

Quando la parola non basta: accesso *embodied* e mediazione visuale nella narrazione di sé

Michele Baldassarre ¹, Valeria Tamborra ¹ e Donatella Azzollini ^{1, *}

¹ Università degli Studi di Bari – University of Bari; michele.baldassarre@uniba.it; valeria.tamborra@uniba.it; donatella.azzollini@uniba.it

* Correspondence: valeria.tamborra@uniba.it;

Abstract: Le pratiche autobiografiche sono frequentemente utilizzate in ambito educativo come dispositivi che possono sostenere processi di riflessività e consapevolezza, senza che tali esiti siano assunti come generalizzabili. Nel presente contributo, per accesso *embodied* si intende la possibilità di avviare la narrazione di sé attraverso risorse corporee, percettive e visuali oltre che verbali; per mediazione *embodied*, l'impiego del corpo, del gesto e dell'immagine come mediatori dell'elaborazione autobiografica; per pratiche autobiografiche *embodied*, le pratiche in cui la produzione e l'interpretazione del racconto coinvolgono esplicitamente corporeità, percezione e azione. La scrittura autobiografica agisce come dispositivo di mediazione che organizza il vissuto secondo logiche di linearità e coerenza narrativa. Tuttavia, l'esperienza vissuta può presentarsi in forma frammentaria e, in specifici contesti caratterizzati da fragilità linguistiche o sociali e da condizioni istituzionali o psicosociali, il linguaggio scritto può costituire una soglia di accesso problematica. Queste condizioni, eterogenee tra loro, sono considerate separatamente e non come una categoria unitaria di «fragilità». A partire da tali premesse, il contributo, di natura teorico-argomentativa, propone una riflessione sull'ampliamento delle condizioni di accesso alla narrazione di sé attraverso pratiche autobiografiche *embodied* e visuali. In particolare, prende in esame il metodo SPEX di Cristina Núñez sulla base della letteratura e dei materiali ufficiali del metodo. L'autoritratto fotografico è analizzato come possibile forma di mediazione *embodied*: il soggetto può vedersi dall'esterno, prendere distanza da sé e riconoscersi attraverso frammenti corporei, posture, espressioni e dettagli non facilmente verbalizzabili. Nel metodo SPEX il corpo fotografato può assumere una funzione di traduzione simbolica e ri-significazione del corpo vissuto. Le potenzialità trasformatrici discusse nel contributo sono intese come finalità dichiarate o ipotesi pedagogiche circoscritte ai contesti e alle evidenze considerate, non come effetti generalizzabili.

Parole Chiave: autobiografia *embodied*; autobiografia visuale; metodo SPEX.



Copyright: © 2026 by the authors.
Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

¹ Sebbene gli autori abbiano condiviso l'intero impianto concettuale del contributo, si attribuisce a Michele Baldassarre la scrittura dei paragrafi: 1. Introduzione: Le pratiche autobiografiche nei contesti formativi; 4. Conclusioni: pluralizzare l'accesso alla narrazione di sé. A Valeria Tamborra si attribuisce la scrittura del paragrafo 2. Corpo, cognizione e immagine nella pratica autobiografica. A Donatella Azzollini si attribuisce la scrittura del paragrafo 3. SPEX: una pratica autobiografica *embodied* e visuale.

1. Introduzione: le pratiche autobiografiche nei contesti formativi

Raccontare la propria storia è un esercizio complesso: non si tratta semplicemente di tornare indietro, recuperare alcuni episodi e disporli lungo una linea temporale. La memoria procede per frammenti: fa emergere alcuni dettagli e ne lascia altri in ombra; alcuni ricordi tornano con ostinazione, mentre altri cambiano consistenza nel tempo. La pratica autobiografica lavora dentro questa materia instabile: attraversa il passato senza ricostruirlo, lo espone a domande che appartengono al presente e può attivare processi di ri-significazione del sé con una possibile funzione pedagogica e trasformativa.

