

## **La natura della memoria autobiografica e l'autobiografia linguistica Il metodo autobiografico nella linguistica educativa per gli anziani<sup>1</sup>**

Mario Cardona  
Università degli Studi di Bari  
mario.cardona@uniba.it

Maria Cecilia Luise  
Università degli Studi di Udine  
cecilia.luise@uniud.it

### **Abstract**

Autobiographical memory is an essential part of long-term memory. It intersects cognitive processes, current emotions related to the memory of oneself past, and thought about oneself and one's goals and purposes. Autobiographical memory joins past with future of an individual. By it everyone forms an idea about himself/herself.

Starting from the features of autobiographical memory it is possible to elaborate an autobiographical method. This paper aims to analyse the main features of the autobiographical memory within the perspective of the language education of the elderly. It will especially focus on the model of language autobiography as an educational and training tool for the language education of the adults and elderly.

### **Keywords**

Autobiographical memory; language autobiography; autobiographical method; language education of the elderly

### **1. La natura della memoria autobiografica**

La memoria autobiografica è coinvolta in diverse funzioni nell'architettura della memoria umana. Essa dipende da due processi definiti di ricollezione (*recollection*) e familiarità (*familiarity*). Il processo di ricollezione è riconducibile alla memoria episodica, all'esperienza consapevole del ricordo, mentre la familiarità è propria della memoria semantica, ossia inerente all'esperienza del conoscere (cfr. Yonelinas 2002: 446). Essa, dunque, è un particolare aspetto della memoria a lungo termine, che comprende sia la componente episodica che quella semantica. Il contenuto specifico della memoria autobiografica, il ricordo delle proprie esperienze di vita, la propria autobiografia, implica, inoltre, una relazione complessa con l'universo emotivo e affettivo dell'individuo e con le sue conoscenze e relazioni con il mondo. Ricordare episodi della propria vita, riportarli alla coscienza, è un atto consapevole di memoria, ma il processo ricostruttivo del proprio passato è il frutto di tanti fattori: la percezione di noi stessi, la coscienza auto-noetica, il ricordo emotivo, la connotazione positiva o negativa che attribuiamo ad un certo ricordo, l'immagine che abbiamo di noi, non solo all'interno di quel ricordo, ma anche rispetto al momento in cui quel ricordo prende forma e viene rievocato, ecc. La memoria autobiografica contribuisce a formare la nostra stessa identità. Essa organizza e dà significato alla nostra storia personale

---

<sup>1</sup> Mario Cardona è autore dei paragrafi 1-4; Maria Cecilia Luise è autrice dei paragrafi 5-6.

passata, ma è anche la base su cui immaginiamo e progettiamo il futuro:

*After all, autobiographical memories are personally important memory representations. They are the content of the self and define who we are, who we have been, and, importantly, who we can yet become. They enable us to have a past, present and future, in which we exist as individuals (Conway, Williams 2008: 893).*

L'uomo è un essere narrante. Tuttavia, la memoria autobiografica non è solo la rievocazione di un insieme di ricordi passati, ma è anche la consapevolezza di aver vissuto determinati eventi. La meravigliosa facoltà umana di raccontare e di raccontarsi consente a tali eventi di divenire narrazione. La memoria autobiografica si pone dunque al centro del Sé cognitivo ed emotivo. Da un lato essa ci consente di rievocare il nostro passato, il nostro vissuto, dall'altra quel vissuto traccia i confini del concetto di Sé, del concetto che abbiamo di noi stessi. La memoria autobiografica agisce sugli scopi, gli obiettivi di vita che, coerentemente ai suoi contenuti, sviluppiamo nella rappresentazione del nostro futuro:

*Autobiographical memory is memories for the events of one's life. Autobiographical memory is attractive for memory researchers because it constitutes a major crossroads in human cognition, where considerations relating to the self, emotion, goals, and personal meanings, all intersect (Conway, Rubin 1993: 103).*

La ricerca sulla memoria autobiografica, in conseguenza della sua complessità, si sviluppa su diversi aspetti interdisciplinari, che vanno dai modelli cognitivi alle indagini in ambito neuropsicologico, agli aspetti relazionali, interpersonali e socioculturali che la costruzione del ricordo autobiografico implica nella formazione dell'identità culturale soggettiva e collettiva (Conway 2012).

## **2. La natura del ricordo autobiografico: il *self-memory system***

La costruzione del ricordo autobiografico non significa la rievocazione esatta di un evento vissuto in un certo tempo della propria vita. Esso è piuttosto il frutto di un complesso processo di ricollezione che avviene anche sulla base di una conoscenza autobiografica mediata dall'interpretazione affettiva ed emotiva che certi ricordi suscitano nel presente. Il ricordo soggettivo di una esperienza vissuta è il frutto dell'interazione del Sé concettuale, della coscienza auto-noetica che implica il "sapere di aver vissuto determinati eventi", del ricordo episodico di tali eventi e degli schemi semantici, ossia delle rappresentazioni di esperienze simili strutturate in reti concettuali che consentono di interpretare ed interagire con i modelli e le convenzioni sociali e culturali. In alcuni studi (Conway, Pleydell-Pearce 2000; Conway, Singer, Tagini 2004; Conway 2005; Conway, Williams 2008; Conway, Jobson 2012) è stato proposto un modello che presuppone che i ricordi autobiografici siano generati all'interno del cosiddetto *Self-Memory System (SMS)*. Tale sistema è costituito dall'interazione di aspetti dinamici (fluidi) del Sé, consapevoli e temporanei (*working self*) con rappresentazioni del Sé più stabili (cristallizzate) e permanenti che costituiscono la *long-term memory Knowledge base* (Conway, Pleydell-Pearce 2000; Conway, Williams 2008).

### **2.1 Il Sé operativo**

La memoria autobiografica ha il ruolo importante e complesso di tessere il filo del nostro passato con il nostro divenire o ciò che immaginiamo di poter o voler divenire. Ciò presuppone uno sviluppo coerente tra gli scopi, le scelte, i giudizi, i valori e i progetti che

definiscono il concetto di Sé e gli schemi all'interno dei quali le informazioni che abbiamo su noi stessi vengono organizzate e rappresentate. Osserva Markus (1977: 64): “*self-schemata are cognitive generalizations about the self, derived from past experience, that organize and guide the processing of self-related information contained in the individual-social experiences*”.

