

SUBJEKTIV VERKLIGHET GENOM LIVET MED UPPSLUKANDE DAGDRÖMMAR

Yuka Almay



SUBJEKTIV VERKLIGHET GENOM LIVET MED UPPSLUKANDE DAGDRÖMMAR

Yuka Almay

Examensarbete för medianom (YH)-examen
Medianom (YH), fotografi
Jakobstad 2023

EXAMENSARBETE

Författare: Yuka Almay

Utbildning och ort: Medianom YH, Jakobstad

Inriktning: Fotografi

Handledare: Lars Rebers, Kasper Dalkarl

Titel: Subjektiv verklighet genom livet med uppslukande dagdrömmar

Datum: 01.03.2023 Sidantal: 60

Abstrakt

I det här arbetet vill jag utforska idén om en subjektiv verklighet samt den subjektiva självbilden, som påverkas av varje människas personliga livssituation och erfarenheter. Detta gör jag genom att fundera på mina egna erfarenheter med maladaptive daydreaming, eller uppslukande dagdrömmar. Jag fokuserar på hur detta koncept påverkar hur vi uttrycker oss i bild och hur vi ser på andras fotografier med hjälp av bland annat Jacques Lacans skillnader mellan verklighet (eng. *reality*) och det verkliga (eng. *the real*). Jag vill jämföra hur vi ser oss själva i kontrast till den bild andra i vår omgivning har av oss som medmänniskor.

Arbetet jag gjort är väldigt personligt och har delvis fungerat som terapi för mig, både i skrivandet och i den skapande processen.

Språk: svenska

Nyckelord: fotografi, subjektiv verklighet, självbild, självporträtt, dagdrömmar

OPINNÄYTETYÖ

Tekijä: Yuka Almay
Koulutus ja paikkakunta: Medianomi AMK, Pietarsaari
Suuntautumisvaihtoehto: Valokuvaus
Ohjaaja(t): Lars Rebers, Kasper Dalkarl

Nimike: Subjektiivinen todellisuus mielen valtaavien unelmien kautta

Päivämäärä: 01.03.2023 Sivumäärä: 60

Tiivistelmä

Tavoitteeni tässä kirjoitelmassa on tutkia ja tarkastella subjektiivisen todellisuuden ajatusta, sekä subjektiivista minäkuva, johon vaikuttavat ihmisen henkilökohtainen elämäntilanne sekä kokemukset. Keskityn työssäni tarkastelemaan sitä, miten tämä konsepti vaikuttaa siihen, miten ilmaisemme itseämme kuvien kautta ja miten tarkastelemme toisten valokuvia. Viitekehyksenä olen käyttänyt mm Jacques Lacanin mainitsemaa eroa todellisen ja todellisuuden välillä. Tavoitteeni on vertailla miten näemme itsemme suhteessa siihen kuvaan, joka meitä ympäröivillä ihmisillä meistä on.

Työni on hyvin henkilökohtainen ja on osin toiminut minulle terapiana, niin kirjoittaessa kuin luovana proses- sina.

Kieli: Ruotsi
Avainsanat: valokuvaus, subjektiivinen todellisuus, omakuva, unelmat

BACHELOR’S THESIS

Author: Yuka Almay
Degree Programme: Bachelor of Arts and Culture, Jakobstad
Specialisation: Photography
Supervisor(s): Lars Rebers, Kasper Dalkarl

Title: Subjective Reality Through Maladaptive Daydreaming

Date: 01.03.2023 Number of pages: 60

Abstract

In this thesis, I want to explore the idea of a subjective reality as well as the subjective self-image, which is influenced by each person’s personal life situation and experiences. I do this by focusing on my own experi- ences with maladaptive daydreaming. I look into how this concept affects how we express ourselves in images and how we look at other people’s photographs using, among other things, Jacques Lacan’s differences be- tween reality and the real. I want to compare how we see ourselves in contrast to the image others around us have of us as fellow human beings.

The work I have done is very personal and has partly functioned as therapy for me, both in the writing and in the creative process.