L'autobiografia è un metodo formativo (Cambi, 2002). Il soggetto torna sulla propria traiettoria esistenziale, riconosce legami prima non visibili e, attribuendo significati nuovi agli eventi, fa un lavoro di interpretazione. Il suo valore formativo è legato alla possibilità di rileggere la traiettoria esistenziale in un movimento di allontanamento e, nello stesso tempo, di avvicinamento alla propria storia.

Il movimento di bilocazione cognitiva (Demetrio, 1996) nasce dalla coincidenza tra narratore e narrato: l'autobiografo è dentro il proprio racconto e, allo stesso tempo, lo osserva dall'esterno. Questa oscillazione permette di sottrarre l'esperienza all'immediatezza, mentre la scrittura introduce uno scarto entro il quale ciò che è stato vissuto può essere riconsiderato.

Quando la pratica autobiografica avviene in gruppo, anche l'elemento della relazionalità diventa centrale. La storia dell'altro, quando viene condivisa, può diventare una superficie che riflette qualcosa di chi ascolta. Le esperienze condivise in gruppo producono risonanze e differenze attraverso cui ciascuno può, da un lato, riconoscersi come parte di un movimento collettivo e, dall'altro, riconoscersi nella propria singolarità: le singole biografie entrano in una composizione corale senza perdere la loro irriducibilità (Benelli & Pedretti, 2017).

Nelle pratiche autobiografiche, prevale l'utilizzo della scrittura come *medium* principale della narrazione.

La scrittura dà forma alla memoria. Il racconto scritto non è la trascrizione secondaria di un significato già interamente disponibile nella coscienza: nel gesto di scrivere, il vissuto narrato si definisce, si organizza e si interpreta (Derrida, 1967).

Però la scrittura, nelle pratiche autobiografiche, può diventare un automatismo e spesso si tende a sottovalutare che non tutte le esperienze trovano una forma verbale.

Alcuni vissuti resistono alla verbalizzazione e la parola scritta non sempre costituisce il primo varco attraverso cui avvicinarli: vi sono dimensioni dell'esperienza autobiografica che non trovano un'immediata codificazione verbale. Per questo, soprattutto in determinati contesti, può essere necessario ricorrere ad altri *media* e ad altri linguaggi per consentire e favorire l'accesso alla narrazione di sé.

Nota metodologica. Il contributo adotta un'impostazione teorico-argomentativa e propone una lettura pedagogica del metodo SPEX sulla base di una selezione ragionata della letteratura e dei materiali ufficiali disponibili. Le fonti sono state selezionate secondo criteri di pertinenza tematica, rilevanza concettuale e aderenza a quattro nuclei: autobiografia formativa; corporeità ed *Embodied Cognition*; fotografia e autoritratto; descrizione del metodo SPEX. L'integrazione delle fonti avviene per confronto tematico tra questi nuclei, senza configurarsi come revisione sistematica. La descrizione del metodo e delle attività SPEX deriva principalmente da Núñez Salmerón (2021) e, per gli aspetti procedurali, dal sito ufficiale The Self-Portrait

Experience (s.d.); il contributo non presenta osservazioni dirette degli autori sui laboratori SPEX. Non è stata condotta una valutazione sperimentale dell'efficacia. Di conseguenza, le formulazioni relative a funzioni o potenzialità trasformative sono presentate come ipotesi interpretative o finalità dichiarate, non come risultati generalizzabili. Sul piano terminologico, nel contributo si adotta «visuale» per indicare la dimensione mediatica e culturale dell'immagine, mentre «visivo» è riservato, ove necessario, agli aspetti strettamente percettivi.

2. Corpo, cognizione e immagine nella pratica autobiografica

La scrittura è uno strumento prezioso nella pratica autobiografica, ma non è un canale neutro o accessibile in tutti i contesti. A volte può trasformarsi in una soglia troppo stretta che rende più difficile l'accesso alla pratica autobiografica.