All'interno del *Self-Memory System* vi è dunque un'importante componente attiva che contiene un repertorio di scopi del Sé, di obiettivi che possono riguardare le diverse sfere della vita, come ad esempio la sfera lavorativa o relazionale, sociale e affettiva. Questa componente, definita Sé operativo (*working self*), contiene il *conceptual self* che riguarda le credenze e le convinzioni, i giudizi e le valutazioni, nonché le immagini che uno ha di se stesso (*Self-images*), che possono essere più o meno stabili, riferite al presente, ma anche al passato e a quelle che potrebbero essere in futuro (Conway, Williams 2008: 896).

Il *working self* presiede alla creazione di nuovi ricordi autobiografici regolando il recupero e l'accesso alle conoscenze autobiografiche di base. Di fronte alle esigenze di una determinata situazione, esso infatti attiva le conoscenze relative a quel contesto in grado di interpretare, ma anche di costruire nuovi ricordi autobiografici. Gli obiettivi del *working self* si fondano sulle conoscenze autobiografiche di base che ne definiscono le caratteristiche e i confini: “*according to our view autobiographical knowledge is encoded through the goal structure of the working self, which also takes a major role in the construction of specific memories during remembering*” (Conway, Pleydell-Pearce 2000: 266).

In tal modo il *working self* è coinvolto sia in fase di codifica che di recupero (Conway Williams 2008). In sostanza il *working self* è in grado di creare le interconnessioni necessarie tra le rappresentazioni della conoscenza autobiografica e i ricordi episodici. Le informazioni autobiografiche di base sono, in certo modo, la conoscenza delle esperienze del passato in cui si sono realizzati, o meno, gli scopi e gli obiettivi del *working self*.

## 2.2 Le conoscenze autobiografiche

Una componente importante del modello di Conway e Pleydel-Pearce (2000) riguarda le conoscenze autobiografiche di base (*autobiographical memory knowledge base*). I ricordi autobiografici possiedono, ovviamente, un diverso grado di specificità e gli autori ne definiscono tre principali livelli, che vanno da quello più astratto (*lifetime period*) a quello corrispondente alle informazioni più specifiche di una determinata esperienza.

### - I periodi di vita

Il primo livello riguarda i periodi di vita (*lifetime period*), ossia segmenti della vita che possono essere identificabili con un inizio ed una fine (anche se a volte in modo sfumato). Essi indicano periodi conclusi nella vita di durata variabile (anni, decenni), ma facilmente identificabili. A volte questi periodi possono sovrapporsi: “quando andavo all'Università vivevo in un appartamento con altri studenti, ecc.”. I periodi di vita costituiscono un repertorio di conoscenze tematiche (Conway e Pleydell-Pearce 2000: 262), di aspetti che riguardano un determinato periodo e una conoscenza temporale rispetto alla sua durata. Conway e Williams (2008: 897) si riferiscono al concetto di storia della vita (*life story*) indicando con esso una rete di conoscenze organizzate in una serie di tematiche che identificano e danno significato all'intera vita. La storia della vita è “*a structure of the conceptual self-representing narrative-like account of a person's life, is considered to also contain representation of culturally generated knowledge such as life scripts*” (Conway, Jobson 2012: 55).

#### - Gli eventi generali

Un secondo livello è rappresentato dagli eventi generali (*general events*). Essi riguardano aspetti più propriamente specifici della conoscenza autobiografica di base. Si riferiscono a periodi più brevi rispetto ai periodi di vita, nell'ordine di giorni, settimane o mesi (Conway, Rubin 1993). Essi sono più legati ad un singolo evento (il giorno del concerto) oppure si riferiscono ad azioni ripetitive (di sera studio musica) sia ad eventi più estesi (la tournée in Germania). Gli eventi generali possono organizzarsi in diversi modi. Ad esempio, possono strutturarsi in mini-storie (Robinson 1992; Conway, Pleydell-Pearce 2000; Conway, Williams 2008), che si riferiscono spesso al ricordo dettagliato di una serie di obiettivi raggiunti rispetto, ad esempio, a determinate abilità (il giorno che ho imparato a nuotare), a determinate conoscenze o sul piano delle relazioni umane (il giorno che ho conosciuto X). All'interno degli eventi generali, inoltre, vi è una particolare categoria rappresentata da ricordi molto vividi relativi alla prima volta che si è fatto qualcosa di particolarmente rilevante, con esito positivo o negativo per il Sé, come ad esempio "la prima volta che si è cercato di baciare X" o "la prima volta che ci si è esibiti in pubblico". Spesso la valutazione positiva o negativa di tali "ricordi della prima volta che" rimane impressa per lungo tempo nella memoria.

#### - Gli eventi specifici

Infine, alla base della gerarchia degli eventi si collocano gli eventi specifici (*Event-Specific Knowledge, ESK*). Si riferiscono ai dettagli, della durata di secondi o ore, di un evento generale. Spesso sono caratterizzati da informazioni di tipo sensoriale/percettivo o da immagini ed emozioni legate ad un evento generale (Mammarella, Di Domenico 2011). Gli eventi specifici consentono in certo modo di rivivere un determinato evento autobiografico. Essi sono, di fatto, i contenuti della memoria episodica, ossia l'altra componente delle cosiddette informazioni autobiografiche di base.

### 3. La curva del ricordo autobiografico

La rievocazione dei ricordi autobiografici non è costante per le varie fasi di età della vita. La distribuzione dei ricordi presenta un andamento ondulatorio con momenti di picco della reminiscenza e momenti in cui i ricordi sono meno presenti. Tale andamento si riscontra come caratteristica generale, anche se la rilevanza soggettiva attribuita ad un certo periodo può influenzare la quantità e la qualità dei ricordi ad esso legati (Cornoldi, De Beni 2005). In genere, i ricordi che risalgono all'età dell'infanzia sono piuttosto scarsi, soprattutto per quelli compresi nella fascia fino ai 5 anni. La difficoltà di accedere ai ricordi di questo periodo della vita viene definita "amnesia infantile". I ricordi invece che risalgono alla fascia di età tra i 10 e i 30 anni diventano molto più accessibili, con un picco tra i 15 e i 25 anni (Cornoldi, De Beni 2005: 103). In quest'epoca della vita l'individuo sviluppa la propria identità sociale, si relaziona con gli altri e affronta molte nuove esperienze sul piano relazionale e personale (Mammarella, Di Domenico 2011).

