approccio metaforico e distanziato (Hurwitz, 2009). Il presente studio ha esplorato l'uso della Cinematerapia come tecnica innovativa capace di supportare il percorso terapeutico, analizzando i livelli di immedesimazione degli spettatori in risposta a stimoli filmici di diverso genere cinematografico in riferimento a tematiche rilevanti di carattere emotivo-relazionale.

I risultati dello studio confermano l'ipotesi che il genere cinematografico e il linguaggio metaforico influenzino significativamente i livelli di immedesimazione degli spettatori. In particolare, i cortometraggi appartenenti al genere Cartone Animato hanno favorito una maggiore immedesimazione rispetto ai film In Costume e Horror/Fantasy, soprattutto nelle tematiche di Amicizia, Lutto e Conflitti Familiari. Questa scoperta può essere attribuita alla natura universalmente accessibile dei cartoni animati, che permettono una rappresentazione chiara ma non troppo invasiva delle emozioni, facilitando l'identificazione dei partecipanti con i personaggi e le storie.

L'età dei partecipanti, prevalentemente giovani studenti universitari, ha probabilmente influenzato i risultati, suggerendo che i legami affettivi con i cartoni animati dell'infanzia abbiano giocato un ruolo importante nell'aumentare l'immedesimazione. Inoltre, le tematiche di Amore e Amicizia hanno suscitato punteggi di immedesimazione più elevati rispetto a Conflitti Familiari e Lutto, indicando che le esperienze universali e positive possano essere più facilmente riconoscibili e di conseguenza coinvolgenti per il pubblico. Lo studio evidenzia quindi l'importanza di considerare le caratteristiche demografiche e le esperienze personali dei partecipanti nella selezione dei film per la Cinematerapia, al fine di

massimizzarne l'efficacia terapeutica. Tuttavia, ulteriori ricerche con campioni più ampi e diversificati, che implicino l'uso di metodologie complementari e una maggiore varietà di generi cinematografici, sarebbero necessarie per approfondire e consolidare questi risultati.

Nonostante le limitazioni illustrate, i risultati ottenuti nello studio attuale supportano significativamente le ipotesi di base della Cinematerapia e suggeriscono che l'uso di film appropriati possa essere un potente strumento terapeutico per promuovere l'autoconsapevolezza, la riflessione e il cambiamento positivo. Continuare in futuro a sviluppare criteri standardizzati e linee guida basate sulle evidenze scientifiche appare quindi fondamentale per continuare ad alimentare l'efficacia terapeutica di tale approccio e promuoverne l'adozione e la diffusione clinica (Sacilotto et al., 2022).

Bibliografia

- Adolphs R. (2010). Conceptual Challenges and Directions for Social Neuroscience. *Neuron*. doi: 10.1016/j.neuron.2010.03.006. PMID: 20346753; PMCID: PMC2887730.
- Baudry, J. L. (2017). *Le dispositif: Psychanalyse et cinéma*. La scuola, Brescia.
- Berg-Cross, L., Jennings, P., & Baruch, R. (1990). Cinematherapy: Theory and application. *Psychotherapy in Private Practice*, 8(1), 135-156. doi: 10.1300/J294v08n01_15.
- Berman, H. H. (1946). Audio-visual psychotherapeutics. *Psychiatric Quarterly*, 20(1), 197-203. doi: 10.1007/BF01575065.
- Bordwell, D. (1985). *Narration in the fiction film*. University of Wisconsin Press.
- Bott, Spillius, E. (1995). *Melanie Klein e il suo impatto sulla psicoanalisi oggi. La teoria (Vol. 1)*. Astrolabio Ubaldini.
- Breen, D. (2005). Metaphorical thinking with adolescents. In L. Gallo-Lopez & C. E. Schaefer (Eds.), *Play therapy with adolescents* (pp. 159-174). Lanham, MD: Jason Aronson.
- Campbell, J. (2016). *L'eroe dai mille volti*. Lindau.
- Carli, R., Paniccia, R. M. (2003). *Analisi della domanda. Teoria e tecnica dell'intervento in psicologia clinica*. Il Mulino, Bologna.
- Carluccio, G., Malavasi, L., Villa, F. (2019). *Il cinema. Percorsi storici e questioni teoriche*. Carocci editore.
- Caruana, F., Viola, M. (2018). *Come funzionano le emozioni*. Il Mulino.