Scrivere di sé richiede familiarità con la lingua, capacità di selezionare gli episodi e fiducia nella scrittura. In alcuni contesti educativi, però, la pagina bianca non apre necessariamente uno spazio di libertà e può diventare una prova. Soprattutto in situazioni di fragilità linguistica e sociale, quando i percorsi scolastici sono stati frammentari, quando la scrittura è stata vissuta a lungo come un luogo di valutazione, quando mancano le parole o la lingua disponibile non coincide pienamente con la lingua dell'esperienza, la scrittura può allontanare invece di avvicinare.

Nei contesti plurilingui una persona può usare con sicurezza la lingua del paese di arrivo per lavorare, muoversi nella città, affrontare una conversazione quotidiana, ma non trovare in quella lingua le parole per raccontarsi.

Gli studi sulle autobiografie linguistiche sottolineano che lingue diverse possono associarsi a domini d'uso e risonanze affettive differenti: alcune sono maggiormente legate alla casa, altre alla scuola o al lavoro, altre ancora alle procedure istituzionali o alla riflessione. Questa lettura, qui sintetizzata e non proposta come citazione letterale, è coerente con la distinzione discussa da Azzollini e Baldassarre (2024) tra una lingua maggiormente legata alla riflessione e una lingua maggiormente legata agli affetti.

Nei laboratori di autobiografia linguistica realizzati in contesti plurilingui, l'impiego di sagome corporee, fotografie e colori ha permesso di lavorare su tale stratificazione (Azzollini & Baldassarre, 2024; Baldassarre & Azzollini, 2025b). La rappresentazione visuale, in questi casi, non interviene come decorazione di un contenuto già elaborato verbalmente, ma può diventare il punto di avvio della narrazione.

Ogni autobiografia è la storia di un corpo. Il corpo è il luogo concreto nel quale la vita è accaduta e porta su di sé i segni delle trasformazioni, delle rinunce, dei fallimenti e dei successi. È, allo stesso tempo, spazio della trasformazione e del futuro, nel quale si concentrano conflitti e prospettive.

Nelle scritture diaristiche, che sono una particolare forma di scrittura autobiografica, il corpo è presente anche quando non viene nominato in modo esplicito. Entra nel racconto e attraversa la vita quotidiana attraverso il sonno, il cibo, la stanchezza, il lavoro e la malattia. Nel diario si può raccontare un dolore, annotare una febbre, descrivere una gravidanza, il ciclo mestruale, una trasformazione fisica o la paura dell'invecchiamento; si può scrivere del desiderio, della sessualità e dei rapporti intimi.

Boter et al. (2022) osservano che, nonostante questa presenza costante, gli studi sui diari hanno dedicato al corpo un'attenzione discontinua e marginale, come se la narrazione fosse una cosa separata dal corpo che la produce. Leggere i diari cercando il corpo significa allora spostare lo sguardo e non fermarsi a ciò che il soggetto dice di sé, ma osservare anche come vive, come sente, come resiste, come attraversa il tempo proprio attraverso il corpo.

L'autobiografia corporea può configurarsi come pratica formativa orientata alla consapevolezza (Zedda, 2024). Ripensare la storia del proprio corpo, rileggere abitudini, cambiamenti ed esigenze significa reinterpretare le trasformazioni corporee e negoziarne il significato, senza presupporre esiti uniformi di accettazione o superamento. Nella storia del corpo si sedimenta la storia esistenziale del soggetto.

Anche Duccio Demetrio (2024) approfondisce questa relazione, affermando che la scrittura stessa è esperienza corporea. Scrivere richiede un gesto, una postura, un ritmo, mette in contatto il corpo con uno strumento — la penna, la tastiera, lo schermo — e con una superficie. Anche quando, nel racconto, il corpo non sembra costituire un tema esplicito, la corporeità è presente nelle esitazioni, nelle omissioni, nei pudori e nella stanchezza.

L'*Embodied Cognition* si colloca nel dialogo tra psicologia, neuroscienze, scienze motorie e ricerca educativa (Gomez Paloma et al., 2016). Le condizioni percettive e motorie sono centrali nella relazione tra soggetto e ambiente; il corpo non è un contenitore, ma uno strumento di conoscenza: agisce, percepisce, incontra oggetti, misura distanze, assume posture e costruisce abitudini.