Molti di questi eventi, che concorrono alla formazione del Sé, vengono, inoltre, rievocati spesso nel corso della vita e questi fattori assieme potrebbero essere alla base del picco della reminiscenza relativa a questa fase della vita, che viene definito "il balzo del ricordo" (*reminiscence bump*), proprio per sottolineare la quantità e facilità di accesso ai ricordi di questa epoca dell'esistenza. Vi è poi un periodo di cui si conserva meno ricordi, tra i 40 e i 50 anni, ed infine, vi è un effetto di recenza relativo all'epoca più vicina al momento in cui avviene la rievocazione. Gli eventi accaduti di recente hanno infatti un carattere di maggiore vividezza, in quanto probabilmente sono più coinvolti negli obiettivi e negli scopi

che caratterizzano il Sé concettuale nel momento in cui avviene la rievocazione. È interessante notare che questa distribuzione nella curva del ricordo non cambia nelle diverse culture (Conway *et al.* 2005), nel trascorrere del tempo e nell'anzianità. Ciò che invece muta negli anni è la sensibilità alla memoria, ossia all'importanza e al valore che ognuno dà al proprio rapporto con i ricordi nel corso della vita Cornoldi e Da Beni (2005).

#### 4. Memoria autobiografica e invecchiamento

Come abbiamo osservato in precedenza, i contenuti del ricordo autobiografico si possono ricondurre a due aspetti essenziali, che si riferiscono alla suddivisione introdotta da Tulving (1972) tra una memoria episodica ed una semantica. Un aspetto riguarda elementi specifici, dettagli dell'evento legati a precise coordinate spazio-temporali, dipendenti dunque dalla memoria episodica; un altro aspetto riguarda, invece, conoscenze generali riferite al proprio passato, depositate nella memoria semantica (Levine *et al.* 2002). Tale distinzione, tuttavia, non è solo relativa al tipo di materiale che un certo compito richiede di rievocare, ma implica una diversa qualità e una diversa funzione nella costruzione del ricordo autobiografico.

Nel primo caso, la ricollezione consapevole di aspetti specifici di un determinato evento autobiografico comporta, in certo modo, rivivere un'esperienza del sé in modo consapevole (coscienza *autonoetica*), mentre i contenuti semantici del ricordo, riferiti alla conoscenza del mondo in relazione al concetto di sé (*conceptual self*), non sono riconducibili ad una specifica dimensione spazio-temporale, ma si riferiscono ad una conoscenza autobiografica più astratta (Piolino *et al.* 2006). Sulla base di tale distinzione è possibile osservare una diversa qualità del ricordo autobiografico in funzione dell'invecchiamento.

Alcune ricerche (Levine *et al.* 2002; Piolino *et al.* 2006), attraverso il metodo dell'intervista autobiografica (*Autobiographical Memory Interview*), hanno valutato la qualità del ricordo rispetto a cinque diversi periodi della vita per quanto riguarda sia i contenuti episodici che semantici. L'analisi dei dati forniti da questo studio dimostrano che il ricordo autobiografico negli anziani è più debole per quanto riguarda gli aspetti episodici, mentre è preservato o addirittura migliore rispetto ai giovani adulti per quanto concerne gli aspetti di tipo semantico. Si evidenzia, infatti, negli anziani una diminuzione quantitativa e qualitativa della rievocazione dei ricordi specifici (episodici) per tutti i periodi di vita indicati con dati più accentuati per i due periodi più vicini.

Le ricerche, inoltre dimostrano che nel tempo l'esperienza episodica consapevole tende a trasformarsi in una dimensione semantica. Gli anziani dimostrano di rivivere l'evento autobiografico più come osservatori esterni (*observer paradigm*) che con lo stesso punto di vista originario (*field paradigm*). La prima modalità, infatti, sembra essere più vicina alla consapevolezza semantica dell'evento, Ovviamente il fattore emotivo ha un ruolo molto importante nella costruzione del ricordo autobiografico. Se rivivere una determinata esperienza della propria vita comporta un forte coinvolgimento emotivo ed ha un significato presente, la modalità del ricordo sarà più vicina al punto di vista originario, mentre la modalità *observer paradigm* sarà più frequente in una narrazione più oggettiva dell'evento autobiografico.

#### 5. L'approccio biografico e autobiografico

Il termine approccio biografico o metodo biografico (*biographical method* o *life history approach*) ha una connotazione piuttosto ampia, che riguarda diverse tecniche metodologiche basate sulla raccolta e sull'analisi di racconti di vita scritti o orali, rappresentativi di una

determinata realtà o significativi per la particolarità del percorso esistenziale che descrivono. Denzin definisce il metodo biografico come *the studied use and collection of life documents, or documents of life, which describe turning-point moments in individuals' lives. These documents will include autobiographies, biographies, diaries, letters, obituaries, life histories, life stories, personal experience stories, oral histories, and personal histories*" (1989: 7).

L'approccio biografico, quindi, comprende la raccolta e l'analisi di racconti di vita: il racconto della propria storia di vita, il parlare – o lo scrivere – di sé è un'autobiografia. Smorti (2003) sottolinea come l'autobiografia sia una costruzione narrativa di sé che una persona sviluppa sulle vicende del proprio passato - ma che può riguardare anche il presente ed il futuro - nella quale il narratore e il protagonista coincidono.

Lejeune (1975: 14) definisce l'autobiografia *"a retrospective account in prose which a real person gives of his/her existence, with the accent on his/her individual life, and in particular the history of his/her personality"*.