- Christie, M., & McGrath, M. (1987). Taking up the challenge of grief: Film as therapeutic metaphor and action ritual. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 5(4), 193-199. doi: 10.1002/j.1467-8438.1987.tb01230.x.
- Ciappina G., Capriani P. (2007). *Manuale di Cinematerapia: Utilizzare il cinema come strumento di sviluppo personale*. Ed. Istituto Solaris.
- Cohen, J. D. (2001). Defining identification: a theoretical look at the identification of audiences with media characters. *Mass Communication & Society*, 4(3), 245–264. doi: 10.1207/S15327825MCS0403_01.
- Cosenza, D. (2008). *Il muro dell'anoressia*. Astrolabio.
- Creed, B. (1998). *Film and Psychoanalysis*. Oxford University Press.
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297-334. doi: 10.1007/BF02310555.
- Duncan, K., Beck, D., & Granum, R. (1986). Ordinary People: Using a popular film in group therapy. *Journal of Counseling and Development*, 65(1), 50-51. doi: 10.1002/j.1556-6676.1986.tb01229.x.
- Egeci, I. S., & Gençöz, F. (2017). Use of cinematherapy in dealing with relationship problems. *Arts in Psychotherapy*, 53, 64-71. doi: 10.1016/j.aip.2017.02.004.
- Ejzenstejn, S. M., Montani, P. (Cur.). (1985). *Teoria generale del montaggio*. Marsilio editori.
- Feldman-Barrett L. (2017). The Theory of Constructed Emotion: An Active Inference Account of Interoception and Categorization. *Soc Cogn Affect Neurosci*. doi: 10.1093/scan/nsw154.

- Feldmann, E. (1956). *La situation du spectateur au cinéma*. Revue internationale de filmologie.
- Fiennes, S. (Producer), Žižek, S. (Writer & Director). (2006). *Guida perversa al cinema* [Documentario]. UK, Canada, Olanda: Officine UBU.
- Filoni, N. V. M. (2020). Georges Méliès, l'illusionista che inventò gli effetti speciali. *Ultima Voce*. <https://www.ultimavoce.it/georges-melies-lillusionista-che-invento-gli-effetti-speciali/>
- Freud, S. (1991). *Saggi sull'arte, la letteratura e il linguaggio*. Bollati Boringhieri.
- Freud, S. (2015). *Il motto di spirito e la sua relazione con l'inconscio*. Newton Compton Editori.
- Freud, S., Masson, J. M. (Cur.). (2008). *Lettere a Wilhelm Fliess (1887-1904)*. Bollati Boringhieri.
- Freud, S., Ravazzolo, A. (Cur.). (2014). *L'interpretazione dei sogni*. Newton Compton Editori.
- Gallese, V., Guerra, M. (2015). *Lo Schermo Empatico. Cinema e neuroscienze*. Raffaello Cortina Editore.
- Gass, R. H., & Seiter, J. S. (2003). *Persuasion, social influence, and compliance gaining*. Boston: Pearson Education.
- Gombrich, E. H. (1977). *Freud e la psicologia dell'arte*. Einaudi.
- Grinberg, L., Sor, D., Tabak de Bianchedi, E. (1996). *Introduzione al pensiero di Bion*. Raffaello Cortina Editore.

- Grosz, E. (1993). Merleau-Pontry and Irigaray in the Flesh. *Thesis Eleven*, 36(1), 37-59. doi: 10.1177/072551369303600103.
- Hankir, A., Holloway, D., Zaman, R., & Agius, M. (2015). Cinematherapy and film as an educational tool in undergraduate psychiatry teaching: a case report and review of the literature. *Psychiatria Danubina*, 27 Suppl 1, S136–S142.
- Hansen, M. (1993). “With Skin and Hair”: Kracauer’s Theory of Film, Marseilles 1940. *Critical Inquiry*, 19(3), 437–469. <http://www.jstor.org/stable/1343960>
- Hebert, T. P., & Neumeister, K. L. (2001). Guided viewing of film: A strategy for counseling gifted teenagers. *Journal of Gifted Education*, 12(4), 224-236. doi: 10.4219/jsge-2001-669.
- Heimann, K., Umiltà, M. A., Guerra, M., Gallese, V. (2014). Moving Mirrors: A High-density EEG Study Investigating the Effect of Camera Movements on Motor Cortex Activation during Action Observation. *Journal of Cognitive Neuroscience*. Vol. 26. doi: 10.1162/jocn_a_00602.
- Heston, M. L., & Kottman, T. (1997). Movies as Metaphors: A Counseling Intervention. *The Journal of Humanistic Education and Development*, 36(2), 92–99. doi: 10.1002/j.2164-4683.1997.tb00377.
- Hill, B. (2006). Cinematherapy: Moving pictures. *Hospital Development*, 1, 6-1.
- Hurwitz, B., & Dakin, P. (2009). Welcome developments in UK medical humanities. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 102(3), 84–85. doi: 10.1258/jrsgenm.2009.080383.
- Huston, J. (2024). *An open book*. La nave di Teseo.