Nell'autobiografia *embodied* il corpo può diventare un linguaggio e un dispositivo di conoscenza del sé; a volte può anticipare o dare avvio al racconto.

Il dualismo tra io razionale, incaricato di produrre il racconto, e corpo inteso come oggetto da descrivere non appare adeguato alla prospettiva *embodied* qui assunta. L'io narrante è situato e racconta una storia fatta di sensi, affetti e relazioni, una storia incarnata che si sviluppa a partire dal proprio corpo abitato. Non c'è una mente che elabora e un corpo che esegue: la conoscenza prende forma dentro un organismo situato, in relazione con l'ambiente.

Nelle pratiche autobiografiche *embodied*, dunque, la scrittura può essere affiancata da mediatori capaci di coinvolgere lo sguardo, il gesto, il movimento e l'immagine.

Per questo, nel presente contributo, si intende descrivere il metodo The Self-Portrait Experience (SPEX), una metodologia in cui il soggetto entra in rapporto con la propria esperienza attraverso l'atto corporeo e visuale dell'autoritratto.

Nelle pratiche autobiografiche, le fotografie possono assumere un posto centrale.

La fotografia può essere utilizzata in modo didascalico per esigenze legate alla ricostruzione cronologica, soprattutto nelle storie di famiglia, dove gli archivi fotografici consentono di ricostruire sequenze e passaggi della storia familiare. Esistono però anche pratiche autobiografiche in cui la fotografia non è accessoria alla narrazione, ma contribuisce a costruirla attraverso un altro linguaggio.

La fotografia può essere utilizzata non solo per raccontare, ma anche per intercettare resistenze nella narrazione, vuoti ed elementi omessi o difficili da verbalizzare. Può favorire un lavoro di tessitura dei frammenti e di risignificazione, aprendo la possibilità di uno sguardo differente sul proprio passato e sul proprio futuro.

Il corpo fotografato può essere percepito come proprio e, al tempo stesso, come estraneo; davanti a una fotografia può prodursi uno scarto tra riconoscimento ed estraneamento. Il soggetto raffigurato coincide con chi si autoritrae, ma l'immagine può essere esperita come una forma di alterità.

Un altro elemento da considerare nel lavoro autobiografico con la fotografia è il modo in cui si organizza il tempo: l'immagine può sovrapporre più piani temporali, facendo riemergere il passato nello sguardo del presente e aprendo una riflessione sul futuro.

3. SPEX: una pratica autobiografica *embodied* e visuale

All'interno di questa cornice, il metodo The Self-Portrait Experience (SPEX), ideato dall'artista Cristina Núñez, costituisce il caso analizzato nel presente contributo.

Secondo la descrizione del metodo, l'autoritratto fotografico viene impiegato con la finalità di far emergere espressioni meno controllate o meno riconosciute dal soggetto (Núñez Salmerón, 2021), senza assumere tale esito come automatico.

La pratica autobiografica di Núñez inizia nel 1988, quando l'artista rivolge l'obiettivo fotografico verso sé stessa per confrontarsi con l'autostigma legato alla dipendenza da eroina vissuta durante l'adolescenza. Nel racconto dell'autrice, questo passaggio costituisce l'origine biografica del successivo sviluppo del metodo (Núñez Salmerón, 2021).

Dal 2004, secondo Núñez Salmerón (2021), questa ricerca personale viene tradotta in una metodologia proposta attraverso workshop in contesti differenti, tra cui istituti penitenziari, percorsi di recupero da dipendenze, servizi di salute mentale, scuole, musei e attività rivolte ad adolescenti. Si tratta di contesti tra loro eterogenei; il loro accostamento descrive l'ampiezza delle applicazioni riportate dall'ideatrice, ma non implica la trasferibilità automatica di obiettivi, procedure o risultati da un contesto all'altro.