Nella seconda metà del Novecento l'idea della narrazione è entrata in molte discipline scientifiche, diventando multidisciplinare e diversificandosi in molteplici strategie e metodi di ricerca. Il metodo biografico si sviluppa quindi anche in ambito psicologico, formativo, di educazione degli adulti, pedagogico grazie a studiosi statunitensi ed europei appartenenti a campi del sapere diversi: si veda Bruner (1986 e 1990) per il legame con il pensiero narrativo e gli aspetti culturali; Lejeune (1975) per la definizione del genere autobiografico e la sua analisi linguistico-letteraria; Demetrio (1996) per l'uso dell'autobiografia come metodo di formazione degli adulti, per ricordare solo alcune tra le più importanti figure.

Le origini del metodo autobiografico vengono spesso fatte risalire alla psicologia culturale di Bruner (1990), secondo il quale la costruzione dell'identità dell'uomo e l'attribuzione di significati all'ambiente e alla realtà avvengono a partire dall'infanzia e fino all'età anziana attraverso la narrazione e l'autonarrazione. La cultura impone sistemi simbolici che si costituiscono come modelli, e tra questi modelli le espressioni linguistiche e le forme della narrazione danno un senso alle azioni individuali. Bruner (1986) attribuisce all'essere umano due tipi di pensiero, quello logico-scientifico e il pensiero narrativo: il secondo è legato alla capacità di raccontare e permette di definire l'esperienza attraverso dei parametri spazio-temporali; da un lato è strumento per la definizione dell'identità e permette di organizzare e dare forma all'esperienza, dall'altro è attraverso la narrazione che una cultura fornisce ai suoi membri modelli di identità e di capacità d'azione: il pensiero narrativo - in certi casi intersecato con quello paradigmatico - è una facoltà naturale del pensiero (Smorti 1994), la mente è predisposta in modo istintivo a tradurre l'esperienza in termini narrativi.

### 5.1. L'approccio (auto)biografico in contesto formativo

Oggi, l'impiego della biografia a scopi conoscitivi costituisce una procedura consolidata nel campo formativo e di ricerca educativa con soggetti adulti. L'approccio autobiografico è anche una metodologia di formazione che oltre a sviluppare conoscenze e competenze su qualcosa, possiede potere curativo, riflessivo e autoeducativo: l'individuo, raccontandosi, libera il suo vissuto dalla rimozione, costruisce l'immagine di se stesso, degli altri, del mondo che sperimenta attraverso processi cognitivi ed emotivi che ci dicono molto più di quanto il narratore esponga (Ochs, Capps 1996: 20-21):

*Across cultures, narrative emerges early in communicative development and is a fundamental means of making sense of experience. [...] Personal narrative simultaneously is born out of experience and gives shape experience. In this sense, narrative and self are inseparable. We come to know ourselves as we use narrative to apprehend experiences and navigate relationships with others.*

Secondo Pavlenko (2007: 171) ci sono tre approcci teorici complementari per l'analisi delle autobiografie:

- (a) *cognitive approaches that treat autobiographies as meaning-making systems and thus as evidence of how people understand things* (Bruner 1987; Linde 1993);
- (b) *textual approaches that see them as a creative interplay of a variety of voices and discourses, and thus as evidence of larger social and cultural influences on human cognition and self-presentation* (Bakhtin 1981; Fairclough 1995, 2003);
- (c) *discursive approaches that view them as interaction-oriented productions, and thus as evidence of the co-constructed nature of our life storytelling* (Edwards 1997).

Pur riconoscendo l'interdisciplinarietà della metodologia autobiografica, in questa sede ci concentriamo sui suoi usi e potenzialità in ambito educativo, didattico e formativo.

La narrazione e l'autobiografia hanno un ruolo importante non solo per gli adulti, ma anche nella terza età in quanto sono connesse con la reminiscenza e con i processi di revisione della propria vita (Birren, Birren 1996), e in quanto contribuiscono ai processi di adattamento richiesti dalla vecchiaia, favorendo il senso di integrazione (Birren, Deutchman 1991); permettono di spiegare a sé e agli altri chi siamo e chi siamo stati nel corso degli anni passati: anche per questo l'anziano tende a raccontare vicende autobiografiche, a richiamare alla mente avvenimenti vissuti nel passato e ad avere episodi di reminiscenza.

## 5.2. Caratteristiche del racconto autobiografico

Il racconto autobiografico è un'attività autoriflessiva e trasformativa nella quale la continuità è costruita a posteriori (Salvadori 2016: 83):

la memoria soggettiva non assicura l'emergere di una registrazione autentica di ciò che è avvenuto e questo per almeno due motivi: nel momento stesso in cui viviamo l'esperienza ce la rappresentiamo attraverso la nostra soggettività; a posteriori poi, ricostruiamo il passato selezionando eventi e dando loro una forma e un significato a partire da un'esigenza e un progetto che si situa nel presente.

Va sottolineato il legame strettissimo tra narrazione autobiografica e identità: *selves create stories, which in turn create selves* (McAdams, McLean 2013: 235) le persone non solo rappresentano, ma anche creano la propria identità attraverso la costruzione di storie sulla propria vita (Fivush, Merrill 2014: 301): *“remembering our personal past implies active engagement in recalling, evaluating, reflecting, and interpreting our personal experiences in ways that create a coherent sense of self across time, and that provides a sense of purpose and meaning to our lives”*.

Demetrio (1996: 192) afferma che l'arte del narrarsi e della scrittura di sé stimola il nostro cervello a smontare, analizzare e rimontare, mettere in sequenza cronologica e talvolta ad inventare, contribuendo, in tal modo, a sviluppare capacità autocritica e creativa. Il ricordo è sempre un atto di invenzione, il narratore utilizza metafore, simboli, legami intuitivi tra gli eventi, analogie: la versione della realtà fornita dal racconto non si basa su verifiche empiriche, ma su una intrinseca necessità narrativa.