- Igartua, J. J. & Paez, D. (1998). Validity and reliability of an empathy and identification with characters scale. *Psicothema*, 10(2), 423-436.
- Ihde, D. (1990). *Technology and the Lifeworld: From garden to earth*. Indiana University Press.
- Introna, L. (2021). *Phenomenological approaches to ethics and information technology*. Stanford Encyclopedia of Philosophy.
- Jurich, A. P., & Collins, O. P. (1996). 4-H night at the movies: A program for adolescents and their families. *Adolescence*, 31(124), 863-875. PMID: 8970659.
- Kerr, B. A. (1986). Career counseling for the gifted: Assessments and interventions. *Journal of Counseling and Development*, 64(9), 602-604. doi: 10.1002/j.1556-6676.1986.tb01215.x.
- Kris, E. (1952). *Psychoanalytic Explorations In Art*. International University Press, New York.
- Kügler, M. (2020). "50 Jahre suture! Everything you always wanted to know about the beginning of psychoanalytic film theory* (* but were afraid to ask Oudart)". *FFK Journal* (5): 206–222. doi: 10.25969/mediarep/13744.
- Lacan, J. (2007). *Il seminario. Libro X. L'angoscia (1962-63)*. Einaudi.
- Lacan, J. (1949). *Lo stadio dello specchio come formatore della funzione dell'Io*. XVI Congresso internazionale di psicoanalisi. Zurigo.
- Lacoste, P. (1990) *L'étrange cas du Professeur M. (Psychanalyse à l'écran)*. Gallimard.

- Lampropoulos, G. K., & Spengler, P. M. (2005). Helping and change without traditional therapy: Commonalities and opportunities. *Counselling Psychology Quarterly*, 18(1), 47-59. doi: 10.1080/09515070500099629.
- Levene, H. (1960). *Robust tests for equality of variances*. In I. Olkin (Ed.), *Contributions to Probability and Statistics: Essays in Honor of Harold Hotelling* (pp. 278-292). Stanford University Press.
- Likert, R. (1932). A technique for the measurement of attitudes. *Archives of Psychology*, 22(140), 1-55.
- Lucilla, A. (2004). *Lo schermo dei sogni: chiavi psicoanalitiche del cinema*. Marsilio Editori.
- Marsick, E. (2010). Film Selection in a Cinematherapy Intervention With Preadolescents Experiencing Parental Divorce. *Journal of Creativity in Mental Health*, 5(4), 374–388. doi: 10.1080/15401383.2010.527789.
- Martin, A. (2020). Luis Buñuel: Eternal surrealist. *The Criterion Collection*. <https://www.criterion.com/current/posts/6767-luis-buuel-eternal-surrealist>
- Marvasti, J. A. (1997). Using metaphors, fairy tales, and storytelling in psychotherapy with children. In H. Kaduson & C. Schaefer (Eds.), *101 favorite play therapy techniques* (pp. 35-39). Northvale, NJ: Aronson.
- Metz, C. (2002). *Cinema e psicanalisi*. Marsilio Editori.
- Michotte, A. (1948). *Le caractère de 'réalité' des projections cinématographiques*. Revue internationale de filmologie.
- Morin, E. (1956). *Le cinéma ou l'homme imaginaire*. Ed. de Minuit. Paris.