Language: Swedish
Key words: photography, subjective reality, self-image, self-photography, daydreams

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1	Inledning & syfte	1
2	Bakgrund	3
3	Visuella referenser	8
4	Processbeskrivning	14
5	Bildbeskrivningar	21
6	Sammanfattning	23
Referenser & källförteckning		24
Bildreferenser & källförteckning		25

1 INLEDNING & SYFTE

Vad är verkligt? Hur ser din verkligheten ut? Är den lik min? Vad har format din syn på verkligheten?

Detta arbete är väldigt personligt och har delvis fungerat som terapi för mig, både i skrivandet och i den skapande processen. Jag ville även utöka min portfolio, samt kunskap om fotografi inom filmvärlden. I min skapande process har jag på senaste år funderat mycket på relationen mellan fiktion och verklighet, och hur vi tolkar den subjektiva verkligheten. Jag jobbar ofta genom att kombinera min personliga uppfattning om vad som är verklighet med vad jag tänker andra kan tolka som fiktion.

I det här arbetet kombinerar jag självporträtt med mitt intresse av fantasy och sömnad. Bilderna består av självporträtt där jag klätt ut mig till olika karaktärer löst baserade på mina dagdrömmar. Vid sidan om studierna har jag som hobby att designa och sy dräkter inspirerade av mina dagdrömmar, och filmer som på något sätt påverkat mig under min barndom. Flera av dräkterna jag använder till bilderna har jag själv planerat och sytt.

Genom att i bild utforska min personliga självbild och vad jag har upplevt som min verklighet, vill jag skapa en bro till temat om den subjektiva världsbilden och vad som kan tolkas som verklighet. Mitt examensarbete handlar om självkänedom.

2 BAKGRUND

Det här arbetet baserar sig på en melankolisk tonårings dagdrömmar. Jag valde ämnet på basen av mitt intresse för fantasy och erfarenheter med s.k. maladaptive daydreaming, det vill säga uppslukande dagdrömmar.

Maladaptive daydreaming används av hjärnan som ett sätt att hantera och för att undkomma sådant i livet som känns traumatiskt eller överväldigande. Konceptet skiljer sig från vanligt dagdrömmande i och med att det ofta börjar dominera livet, då man spenderar flera timmar i sina dagdrömmar var dag. Detta kan göra det svårt för personen att sköta olika delar av vardagen, såsom arbete, relationer och sömn. (Morton, 2021).

VERKLIGHET

”sammanfattningen av allt som faktiskt och påtagligt förekommer i världen” (Nationalencyklopedin, u.å.)

Verkligheten vi lever i är den värld vi har omkring oss, men det betyder inte att alla människor upplever den lika. Det är den här aspekten som diskuteras direkt, eller mera indirekt, av bland andra filosofer, psykologer, författare, samt fotografer. En av dessa är den franska psykoanalytikern Jacques Lacan.

I boken *The Four Fundamental Concepts of Psycho-Analysis* skiljer Lacan på vad han kallar verklighet och det han kallar det verkliga. Det verkliga förklarar Lacan som allt det som verkligen existerar, medan han med verklighet avser de socialpsykologiska tolkningar av det verkliga som bland människor allmänt tolkas som det riktiga. Verkligheten är således en socialpsykologisk tolkning av det verkliga. Denna har i sin tur varje människa en egen subjektiv tolkning av, baserad på dennes livserfarenheter. (Lacan, 1973).

Filosofen Marco Tiozzo har även diskuterat temat i sin artikel *Om fiktion och verklighet*, som publicerades i *Filosofisk tidskrift* nummer 1, 2011. Tiozzo tar upp bland annat tolkningen av litterära verk och författarens möjlighet att påverka på den. Termerna fiktion och verklighet tolkas vanligen som varandras motsatser, men att definiera ett verk (oberoende av konstform) som det ena eller det andra är oftast mer komplicerat än så. För den analysen behöver man ta i beaktande bland annat verkets relation till världen, författarens (eller verkets skapares) intentioner och läsarens eller åskådarens uppfattning av verket. (Tiozzo, 2011). Personligen tar jag inspiration till mitt eget skapande av den här aspekten av litteraturfilosofin genom att kombinera min personliga uppfattning om vad som är verklighet med vad jag tänker andra kan tolka som fiktion.