Nella narrazione autobiografica non c'è obiettività, e di conseguenza l'attenzione del ricercatore si può rivolgere alle modalità del racconto e ai significati che il narratore attribuisce ai propri vissuti: laddove la storia della propria vita fa vedere come una persona percepisce, ricostruisce e racconta la propria identità, non ha importanza se quel che viene raccontato è vero, importa invece riflettere su che cosa il soggetto vuol dire di sé e su come lo dice (Mantovani 1998: 207-208). Raccontarsi è dunque sempre retorico, e presuppone una

certa drammatizzazione (Mantovani 1998: 212-214):

Il narratore sceglie i fatti, sceglie le parole, i copioni (*script*), i “tropi” del discorso e li ordina su una “trama”, elemento ordinatore del racconto; unico vincolo la “cooperazione” con chi ascolta e cioè l’accettazione di raccontare con onestà seguendo le focalizzazioni (tematiche, di tempo) proposte da chi ascolta e raccoglie l’intervista.

[...] Il racconto di sé ha in genere una trama che attraversa una serie di eventi che presentano certi caratteri di unicità o intenzionalità e [...] ci presenta un’immagine dell’identità attuale di chi narra attraverso le trasformazioni che partono dal passato più lontano. [...] Bruner, in un’analisi di alcuni elementi tipici della narrazione della storia personale, parla di “metafore organizzatrici”, cioè di immagini di sé, presentate spesso attraverso una metafora.

Il racconto autobiografico è un’attribuzione di senso che non solo riconosce l’individuale, il soggettivo, il punto di vista differente, ma va al di là della soggettività del narratore e lo inserisce in contesti più ampi, permettendo di elaborare identità collettive, sé sociali (Salvadori 2016: 84), intercettando i rapporti tra individuo e società, ampliando il focus dell’analisi alla capacità di risposta adattiva alle opportunità offerte dalla struttura sociale delle età, nonché alle sue spinte condizionanti (Abburà, Donati 2004).

L’approccio biografico, quindi, può essere utilizzato per mettere in luce sia gli aspetti soggettivi del racconto di vita sia quelli oggettivi legati alla dimensione sociale e storica; in questo senso i racconti individuali hanno una salienza straordinaria dal punto di vista della conoscenza di un sistema, un contesto, un’istituzione, un avvenimento collettivo.

### 5.3. *L’approccio biografico come strumento educativo e di cura*

Alla narrazione di sé e all’autobiografia sono riconosciuti numerosi vantaggi e funzioni in ambito educativo e di cura di adulti e di anziani. Innanzitutto, sono strumenti di *empowerment*, sono pratiche che hanno potere curativo e cognitivo, che favoriscono la crescita della fiducia e dell’autostima: chiedere a qualcuno di parlare di sé corrisponde a offrirgli un certo riconoscimento (Jedlowski 2000), aiutarlo a scoprire che è capace sia di ricordare e raccontare, sia di dare un senso a quello che ricorda e racconta. L’autobiografia inoltre coinvolge i meccanismi della memoria, della reminiscenza, dell’introspezione, della metacognizione (Maluccio 2015: 11):

la narrazione dipende da quanto siamo in grado di ricordare e dalle condizioni dei nostri processi mnemonici, e viene continuamente influenzata dai nostri ricordi che operano sempre una selezione dei nostri vissuti. [...]

L’autobiografia, infatti, fa proprio il meccanismo della retrospiezione, ossia un procedimento cognitivo che attua una vera e propria educazione della mente, imponendo, al biografo di turno, di selezionare, ordinare ed enumerare il materiale autobiografico evocato. [...] Si tratta di un pensiero che, scavando nella memoria, porta a formulare nuove ipotesi e supposizioni, facendo sì che, l’autobiografia, ripercorrendo il tragitto esistenziale di un singolo individuo giunto allo stadio adulto o anziano, attesti sempre qualcos’altro ed ulteriori significati che vanno ben oltre le cronache di una vita.

Il legame tra pratiche autobiografiche e potenzialità formative ed educative è molto stretto; Demetrio (1996) schematizza gli effetti delle pratiche narrative nei contesti di formazione e di educazione in: effetto di eterostima, che consiste nel sentirsi confermati e riconosciuti dall’altro e che si verifica nel momento dell’incontro tra il soggetto che racconta e colui che è interessato alla storia, quando il narratore si sente riconosciuto nella relazione con chi lo ascolta; effetto di autostima, che avviene nel momento in cui il narratore percepisce di essere in grado di raccontarsi, quando il narratore dimostra che sa usare gli strumenti comunicativi per esprimersi; effetto di esostima, quando il narratore non solo si riconosce in quanto ha

prodotto, ma si rende conto di essere in grado di ampliare i fatti e i ricordi, di arricchire con altri linguaggi i suoi racconti, di andare oltre la semplice storia esperienziale.

Sempre Demetrio (1999: 81-83), nell'analisi delle scritture spontanee autobiografiche, propone una serie di categorie narrative che consentono all'educatore - e, aggiungiamo noi, anche al ricercatore - di approcciarsi alle storie di vita. Nella lettura e nell'analisi delle autobiografie, l'educatore può avvalersi di queste categorie di analisi:

- i biografemi: sono gli eventi fondamentali, considerati punto di riferimento della propria vita, momenti importanti, svolte, tappe del proprio cammino;
- i biosemantemi: sono le attribuzioni di senso e di significato riguardanti ciò che si sta raccontando o ricordando;
- i bionoemi: simili ai precedenti, sono le riflessioni che il soggetto utilizza per concettualizzare l'esperienza e che evidenziano le sue idee generali;
- i biomitemi: sono i miti personali presenti nella vita di ognuno: un personaggio importante, un oggetto, una condizione esistenziale, un evento, un luogo, ...;
- i biotemi: sono le tematiche ricorrenti, sensazioni, desideri, situazioni, temi, esempi che si ripetono, i fili conduttori che percorrono l'esistenza di un individuo e che emergono nel corso della narrazione;
- i bioiconemi: sono le immagini, le metafore, le figure che il soggetto utilizza per esemplificare il suo pensiero e dare forza al racconto.

## 6. L'autobiografia linguistica

Nell'ambito dell'approccio biografico, le autobiografie linguistiche hanno un ruolo privilegiato nella misura in cui la nostra esperienza della lingua materna e delle altre lingue è costitutiva delle nostre identità, e lo è in quanto accesso originario alla dimensione intersoggettiva (Anfosso *et al.* 2016: 19).