- Musatti, C., Romano, D. F. (Cur.). (2000). *Scritti sul cinema*. Testo & Immagine.
- Nicoletti, R., Rumiati, R., & Lotto, L. (2017). *Psicologia. Processi cognitivi, teoria e applicazioni*. Il Mulino.
- Parnas, J., Sass, L. A., Zahavi, D. (2013). Rediscovering psychopathology: the epistemology and phenomenology of the psychiatric object. *Schizophr Bull.* doi: 10.1093/schbul/sbs153.
- Pauldine, M. R., Warren, J. A., Swails, J. A. (2017). Tennessee Self-Concept Scale. In: Zeigler-Hill, V., Shackelford, T. (eds). *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Springer, Cham. doi: 10.1007/978-3-319-28099-8_93-1.
- Powell, M. L. (2007). *What is Cinematherapy?* Recuperato il 19 giugno 2024, da <http://www.powellpsych.org/cinematherapy>
- Powell, M. L., Newgent, R. A., & Lee, S. M. (2006). Group cinematherapy: Using metaphor to enhance adolescent self-esteem. *Arts in Psychotherapy, 33*(3), 247- 253. doi: 10.1016/j.aip.2006.03.004.
- Rubin, H. E., & Katz, E. (1946). Auratone films for the treatment of psychotic depressions in an Army general hospital. *Journal of Clinical Psychology, 2*(4), 333-340. doi: 10.1002/1097-4679(194610)2:4<333::aidjclp2270020405>3.0.co;2-p.
- Rubin, J. A. (1999). *Art Therapy: An Introduction*. Brunner/Mazel.
- Sacilotto, E., Salvato, G., Villa, F., Salvi, F., & Bottini, G. (2022). Through the Looking Glass: A Scoping Review of Cinema and Video Therapy. *Frontiers in psychology, 12*, 732246. doi: 10.3389/fpsyg.2021.732246.

- Shapiro, S. S., & Wilk, M. B. (1965). An analysis of variance test for normality (complete samples). *Biometrika*, 52(3/4), 591-611. doi: 10.2307/2333709.
- Sharp, C., Smith, J. V., and Cole, A. (2002). Cinematherapy: metaphorically promoting therapeutic change. *Counseling Psychology Quarterly*. 15(3), 269–276. doi: 10.1080/09515070210140221.
- Sims, A. (2021). *Introduzione alla psicopatologia descrittiva*. Raffaello Cortina Editore.
- Sobchack, V. (2015). What my Fingers Knew. The Cinesthetic Subject, or Vision in the Flesh. In *Expanded Senses: Neue Sinnlichkeit und Sinnesarbeit in der Spätmoderne. New Conceptions of the Sensual, Sensorial and the Work of the Senses in Late Modernity* (pp. 279-313). Bielefeld: transcript Verlag. doi: 10.1515/9783839433621-027.
- Stagnitta, S. (2020). *Come in uno specchio: Un viaggio tra cinema e psicologia*. Ultra Editore.
- Starlight Children's Foundation. (2021). *Starlight history of delivering happiness*. Recuperato il 16 giugno 2024, da <https://www.starlight.org/>
- Studer, A. (2005). *Sulla natura proteiforme del linguaggio cinematografico*. Casa della Cultura. Milano.
- Symons, A., Creasy, M. (Cur.). (2014). *The Symbolist Movement in Literature*. Carcanet Press.
- Tan, E. S. (1996). *Emotion and the structure of narrative film. Film as an emotion machine*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

- Tyson, L. E., Foster, L. H., & Jones, C. M. (2000). The process of cinematherapy as a therapeutic intervention. *The Alabama Counseling Association Journal*, 26(1), 35- 41.
- Vegetti, Finzi, S. (2017). *Storia della psicoanalisi (II ed.)*. Mondadori.
- Vischer, R. (1873). *Über das optische Formgefühl: Ein Beitrag zur Aesthetik*. Credner.
- Wallon, H. (1947). *De quelques problèmes psychophysiologiques que pose le cinéma*. *Revue internationale de filmologie*.
- Welch, B. L. (1951). On the comparison of several mean values: An alternative approach. *Biometrika*, 38(3/4), 330-336. doi: 10.2307/2332579.
- Wollen, P. (1969). *Signs and Meaning in the Cinema*. Bloomington: Indiana University Press.
- Wolz, B. (2005). *E-motion picture magic*. Centennial, CO: Glenbridge Publishing.
- Wolz, B. (2010). *The Cinematherapy.com Film Index*. Recuperato il 21 giugno 2024, da: <https://www.cinematherapy.com/filmindex.html>
- Woolfolk, A., Zanetti, M. A. (Cur.). (2020). *Psicologia dell'educazione*. Teorie, metodi, strumenti. Pearson.
- Zaki, J. (2014). Empathy: a motivated account. *Psychological Bulletin*, 140(6), 1608–1647. doi: 10.1037/a0037679. PMID: 25347133.