DEN MENTALA SJÄLVBILDEN & SJÄLVFOTOGRAFI

Tittar du dig i spegeln ser du dig själv spegelvänt. Din höger blir din vänster. Spegeln är det verktyg många av oss använder för att få en uppfattning om vårt yttre utseende. I och med att bildserien jag gör är självporträtt, har jag funderat mycket över hur den mentala bilden vi har av oss själva skiljer sig från hur vi ser ut i fotografier.

Under min praktik inom ramen för fotostudierna hamnade jag i diskussionen om varför många av fotostudions kunder som kom in för personalfotograferingar tyckte att de inte såg ut som sig själva på bild. Några av dem kommenterade olikheten mellan bilderna och den mentala bilden de hade av sig själva, d.v.s. hur de såg sig själva genom spegeln. Många artiklar om ämnet, bland andra Nolan Feeneys artikel *Why Selfies Sometimes Look Weird to Their Subjects*, publicerad av *The Atlantic*, föreslår att detta beror på exponeringsteorin, d.v.s. att man är så van vid att se sig själv spegelvänt att fotografier av en själv därför ser konstiga och förvrängda ut (Feeney, 2014). Genom fotografier ser vi oss själva ur ett perspektiv mer likt någon annans än vårt eget, och genom samma exponeringsteknik kan man i teorin vänja sig att se sig själv ur ett utomstående perspektiv (Sigurðardóttir, 2020). Du är däremot ändå den enda människan som du inte möter oväntat på gatan.

PERSONLIG BAKGRUND

Personligen skulle jag nästan beskriva maladaptive daydreaming som att leva ett dubbelliv, trots att det ena bara existerar inne i ens eget huvud. Maladaptive daydreaming blev aktuellt för mig redan som 12-åring, mellan sjätte och sjunde klass, trots att termen var obekant för mig tills mycket senare. Hela orsaken till att jag började med dagdrömmandet har jag aldrig kommit underfund med, förutom att jag var väldigt ensam. I dagdrömmarna kunde jag umgås med en mängd olika karaktärer som var både vänner och ovänner, många starkt inspirerade av eller i vissa fall tagna nästan direkt ur filmer, serier och berättelser som stod mig nära som barn. Till dessa hörde bland andra *Härskarringen*, *Draktränaren*, *Harry Potter*, och *Once Upon a Time* (*/inWonderland*). Det är dessa karaktärer jag har använt som grund till bilderna i mitt projekt, även om de skiljer sig en del från min mentala bild av dem.

I samband med mitt arbete frågade jag min närmaste kompis från tiden jag var som mest aktiv med dagdrömmandet, om hur hon upplevde att det syntes från ett utomstående perspektiv. Svaren jag fick var överraskande direkta, trots att det som förvånade mig mest var att drömmarnas påverkan verkade ha framträtt tydligare utåt än jag hade trott. Hon talade om hur jag isolerade mig mer och fick en vana att ge ursäkter för att stanna hemma från sociala situationer såsom till exempel hobbyverksamhet. Jag undvek att prata om mina känslor, blev lätt irriterad, och var allmänt bara frånvarande.

Min kompis nämnde även att jag plötsligt blev väldigt insatt i filmer, fanfiction, teckning och rollspel, som senare utvecklades till ett intresse för cosplay. Dessa intressen var också grunden till mitt intresse av både sömnad och fotografi, i och med att jag ville hitta fler sätt att uttrycka mig kreativt. Jag var till en början försiktig med att blanda medium, men har gradvis tagit in mer koncept, karaktärer och idéer från mina erfarenheter med maladaptive daydreaming i mina bilder och projekt. Band annat genom kombinationer av tecknat och sytt material med fotografering.