Il termine "biografia linguistica o autobiografia linguistica" è recente: in Europa, dalla fine degli anni Settanta del secolo scorso, in particolare all'interno degli studi promossi dal Consiglio d'Europa, c'è una significativa tradizione di ricerche sulle e con le autobiografie linguistiche; la sua diffusione è legata alla pubblicazione negli anni Novanta di diversi Portfolio comprendenti come parte essenziale quella del racconto di vita, e al progetto del 2001 del Portfolio Europeo delle Lingue (PEL) (Cavagnoli 2014). Come notano in modo puntuale Thamin e Simon (2009: 2-3), esiste una quantità di termini che fanno riferimento a questa pratica; per rimanere solo in ambito francofono:

*Signe de l'intérêt actuel pour les biographies langagières en sociolinguistique et en didactique, la terminologie est foisonnante. Elles sont tour à tour qualifiées de «biographies linguistiques» (Van den Avenne, 2004), «d'approche biographique» (Molinié, 2002 et 2004), d'«itinéraires biographiques», de «fragments biographiques» (Lambert, 2005) ou de «récits (auto)biographiques» (Lüdi, 2005), de «parcours bio-langagier» ou encore d'éléments de réflexions biographiques d'apprentissage. C. Perregaux (2002, 2006 et 2007) parle, quant à elle, d'«(auto)biographie langagière», d'«autobiographe/biographe» et de «biographé» pour qualifier les sujets; de «récit autobiographique» et de «démarche autobiographique» pour souligner le processus.*

Pavlenko (2007) identifica tre tipi di *autobiographic narratives*: diari e *journals* scritti da appendenti di una L2 per fornire informazioni sui loro pensieri e sulle loro emozioni;

biografie e autobiografie linguistiche raccolte attraverso interviste o compiti assegnati in classe; *language memoirs*, o autobiografie linguistiche pubblicate, tra i più noti dei quali possiamo ricordare quelle di Vladimir Nabokov e di Elias Canetti. Il secondo tipo viene usato nella ricerca per ricostruire sia situazioni sociolinguistiche di gruppi bilingui sia traiettorie individuali di singoli soggetti plurilingui.

### 6.1 *L'autobiografia linguistica come strumento per la glottodidattica e per la ricerca sull'apprendimento delle lingue*

Kramch e Pavlenko ben identificano il contributo che le biografie linguistiche possono dare alla ricerca sull'apprendimento linguistico:

*SLA theory has focused mainly on two kinds of knowledge in language acquisition: knowing that (facts about the language) and knowing how to (language performance). The narratorial self brings into focus the indispensable role of private memory and imagination in language learning: remembering how (past experiences and emotions) and imagining what if (future scenarios for action) (Kramch 2004: 11).*

*Altogether, autobiographic narratives offer three major contributions to research on SLA and bilingualism. First of all, they offer insights into people's private worlds, inaccessible to experimental methodologies, and thus provide the insider's view of the processes of language learning, attrition, and use. Secondly, they highlight new connections between various learning processes and phenomena, and, in doing so, point to new directions for future research. Thirdly, autobiographic narratives constitute a valuable information source for historic and diachronic sociolinguistic research in contexts where other sources are scarce (Pavlenko 2007: 164-165).*

In realtà, lo strumento dell'autobiografia linguistica viene usato nella ricerca glottodidattica da relativamente poco tempo; come sottolineano Thomson e Vázquez (2015: 162), "*personal narratives have only recently become recognized as a legitimate source of data for SLA research*", pur essendo strumenti potenti. Benson (2005: 12-13), citando studi risalenti dalla fine degli anni '70, nota che:

*Autobiographical research first appeared in the second language learning literature in the form of 'introspective diary studies' – a mode of research in which diaries or journals recorded over relatively long periods of time are analysed from a variety of perspectives. [...] Although the number of published studies remains relatively small, introspective diary study has become an established research method informed by principles designed to increase reliability and validity.*

A causa delle difficoltà di svolgimento di una ricerca necessariamente longitudinale, l'attenzione della ricerca si è spostata verso le esperienze di apprendimento linguistico in contesti autentici, focalizzando l'interesse sulle *language learning 'memoirs'* e sulle autobiografie linguistiche, anche sull'onda della diffusione dalla metà degli anni '80 di studi basati su storie di vita in numerose discipline.

Dagli anni Ottanta l'autobiografia linguistica viene sfruttata nell'insegnamento delle lingue ad adulti per scopi didattici, per stimolare negli studenti la capacità di riflessione autonoma e il collegamento tra le nozioni apprese e la propria esperienza personale (Corti 2012: 449). In Europa e in Italia, in ambito glottodidattico, il concetto di biografia linguistica si diffonde a seguito dell'introduzione del Portfolio Europeo delle Lingue, utilizzato come strumento valutativo, autovalutativo e descrittivo di conoscenze linguistiche ed esperienze interculturali, sviluppate in ambito sia formale sia non formale e informale; nell'ultimo decennio sono state svolte numerose indagini empiriche e sono stati realizzati numerosi

progetti europei per approfondirne le specificità educative e formative e le potenzialità presso diversi pubblici che vanno dai bambini, ai discenti adulti, agli operatori educativi (Cognigni 2014).

La ricerca sul tema delle biografie linguistiche si pone all'incrocio di numerose discipline, come la sociolinguistica, la didattica, l'etnografia e l'antropologia, e in particolare la psicolinguistica e la pedagogia. È quindi un campo di ricerca interdisciplinare che utilizza strumenti appartenenti alle diverse discipline.

Chi legge le biografie le interpreta: non sono determinanti i fatti narrati, ma come sono stati narrati, e quelli che sono stati narrati, scelti fra i molti. In contesto pedagogico e glottodidattico chi interpreta cerca delle chiavi per poter rendere la didattica delle sue classi più adeguata agli studenti, e, allo stesso tempo, cerca di conoscere i suoi destinatari e il vissuto plurilingue che portano in classe (Cavagnoli 2014: 179).

