



Autoestima no retrato e autorretrato

Self-esteem in portraiture and self-portrait

Olívia da Silva

O autorretrato não é um conceito novo. O Homem teve sempre a preocupação de registar a sua passagem pela vida, nas representações artísticas pré-históricas, arte rupestre, realizadas nas paredes, teto, cavernas, indicam que há 30 mil anos os homens possuíam uma capacidade simbólica, intelectual e artística semelhante ao homem moderno. Em geral as imagens foram formadas por figuras de grandes animais selvagens, como bisontes, cavalos, cervos, entre outros. A representação da figura humana surgia menos vezes. Foi no entanto a partir do Renascimento que o ser humano passou a ser o grande centro de inquietações e do imaginário dos artistas. Neste período o retrato e o autorretrato transformaram-se num dos géneros mais conhecidos da pintura. O pintor holandês Rembrandt fez muitos autorretratos, e através deles podemos ver o processo de envelhecimento do pintor em várias fases da sua vida. Leonardo da Vinci, Rubens, Renoir, Van Gogh, Frida Kahlo, entre muitos outros, fizeram autorretratos que são sobejamente conhecidos. Na área da fotografia, o primeiro autorretrato foi feito nas primeiras décadas do século XIX, um dos autores foi Robert Cornelius, um químico alemão emigrado dos Estados Unidos da América que fez um daguerreótipo de si próprio, um dos primeiros autorretratos da história da fotografia.

The self-portrait is not a new concept; man has always been concerned with recording his/her passage through life. In prehistoric times, rock art, made on the walls and the ceilings of caves, indicates that for around thirty-thousand years man had possessed a symbolic, intellectual and artistic capacity, similar to that found in modern man. Generally, these images consist of the representation of human figures; of great wild animals, such as bison, horses, deer, and others. The representation of the human figure itself tends to appear less frequently, and it is from the Renaissance onwards that the human being became the focus of artists' restlessness and imagination. In this period, the portrait and the self-portrait came to be one of the most wellknown painting genres. The Dutch painter Rembrandt made many self-portraits, and through them we can see the aging process and follow him through the various stages of his life. Leonardo da Vinci, Rubens, Renoir, Van Gogh, Frida Kahlo, and many others, have become well known because of their self-portraiture. In photography, the first self-portrait was made in the early decades of the nineteenth century. One of the earliest self-portraits was captured by Robert Cornelius, an American chemist of Dutch descent who made a daguerreotype of himself (said to be the first self-portrait in the history of photography).

Muitos outros fotógrafos desenvolveram a técnica e a expressão artística como Felix Nadar, Ansel Adams, Robert Doisneau, Man Ray, Cindy Sherman, Ricard Avedon, Jorge Molder, entre muitos outros, também fizeram e criaram na contemporaneidade a ideia de autorretrato e retrato de si, do outro ou outros. Durante muito tempo, os retratos fotográficos foram feitos nos momentos cruciais da nossa existência: o nascimento, a entrada para o ensino primário, na faculdade, no serviço militar, no casamento, etc. Todas estas fotografias eram cuidadosamente guardadas em álbuns de família, pelos amigos mais próximos.

Ainda hoje, os retratos ocupam nas casas das famílias espaços de partilha social.

A representação social e cultural da sociedade evoluiu, o estilo dos retratos mudaram com o desenvolvimento tecnológico, a produção e o processamento das fotografias avançaram vertiginosamente, deixando para trás o registo intimista para passar à exposição voraz do ser humano. Para compreendermos as selfies no contexto da fotografia, e se a considerarmos equivalentes ao autorretrato, chegamos à conclusão que as selfies são tão antigas como a fotografia. A pose foi o símbolo da fotografia do século XIX e com o aparecimento da rapidez do instantâneo e da tecnologia digital continuamos a produzir poses como síntese da representação pessoal, a idealizar uma identidade, a reproduzi-la para que outro veja, mas hoje de forma exaustiva e coletivamente. Na era digital, as poses tornaram-se a síntese da representação pessoal, idealizadas nas populares redes sociais (no Facebook, no Twitter, no Flickr, no Instagram), no gesto de esticar o braço, onde cada indivíduo assume um duplo papel, o de retratista e de retratado, fazendo da pose o símbolo do autorretrato do século XXI.