3 VISUELLA REFERENSER



Where Your Destiny Awaits, (2014) Ur serien *Disney Dream Portraits*, Annie Leibovitz

Annie Leibovitz är en av de mest betydande porträttfotograferna inom modern fotohistoria. Personligen får jag mycket inspiration och hjälp av hennes sätt att ljussätta sina bilder och känslan hon lyckas få fram i dem. Speciellt relevant för mina bilder är hennes serie *Disney Dream Portraits*, där hon fotograferar välkända skådespelare som karaktärer ur Disneys filmklassiker. Däremot är det mest relevanta för mig i Leibovitz arbete känslan hon ofta lyckas få med i sina bilder.

"I wish I could treat every day as Halloween, and get dressed up and go out into the world as some eccentric character."

Cindy Sherman



Untitled Film Still #21 (1978), Cindy Sherman

En annan fotograf som är relevant i mitt arbete är Cindy Sherman, med bland annat hennes serie *Untitled Film Stills*. Hon är känd för att själv vara sin egen modell och iscensätta porträtten till att likna stillbilder tagna ur en film (MoMA, u.å.). Trots att jag personligen inte är speciellt förtjust i hennes stil rent visuellt tangerar sättet att fotografera väldigt nära det jag arbetar med.

I och med att många av karaktärerna var inspirerade av filmvärlden var det naturligt för mig att ta inspiration av filmer och serier även för bilderna. Arbeten jag gör i studiomiljö börjar jag ofta med något likt ljussättningarna använda i Annie Leibovitz bilder, eller inspirerat av en mängd olika filmaffischer. Från det utvecklar jag det mera mot den mentala bild jag har av det slutresultat jag vill nå. Under kategorin filmaffischer var några av mina främsta referenser Marvel Studios karaktärsaffischer för *The Avengers*, fotograferade av bland andra Michael Muller och Peter Tangen, och affischerna för Peter Jacksons *The Hobbit: Battle of the Five Armies*. Det är även värt att nämna serierna *Once Upon a Time*, och *Once Upon a Time in Wonderland* eftersom de inte bara inspirerat den visuella stilen i fråga om fotograferandet, utan har även varit en viktig inspirationskälla angående dräkterna.



Once Upon a Time in Wonderland. (2013)



The Avengers. (2012)
Affisch fotograferad av Peter Tangen



The Hobbit: Battle of the Five Armies (2014)



Teckningar som jag tidigare gjort och använde som inspiration till bildserien



4 PROCESSBESKRIVNING

Förutom skrivandet bestod min process av fyra delar; planeringen av både dräkter och bilder, fotografering i skolans studio, samt redigering.

En stor del av min tid gick åt till planeringen av bilderna, i och med att nästan varje bild skildrar olika karaktärer. De fick med andra ord inte bli för lika. Planeringen av några av dräkterna började egentligen långt innan själva examensarbetet, men de flesta skapade jag under andra halvan av 2022. Totalt tio av bilderna har element i dräkterna jag själv har sytt, varav sju bilder har plagg som jag designat och sytt sedan sommaren 2022. Både i fråga om dräkternas design och bildserien fick jag också inspiration av teckningar jag gjort tidigare, och skissade upp några av bilderna på papper innan jag började, eller under mina fotograferingstillfällen.

Jag bestämde mig tidigt att jag ville fotografera bildserien som självporträtt, snarare än porträtt på andra, eftersom flera av karaktärerna är baserade på mina personliga dagdrömmar och syn på verkligheten. Risken är även att jag skulle förlora min syn på figurerna i modellernas tolkning av dem. Detta kan naturligtvis vara positivt i andra projekt, men i det här sammanhanget tyckte jag inte att det skulle passa.



Processbilder av dräkterna (arkivbilder)



Fotograferandet gjorde jag ensam i skolans fotostudio med kameran inställd på självutlösning. Med den kamera jag använde innebar detta i praktiken att den automatiskt tog nio bilder med tre sekunders mellanrum. Från att jag tryckte på slutarknappen väntade den även tio sekunder innan första bilden togs, vilket gav mig bra med tid att ställa upp mig. I uppställningen av kameran och blixterna använde jag ett stativ i min längd som referens för att inte behöva ta så många onödiga testbilder med mig själv som modell. Det underlättade även att ställa in fokuset på rätt avstånd från kameran. På så sätt kunde jag märka ut den exakta positionen med en bit tejp på golvet för att veta var jag skulle stå i bilden. Trots det var det ibland svårt att få det helt rätt eftersom jag som levande varelse, till skillnad från ett stativ, aldrig kan vara helt stilla.