L'autobiografia linguistica è quindi uno strumento importante per chi studia l'acquisizione linguistica, insegna lingue, studia una lingua; oggi si riconosce infatti il suo ruolo come strumento diagnostico per i ricercatori, e come strumento formativo, conoscitivo e autoformativo per gli apprendenti di lingue e per gli insegnanti. Come sottolinea Corti (2012: 462-463), l'autobiografia linguistica

per gli studenti è un esercizio di scrittura che stimola la loro capacità di riflessione autonoma e che li sollecita a collegare l'apprendimento linguistico alla loro esperienza personale, a riflettere sulle loro esperienze e sulle loro abitudini linguistiche, sullo studio delle lingue sperimentato e sul rapporto con le culture di cui le lingue sono veicolo oltre che a meglio focalizzare le motivazioni rendendo meno volatile il sapere che hanno acquisito, e ad avere consapevolezza del proprio repertorio linguistico, del suo valore, delle sue funzioni e del suo uso.

Per il ricercatore le autobiografie linguistiche sono strumenti per cogliere le tracce delle influenze tra le lingue in contatto e le manifestazioni della coscienza plurilingue filtrate attraverso rappresentazioni e atteggiamenti personali; per capire come e perché un soggetto rielabora il suo repertorio linguistico, culturale e identitario nel corso della vita (Thamin e Simon 2009: 5) e attraverso quali percorsi sviluppa la pluralità di riferimenti e di appartenenze che caratterizzano le società odierne; per osservare l'emergere di nuove identità linguistiche e di nuovi valori culturali, di nuove strategie sociali di fronte alle sfide dell'integrazione in contesti diversi da quello d'origine (Salvadori 2016: 84). Le autobiografie linguistiche, infatti, permettono di indagare dimensioni nascoste, come le percezioni soggettive rispetto al proprio apprendimento linguistico, le valutazioni e i sentimenti che l'hanno accompagnato e che hanno determinato atteggiamenti di disponibilità o indisponibilità nei confronti delle lingue e del loro apprendimento.

## *6.2. L'autobiografia linguistica come strumento per la glottodidattica geragogica*

Il valore e la diffusione dell'autobiografia come metodo formativo si sono affermati inizialmente nell'ambito dell'andragogia: in ambito pedagogico, l'uso delle storie di vita si registra a partire dagli anni Settanta trovando la sua principale applicazione nelle pratiche di educazione degli adulti. In anni più recenti l'autobiografia linguistica viene utilizzata come strumento di ricerca e di formazione con soggetti più giovani, soprattutto in contesti pluriculturali di migrazione.

Il metodo autobiografico come strumento di cura e di (auto)formazione viene utilizzato da tempo nelle pratiche sociali, cliniche ed educative anche con gli anziani, rivelandosi particolarmente efficace: esso intercetta e mette in primo piano la grande domanda degli anziani di voler essere ascoltati e permette di aiutarli a conservare e rielaborare la conoscenza di sé, evidenziando il potere curativo e formativo connesso ai processi

introspettivi, mnestici, riflessivi e narrativi.

Malgrado questo, nella nostra ricognizione dello stato dell'arte, abbiamo trovato una scarsissima letteratura che utilizza l'autobiografia linguistica come strumento per ricavare dati su come le persone anziane o in età adulta inoltrata apprendono le lingue: segnaliamo soltanto Murray 2011; Bellingham 2004; Oxford *et al.* 2018. Nel 2008 Coffey e Street notavano che (2008: 453):

*although narrative research focusing on memory and nostalgia is well known in the burgeoning field of life history research, we know of no such studies that deal in this way, specifically with how older language learners articulate their sustained engagement with foreign language learning across a lifetime.*

La cosa non stupisce, in quanto in generale solo negli ultimi anni il pubblico degli studenti anziani inizia ad avere visibilità negli studi di glottodidattica: Murray conclude il suo saggio (2011: 145) con una domanda che resta senza risposta:

*which beliefs, sociocultural elements, and power relations have contributed to a context in which older learners have been largely ignored by second language acquisition research? In addition to this, there is the question of which research methodologies might be best suited to the exploration of these and other questions pertaining to language learning later in life.*

## **Conclusioni**

L'autobiografia linguistica è senz'altro uno degli strumenti di maggior interesse e di estrema utilità in contesto glottogeragogico. Come abbiamo osservato, la memoria autobiografica subisce diversi cambiamenti con l'avanzare degli anni, ma la sua natura, che coinvolge più aspetti della memoria a lungo termine di tipo episodico e semantico, ne consente una buona efficacia anche in età senile. Inoltre, l'approccio glottogeragogico basato sul metodo autobiografico consente di sviluppare aspetti motivazionali molto importanti nell'educazione linguistica dell'anziano. Si auspica dunque una maggior attenzione all'approccio autobiografico non solo in contesto glottogeragogico, ma anche più in generale nell'insegnamento delle lingue agli adulti, purché l'utilizzo delle biografie linguistiche sia accompagnato da una consapevole riflessione metodologica per definire i criteri di un modello di analisi in grado di sfruttare al meglio, sotto l'aspetto formativo, l'uso delle autobiografie linguistiche.

## **Riferimenti bibliografici**

Aburrà L., Donati E., 2004, "Ageing: verso un mondo più maturo. Il mutamento delle età come fattore di innovazione sociale", in *Quaderni di Ricerca*, 104, Torino, IRES, del Piemonte.

Anfosso G., Polimeni G., Salvadori E., (a cura di), 2016, *Parola di Sé. Le autobiografie linguistiche tra teoria e didattica*, Milano, Franco Angeli.

Bellingham L., 2004, "Is there language acquisition after 40? Older learners speak up" in Benson P, Nunan D., (eds.), *Learner's stories: Difference and Diversity in language learning*, Cambridge, CUP, pp.56-68.

Benson, P., 2005, “(Auto)biography and learner diversity”, in Benson P, Nunan D., (eds.), *Learner's stories: Difference and Diversity in language learning*, Cambridge, CUP, pp.4-21.  
 Birren J., E., Deutchman D., 1991, *Guiding Autobiography groups for older Adults*, Baltimore (MD), Johns Hopkins UP.