Nel protocollo SPEX possono comparire espressioni che il soggetto non aveva intenzione di mostrare o che riconosce solo parzialmente. Il metodo assume questo scarto come possibile materiale di lavoro autobiografico, secondo la descrizione dell'autrice (Núñez Salmerón, 2021).

Nel quadro metodologico proposto da Núñez, l'autoritratto SPEX viene distinto operativamente dal *selfie*, senza assumere che tutte le pratiche di autorappresentazione digitale siano omogenee. Nella descrizione dell'autrice, il *selfie* tende a prevedere un controllo preventivo dell'inquadratura e dell'espressione e una selezione dell'immagine da condividere; l'autoritratto SPEX, invece, è organizzato in modo da ridurre parte di questo controllo. Il momento preciso dello scatto resta parzialmente imprevedibile e, per alcuni secondi, la persona non sa esattamente quando verrà fotografata: in tale condizione può emergere un'espressione meno controllata (Núñez Salmerón, 2021).

Nella metodologia SPEX l'autoritratto viene prodotto nel corso di un'esperienza guidata e all'interno di un *setting*. In ottica pedagogica, può essere utile interrogare il rapporto tra artificiale e autentico: quali immagini vengono percepite come autentiche e quali come artificiali? A volte il soggetto può non riconoscersi in un autoritratto perché percepisce l'immagine come artificiosa; in altri casi può respingerla perché vi riconosce aspetti che non desidera vedere. L'indicazione metodologica di non cancellare immediatamente le immagini va intesa come parte

del protocollo SPEX e non come una prescrizione generalizzabile. Le immagini, a volte, possono restituire un corpo che non piace o nel quale non ci si riconosce; sostare davanti a ciò che produce fastidio può costituire, entro un *setting* adeguatamente condotto, un'occasione di riflessione.

Nella metodologia SPEX anche l'autoritratto senza soggetto può diventare un'occasione per guardarsi senza comparire direttamente nell'immagine. Ciò può avvenire fotografando luoghi, paesaggi, oggetti, scritte o immagini astratte in cui il corpo non compare nell'inquadratura, ma resta implicato nella scelta e nella costruzione dell'immagine. Non tutto deve essere esplicitato: un luogo può rappresentare una persona senza mostrarla.

Un'altra attività del metodo SPEX consiste nell'accostare fotografie di famiglia e autoritratti per costruire relazioni visuali inedite, non necessariamente genealogiche, e aprire nuove piste interpretative. In questo lavoro può essere richiamato il *punctum* di Barthes, inteso come il dettaglio contingente che «punge» lo spettatore (Barthes, 1980, p. 28).

Il metodo prevede inoltre un lavoro strutturato sulla percezione delle immagini, svolto individualmente e nel gruppo. Secondo la descrizione di Núñez Salmerón (2021), la lettura condivisa evita di attribuire alle fotografie significati univoci e considera la pluralità delle percezioni. Una stessa immagine può essere letta in modi differenti e diventare un luogo di confronto tra interpretazioni.

L'incontro con la propria fotografia può produrre sensazioni di estraneità.

Nel contesto penitenziario, Núñez Salmerón (2021) presenta dati raccolti tra il 2011 e il 2015 in carceri spagnole, italiane e norvegesi su 148 persone detenute che avevano partecipato a workshop SPEX, attraverso questionari a risposta aperta e feedback non strutturati. Tra gli 88 rispondenti alla domanda relativa alla possibilità di vedersi da un punto di vista diverso, 80 (91%) risposero «sì»; rispetto alla percezione dei compagni, 67 degli 81 rispondenti (82,7%) risposero «sì».

Questi dati, auto-riferiti e presentati dall'ideatrice del metodo, documentano percezioni di cambiamento nel campione considerato, ma non consentono di inferire un'efficacia generale del metodo. Il presente contributo non riporta osservazioni dirette degli autori in ambito penitenziario. In questo quadro, l'autoritratto può essere interpretato come un dispositivo che introduce una discontinuità rispetto alla riduzione della persona detenuta al reato o al ruolo attribuito dall'istituzione.