Ljussättningen började jag med att ställa upp två blixter antingen likt till de visuella referenserna eller enligt den mentala bilden av hur jag ville att det skulle se ut. I och med att det var självfotografi, måste jag justera ljuset en hel del alltefter under fotograferingen för att hitta det jag var ute efter. Målet varierade förstås lite från bild till bild, men processen var densamma med två ljus på modellen, och i vissa fall ett skilt ljus på bakgrunden.



Processbild från ett fotograferingstillfälle i studion

Det som visade sig mest utmanande under fotograferingen var att fånga rätt ansiktsuttryck och posering / ställning i förhållande till ljuset. Bilderna med någon rörelse (såsom vind i kjolen) krävde många försök för att uppnå ett bra resultat, i och med att jag måste vända mig i precis rätt ögonblick för att det skulle se bra ut på bild. På grund av alla dessa små element krävde det många försök att få just de bilder jag var nöjd med. Detta ledde även till ett utmanande bildval, i och med att bilderna från samma fotograferingstillfälle kunde se väldigt lika eller väldigt olika ut. Till urvalet lade jag främst fokus på hur ljuset träffar ansiktet, ansiktsuttryck, och hur kläderna faller i bilderna.

Några av detaljerna fotograferade jag skilt för sig för att sedan kunna lägga till dem i rätt bilder under redigeringsprocessen. Till dessa objekt hörde bland annat skuggfigurerna, ”Rödluvans” bok och löven.



Processbilder

5 (ETT PAR) BILDBESKRIVNINGAR

Den första och den sista bilden (se sida 29 och 51) i serien skildrar samma karaktär. Detta var viktigt för mig i och med att karaktären i dessa två bilder utspelar ”jaget” i dagdrömmarna.

De fyra bilderna av dockföraren (sida 44-45) representerar bron till livet utanför dagdrömmarna. Dessa bilder gjorde jag enligt hur jag tolkade mina drömmars påverkan på mitt beteende, samt min stil, med lite hjälp av det tidigare nämnde samtalet mellan mig och min kompis. Jag försökte i bilderna uttrycka hur drömmarna började mera lättsamt och lekfullt, och hur de gradvis syntes mera i min stil utåt och tog allt mera över energin och kontrollen av mitt liv i världen omkring. I och med att förändringen i sig skedde gradvis över flera år kunde jag inte uttrycka det med endast två bilder.

Många av mina dagdrömmar är väldigt diffusa när jag försöker tänka tillbaka på dem, men en del av dem lever ännu kvar som tydliga minnen. Det började med att jag bara drömde till mig en grupp kompisar att hålla mig sällskap på holmen där min familj har sommarstuga. Vi var sju kompisar, inklusive mig själv, som sprang omkring i gräset och skrattade tillsammans. Jag kunde höra dem och se dem, men var samtidigt väldigt medveten om att ingen annan såg dem. De hade alla sina egna personligheter, liv och målsättningar.

Senare under dagdrömmarna började jag även drömma bort mig till andra världar, där karaktärerna var mer hemma. Jag, genom mina dagdrömmar, bildade länken mellan dessa världar, och var den samma oberoende var jag befann mig. Varje värld var full med liv och möjliga äventyr, men trots att de fungerade enligt sina egna regler kunde de emellanåt kollidera med varandra. Detta kunde bland annat innebära att någon vän till drakar kom i kontakt med världar där drakar inte var lika populära.



6 SAMMANFATTNING

”Humans need fantasy to be human.”

”You need to believe in things that aren’t true, how else can they become?”

(*The Hogfather*, 2006).