No meu último Projeto Fotográfico *Contratempo*¹, o autorretrato e o retrato foram uma espécie de paragem no tempo em pleno século XXI, um tempo de autorreflexão, de autorrepresentação e de autoconhecimento sobre si, sobre o outro ou os outros. A duração de uma imagem fotográfica prolongou-se pelos vários instantes das diferentes sessões de estúdio numa maior autorreflexão sobre a representação do melhor de cada um na ligação com a música: a composição, o instrumento musical, o silêncio e o gesto. Voltou-se ao lado intimista e poético dos álbuns de família e novas possibilidades de valorização de cada um com a sua diferença.

A great many other photographers have developed this genre, their technique and artistic expression, such as Felix Nadar, Ansel Adams, Robert Doisneau, Man Ray, Cindy Sherman, Richard Avedon, Jorge Molder, among others, who have collectively contributed to contemporaneity with the idea of self-portraiture and other forms of portraiture.

For a long time, photographic portraits marked critical moments within our existence: birth, entrance to primary school, college, military service, marriage, etc. Most of these photographs would have been carefully preserved within family albums, and treasured by close family members and friends alike. Still today, the portrait occupies family/social spaces within our homes and our institutions.

The social and cultural representation of society has evolved, and with it the style of portraits has changed. This has come about through technological developments, and has caused dramatic changes in the production and the processing of photographs. This has had the impact of leaving behind an intimate record to satisfy the voracious exposure of the modern human being.

To understand 'selfies' within the context of photography, we might consider them to be the equivalent of self-portraiture. In doing so, we might also conclude that 'selfies' are as old as photography itself. The pose was the symbol of photography in the nineteenth century and with the appearance and immediacy of the snapshot, and with new digital technologies, we continue to produce/reproduce poses as a synthesis of personal representation. Within this idealization of an identity, we reproduce such images exhaustively and collectively for the benefit of our self-gratification, and the curiosity of others. These images are added to the dictionary of the digital age; they have become the synthesis of personal representation, idealizing the popular social networks (Facebook, Twitter, Flickr, Instagram). The gesture of the outstretched arm allows each individual to assume a dual role: that of the portraitist and the portrayed, making this pose a symbol of the self-portrait in the 21st century.

*My last photographic project, *Contratempo*¹, by exploring self-portrait and portraiture in general, was a means of pausing twenty-first century time in order to consider self-reflection, self-representation, and self-knowledge (of oneself and of others). Each photographic image lasted but a few moments in the studio, and sought a greater sense of self-reflection through making connections with music (composition, instruments, silence and gesture). This helped to create a greater feeling of intimacy and revealed the poetic dimension that is present in many family albums. The approach also encouraged a greater sense of individuality and opened new directions within the work.*

Assim no *Contratempo* falamos de Retrato e Autorretrato que valoriza a autoestima de quem participa, inclui-se participantes da ANARP e da Tuna de Tecnologia da Saúde do Porto. A relevância do espaço expositivo público (CPF) como reconhecimento do sucesso da imagem e da representação do eu. Este projeto aborda uma nova linguagem imagética que dialoga com outras áreas afins, como a música, contribuindo para novas maneiras de pensar e olhar o outro. Neste tipo de representação, através do retrato, não existe uma imagem estática, o que é refletido é uma fenda nos preconceitos, em que se valoriza a essência de cada um, através de um olhar, de um gesto, de um sorriso, tendo como resultado o bem-estar e a autoestima.

No projeto *Contratempo*, ao produzir imagens fotográficas, estas, além de elevarem a autoestima da pessoa com necessidades, valorizam também as diferenças, gerando empatia e dignidade de cada um. O projeto envolveu progressivamente cada pessoa na escolha do contexto em que foi fotografado, num plano mais informal, ou descontraído, no quadro de uma estética e de valores diferentes, abertas à emoção, ao olhar, ao afeto, à autoestima. Os sujeitos fotografados apresentam expressões de alegria, de despreocupação, de admiração, contruindo uma narrativa em que a “diferença” é o principal elemento a ser evidenciado, sendo eles próprios participantes ativos na construção das suas imagens. Este projeto representa um processo estruturado em equipa, associados à individualidade de cada sujeito fotografado, que embora conservem as suas individualidades, pertencem a uma identidade coletiva. A característica intrínseca da fotografia é ela falar por si, sem precisar de descrição, Susan Sontag afirmou que “não se pode dizer mais do que se vê.”