La letteratura sul metodo segnala applicazioni in contesti penitenziari, nei servizi di salute mentale, nei percorsi di recupero da dipendenze e con adolescenti (Núñez Salmerón, 2021). Tali situazioni differiscono per obiettivi, vulnerabilità, vincoli istituzionali e bisogni di tutela; pertanto, le modalità d'uso e gli esiti descritti in un contesto non sono automaticamente trasferibili agli altri. La dimensione politica attribuita a SPEX dall'ideatrice riguarda la possibilità che l'autorappresentazione contrasti rappresentazioni sociali rigide e stigmatizzanti, ma va distinta dalla dimostrazione di un effetto trasformativo generalizzato.

Occorre distinguere tra la condivisione dell'immagine all'interno di un *setting* laboratoriale circoscritto e la pubblicazione verso un pubblico esterno. Nel primo caso la visibilità può essere limitata al gruppo e regolata dalle condizioni del laboratorio; nel secondo l'immagine entra in circuiti di diffusione più ampi e potenzialmente persistenti. Rendere pubblica un'immagine in cui il soggetto si espone in condizioni di vulnerabilità non è quindi un passaggio neutro e non può

essere assunto come intrinsecamente trasformativo. La pubblicazione dei progetti autobiografici può svolgere una funzione di disseminazione e, nell'impostazione di Núñez Salmerón (2021), mira a favorire nel pubblico processi di identificazione, confronto o prossimità; tali effetti costituiscono finalità dichiarate, non risultati empiricamente documentati nel presente contributo.

Quando il metodo coinvolge minorenni, persone detenute, persone in percorsi di recupero da dipendenze o persone inserite in servizi di salute mentale, sono necessarie cautele ulteriori: consenso informato e realmente libero; comprensione degli usi previsti dell'immagine; possibilità di non esporre l'opera e, per quanto praticabile, di revocare il consenso prima della diffusione; tutela della privacy e del diritto all'immagine; valutazione del rischio di riattivazione del disagio; separazione tra la partecipazione al laboratorio e l'autorizzazione alla pubblicazione. Nei contesti caratterizzati da asimmetrie istituzionali, la volontarietà della partecipazione e della diffusione delle immagini richiede particolare attenzione.

Nel presente contributo SPEX è discusso come pratica artistica e pedagogica con potenzialità trasformative dichiarate. Il termine «trasformativo» non è utilizzato come sinonimo di «terapeutico»: eventuali finalità cliniche richiedono *setting*, competenze professionali e protocolli specifici, che non sono oggetto di questo lavoro.

In questa prospettiva, l'interesse pedagogico del metodo viene individuato nella possibilità di lasciare aperto uno spazio di esplorazione. L'autoritratto non consegna necessariamente una risposta né stabilisce chi è il soggetto; può piuttosto esporlo a un'immagine che gli appartiene e che, almeno in parte, resta da interpretare.

4. Conclusioni: pluralizzare l'accesso alla narrazione di sé

Il caso SPEX riporta al centro una questione che attraversa le pratiche autobiografiche: da dove può iniziare un racconto? La scrittura conserva una funzione essenziale: introduce una distanza, rallenta il pensiero, permette di tornare su un passaggio e di modificarlo, ma non può essere considerata come l'unico accesso alla narrazione di sé.

Pluralizzare i dispositivi autobiografici significa moltiplicare le possibilità; la fotografia può precedere la parola, la sagoma corporea può rendere visibile una storia linguistica, una sequenza di immagini può mostrare legami che una narrazione cronologica avrebbe attenuato. Il rischio, nelle pratiche educative, è quello di chiedere troppo presto una forma ordinata, un testo coerente, una successione leggibile al materiale autobiografico che è per sua natura spezzato o contraddittorio, al quale si può accedere solo lateralmente. La fotografia offre questo accesso laterale, lascia convivere elementi differenti nello stesso spazio, mantiene aperta una zona di incertezza.