Detta citat tycker jag sammanfattar mina tankar bakom arbetet. Enligt min uppfattning underskattar många människor dagdrömmar och fantasi, trots att de har stor betydelse för personlig utveckling och fungerar som inspirationskällor för den kreativa processen.

Arbetet har gett mig mycket och varit en lättnad att kunna göra. Bearbetningen av mina erfarenheter i detta arbete har både lärt mig mycket om mig själv som människa och hjälpt mig utveckla mina tekniska kunskaper. Det har även främjat användningen av dessa erfarenheter för framtida projekt. Arbetet har hjälpt mig i en helande process i och med att jag tidigare inte har talat om ämnet med någon. Det var en ribba jag kom över med att bearbeta ämnet i mitt arbete.

REFERENSER & KÄLLFÖRTECKNING

Dovas. (2014). 7 Disney-Themed Celebrity Portraits By Annie Leibovitz (blogginlägg). Hämtad 30.01.2023, https://www.boredpanda.com/celebrity-disney-dream-portraits-annie-leibovitz/?utm_source=google&utm_medium=organic&utm_campaign=organic

Feeney, N. (2014). Why Selfies Sometimes Look Weird to Their Subjects, *The Atlantic*. Hämtad 16.12.2022, <https://www.theatlantic.com/health/archive/2014/03/why-selfies-sometimes-look-weird-to-their-subjects/359567/>

Jean, V. (regissör/författare), Pratchett, T. (bokens författare). (2006). *Hogfather* [TV-film]. Storbritannien: 3 Mills Studio.

Lacan, J. (1973). *The Four Fundamental Concepts of Psycho-Analysis*.

Morton, K. (2021). *Traumatized: Identify, Understand, and Cope with PTSD and Emotional Stress*

MoMA. Information om Cindy Sherman, hämtad 15.02.2023, <https://www.moma.org/artists/5392>

Nationalencyklopedin. Definition av termen verklighet, hämtad 7.12.2022, <https://www.ne.se/uppslagsverk/ordbok/svensk/verklighet>

Sigurðardóttir, S. (2020). Poetic Storytelling in Contemporary Photography. Relation to Nature and the Poesis of Everyday Life in Works of Selected Artist in Iceland and Other Nordic Countries. *Arts*, 9, 129. <https://doi.org/10.3390/arts9040129>

Tiozzo, M. (2011). Om fiktion och verklighet. *Filosofisk tidskrift*, nr 1, (s. 18–30). www.filosofisktidskrift.se

BILDREFERENSER & KÄLLFÖRTECKNING

1. *Where Your Destiny Awaits*, (2014) Ur serien *Disney Dream Portraits*, Annie Leibovitz. Hämtad 05.02.2023. https://www.boredpanda.com/celebrity-disney-dream-portraits-annie-leibovitz/?utm_source=google&utm_medium=organic&utm_campaign=organic

2. *Untitled Film Still #21* (1978), Cindy Sherman. Hämtad 10.02.2023. https://www.moma.org/learn/moma_learning/cindy-sherman-untitled-film-stills-1977-80/

3-4. *Once Upon a Time in Wonderland* (2013) <https://www.kino.de/serie/once-upon-a-time-in-wonderland/> hämtad 30.01.2023 (3), skärmdump från avsnitt 1 (4)

5. Whedon, J. (regissör / författare), Penn, Z. (författare). (2012). *The Avengers* [Film / -affish]. USA: Marvel Studios. Affish fotograferad av Peter Tangen. Hämtad 30.01.2023, http://www.impawards.com/2012/avengers_ver6.html

6. Jackson, P. (regissör/författare), Walsh, F. (författare), Boyens, P. (författare), del Toro, G. (författare), Tolkien, J. R. R. (bokens författare). (2014). *The Hobbit: Battle of the Five Armies*. Hämtad 10.02.2023, http://www.impawards.com/2014/hobbit_the_battle_of_the_five_armies_ver4.html

Process- och referensbilder ur eget arkiv

























Examensarbete för medianom (YH)-examen
Medianom YH (fotografi)
Jakobstad 2022

Yuka Almay