Thus in Contratempo we want to talk about the portrait and self-portrait in a way that values the self-esteem of those who have participated (including participants from ANARP and the Tuna Tecnologia da Saúde do Porto). The opportunity to put the work on public exhibition (Centro Português de Fotografia) is regarded as recognition of the success of these images, and the overriding interest in representations of the self.

This project addresses a new visual language, one that communicates with other (often related) areas, such as music. Thus contributing to new ways of thinking and looking at each other. In this type of representation (the portrait), there is no sense of a static image, instead, what we see reflected is a rift in the prejudices, and the essential value attached to each individual through the medium of a look, a gesture, a smile, a sense of well-being and an increased level of self-esteem.

In Project Contratempo, the photographic images seek to elevate levels of self-esteem and of dignity, whilst, at the same time, valuing individuality and difference through a shared empathy with the photographic process. The project, progressively, involved each person in choosing the context in which they would be photographed: informal, relaxed, affectionate, contemplative, constructing a narrative in which ‘difference’ is the main feature and active participation the method. This project has been developed and structured as a team, bringing together individual and collective identities. The intrinsic characteristic of the photography is that it is able to speak for itself, or as Susan Sontag affirmed, “one cannot say more than one sees.”

1 O projeto *Contratempo* apoiado pelo Programa Partis da Fundação Calouste Gulbenkian é uma iniciativa social que visa o trabalho colaborativo entre pessoas com problemas de saúde mental (Associação Nova Aurora na Reabilitação e Reintegração Psicossocial - ANARP) e jovens da comunidade académica (Tuna Tecnologia da Saúde do Porto), com o objetivo de combater o estigma face à doença mental, potenciando a inclusão comunitária. A utilização da música e da fotografia como veículo terapêutico contribui para o processo de reabilitação da pessoa com problemas de saúde mental através de vários mecanismos, aumentando os seus níveis de motivação e envolvimento, servindo como um meio de expressão emocional e promovendo a interação e criação de laços sociais. Nesse sentido, a metodologia do projeto envolve a capacitação dos elementos do grupo na área da música e da fotografia, através de sessões dinamizadas pela Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo, pelo Serviço Educativo da Casa da Música, pela Escola Superior de Media Artes e Design a participação ativa na organização e apresentação de peças musicais e de sessões fotográficas públicas e o envolvimento na conceção e divulgação de materiais, eventos para aumento da literacia na área da saúde mental descritos num filme documental de José Alberto Pinheiro. | Documentário *Contratempo*: <https://www.youtube.com/watch?v=PA4Y4AMKEz0>

1 *The project Contratempo support by Calouste Gulbenkian Partis Programme is a social initiative that aims to bring together people with mental health problems (Associação Nova Aurora na Reabilitação e Reintegração Psicossocial – ANARP, or, in English, Nova Aurora Association for Psychosocial Rehabilitation and Integration) and young people from the student community (Tuna Tecnologia da Saúde do Porto). A tuna is a group of university students in traditional university dress who play traditional instruments and sing serenades in order to fight the social stigma of mental illness, promoting community inclusion. The use of music as a therapeutic vehicle contributes to the process of rehabilitation of the person with mental health problems, because it increases their levels of motivation and involvement; it is a means of emotional expression and it promotes interaction and the creation of social bonds. In this sense, the methodology of the project includes music training provided by Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo and Serviço Educativo da Casa da Música, (School of Music and Performing Arts and Casa da Música Education Service) the organization and presentation of musical pieces and photography to the general public, the latter by Escola Superior de Media Artes e Design, and the involvement of all in the design and dissemination of materials and events to increase literacy in the area of mental health, which is depicted in a documentary film by José Alberto Pinheiro. Documentary *Contratempo*: <https://www.youtube.com/watch?v=PA4Y4AMKEz0>*