Il corpo, a sua volta, introduce un sapere che non è ancora interamente riflessivo, ricorda senza costruire necessariamente un racconto. Nella pratica autobiografica *embodied* il corpo non viene chiamato in causa soltanto come tema. È dal corpo che si parla, si guarda, si sceglie una fotografia, si decide di scartarne un'altra e poi, forse, di recuperarla.

Il metodo SPEX suggerisce una direzione: costruire spazi nei quali la narrazione possa iniziare da un'immagine, da un corpo o da un gesto, lasciando che la parola arrivi dopo oppure resti accanto alla fotografia, senza assorbirla completamente. La narrazione di sé non coincide con la ricerca di una versione definitiva della propria

storia: è un lavoro aperto. A volte avanza attraverso le parole e a volte passa da un'immagine che resiste alle parole. È proprio in questa resistenza che può aprirsi un nuovo racconto.

Alla luce della natura teorico-argomentativa del contributo e dei limiti delle evidenze considerate, queste possibilità vanno intese come ipotesi pedagogiche da verificare e contestualizzare, non come indicazioni di efficacia generalizzabile.

Bibliografia

- Azzollini, D., & Baldassarre, M. (2024). L'uso del laboratorio di scrittura autobiografica nei Centri di istruzione per gli adulti. Una buona pratica. *LLL - Lifelong Lifewide Learning*, 22(45), 489–493.
<https://doi.org/10.19241/lll.v22i45.907>
- Baldassarre, M., & Azzollini, D. (2025a). Autobiografia, memoria e formazione attraverso le fotografie di famiglia. In V. Berardinetti, P. Limone, & G. A. Toto (a cura di), *Apprendimento e strategie didattiche mediate dalla Visual Education: orizzonti di ricerca e azione. Atti del convegno ASTERA 2025* (pp. 38–46). Il Capoverso.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.17510886> (ISBN 979-12-985275-8-4)
- Baldassarre, M., & Azzollini, D. (2025b). L'autobiografia linguistica in contesti plurilingue: meticciamenti, introspezioni e transculturalità. *IUL Research*, 6(11), 5–20.
<https://doi.org/10.57568/iulresearch.v6i11.712>
- Barthes, R. (1980). *La camera chiara: Nota sulla fotografia*. Einaudi.
- Benelli, C., & Pedretti, A. (2017). *La formazione autobiografica in gruppo*. Unicopli.
- Boter, B., Hoegen, E., Simon-Martin, M., & Vermeer, L. (2022). 'Dear diary, dear body': Reading embodied and narrated selves. *Life Writing*, 19(2), 159–167. <https://doi.org/10.1080/14484528.2022.2015271>
- Cambi, F. (2002). *L'autobiografia come metodo formativo*. Laterza.
- Demetrio, D. (1996). *Raccontarsi. L'autobiografia come cura di sé*. Raffaello Cortina.
- Demetrio, D. (2024). Scrivere il proprio corpo. Autobiografia come vana ricerca dell'io. *Autobiografie. Ricerche, pratiche, esperienze*, 5, 13–21.
- Derrida, J. (1967). *De la grammatologie*. Les Éditions de Minuit.
- Gomez Paloma, F., Ascione, A., & Tafuri, D. (2016). Embodied cognition: Il ruolo del corpo nella didattica. *Formazione & Insegnamento*, 14(1 suppl.), 75–87.
<https://ojs.pensamultimedia.it/index.php/siref/article/view/1879>
- Núñez Salmerón, C. (2021). The Self-Portrait Experience (SPEX), an art tool for individual and social transformation. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 16, 147–158.
<https://doi.org/10.5209/arte.72095>

Sontag, S. (1978). *Sulla fotografia. Realtà e immagine nella nostra società*. Einaudi.

The Self-Portrait Experience. (s.d.). *The method*. Consultato il 13 giugno 2026, da <https://selfportrait-experience.com/the-method/>

Zedda, M. (2024). Appunti sul benessere e l'autobiografia “corporea”. *Journal of Health Care Education in Practice*, 6(2), 153–158. <https://doi.org/10.14658/pupi-jhcep-2024-2-14>