Birren J.E., Birren B., 1996, “Autobiography: Exploring the Self and encouraging development”, in Birre J. E., (ed.), *Aging and Biography: Explorations in Adult Development*, New York, Springer, pp. 283-299.

Bruner J. S., 1986, *Actual minds, possible words*, London, Cambridge (MA), Harvard UP.

Bruner J. S., 1990, *Acts of meanings*, London, Cambridge (MA), Harvard UP.

Cavagnoli S., 2014, “L'autobiografia linguistica tra plurilinguismo e affettività”, in Landolfi (ed.), *Crossroads: Languages in Emotion*, Napoli, Photo City, pp. 179-188.

Coffey F., Street B., 2008, “Narrative and the identity in the “language learning project”, in *The Modern Language Journal*, 92, 3, pp. 452-464.

Cognigni, E., 2014, “L'autobiografia linguistica a scuola tra plurilinguismo e affettività: dal ritratto al racconto delle lingue” in Landolfi L. (ed.), *CROSSROADS: Languages in (E)motion.*; Napoli, Photo City Edizioni - University Press; pp. 189 – 200.

Conway M. A., 2005, “Memory and the self”, in: *Journal of Memory and Language*, 53, pp. 594-628.

Conway M. A., Jobson L., 2012, “On the nature of autobiographical memory”, in Berntsen D., Rubin D.C., (eds.), *Understanding Autobiographical Memory: Theories and Approaches*, Cambridge, Cambridge University Press, pp. 54-69.

Conway M. A., Pleydell-Pearce C. W., 2000, “The construction of autobiographical memories in the self-memory System”, in *Psychological Review*, 107, 2, pp. 261-288.

Conway M. A., Rubin D. C., 1993, “The structure of autobiographical memory”, in Collins A. F., Gathercole S. E., Conway M. A., Morris P. E., (eds.), *Theories of memory*, Hillsdale, NJ, Erlbaum, pp. 103-107.

Conway M. A., Singer J. A., Tagini A., 2004, “The self and autobiographical memory: Correspondence and coherence”, in *Social Cognition*, 22, pp.495-537.

Conway M. A., Wang Q., Hanyu K. Haque S., 2005, “A cross-cultural investigation of autobiographical memory. On the universality and cultural variation of the reminiscence bump”, in *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36, pp. 739-749.

Conway, M. A., Williams, H. L., 2008, “Autobiographical memory”, in Byrne J. H., et al., (ed.), *Learning and Memory: A Comprehensive Reference*, Amsterdam, Elsevier, pp. 893-909.

Cornoldi C., De Beni R., 2005, *Vizi e virtù della memoria*, Firenze, Giunti.

Corti L., 2012, "Autobiografie linguistiche: un'esperienza condotta con apprendenti l'italiano L2 sinofoni", in *Italiano LinguaDue*, 1, 448-470.

Demetrio L., 1996, *Raccontarsi, L'autobiografia come cura di sé*, Milano, Raffaello Cortina.

Demetrio L., 1999, *L'educatore (auto)biografo. Il metodo delle storie di vita nelle relazioni di aiuto*, Milano, Unicopli.

Denzin N.K., 1989, *Interpretative Biography*, Beverly Hills, Sage.

Fivush R., Merrill N., 2014, "The Personal Past as Historically, Culturally and Socially Constructed", in *Applied Cognitive Psychology*, 28, pp. 301-303.

Jedlowski P., 2000, *Storie comuni, La narrazione nella vita quotidiana*, Milano, Mondadori.

Kramch C., 2004, "The multilingual experience: Insight form Language Memoirs", in *Transit*, 1, UC, Berkley, pp. 1-12.

Lejeune P., 1975, *Le pacte autobiographique*, Paris, Seuil.

Levine B., Svoboda E., Hay J. F., Winocur G., Moscovitch M., 2002, "Aging and Autobiographical Memory: Dissociating Episodic From Semantic Retrieval", in *Psychology and Aging*, 2002, 17, 4, pp. 677-689.

Maluccio A., 2015, "Processi cognitivi ed evoluzione interiore dei ricordi nell'autobiografia, in *Plesse*, rivista online Psicologia Sociale 1, 4, <http://rivistapiesse.altervista.org/processi-cognitivi-e-autobiografia-angela-maluccio/>

Mammarella N., Di Domenico A., 2011, *La memoria autobiografica*, Roma, Carocci.

Mantovani S., 1998, (a cura di), "La ricerca sul campo dell'educazione", Vol. I, *I metodi qualitativi*, Milano, Mondadori.

Markus H., 1977, "Self-schemata and processing information about the self", in *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, pp. 63-78.

Mc Adams D.P., McLean K.C., "Narrative Identity", in *Current Direction in Psychological Sciences*, 22, 3, 233-238.

Murray G., 2011, "Older language learner. Socia Learning spaces and community", in Benson P., Reinders H., (eds.), *Beyond Language Classroom*, London, Palgrave, MacMillian, pp. 132-145.

Ochs E., Capps L., 1996, "Narrating the self", in *Annual Review of Anthropology*, 25, pp.19-43.

Oxford R, et al. 2018, "Pshychological insights from third-age techer educators: A narrative, multiple case study", in Mercer S., Kostoulas A., (ed.), *Language teacher psychology*, Bristol, Multilingual Matters, pp. 291-313.

Pavlenko A., 2007, “Autobiographic Narratives as Data” in *Applied Linguistics*, 28, 2, pp. 163-188.

Piolino P., Desgranges B., Clarys D., Guillery-Girard B., Taconnat L., Isingrini M., Eustache F., 2006, “Autobiographical Memory, Auto-noetic Consciousness, and Self-Perspective in Aging”, in *Psychology and Aging*, 21, 3, pp. 510–525.

Robinson J.A., 1992, “First experience memories: Contexts and function in personal histories”, in: Conway M.A., Rubin D.C., Spinnler H., Wagenaar W., (eds.), *Theoretical perspectives on autobiographical memory*, Dordrecht, Kluwer Academic, pp. 223-239.

Salvadori E., 2016, “Narrare le nostre lingue”, in: Anfosso G., Polimeni G., Salvadori E., (a cura di), *Parola di Sé. Le autobiografie linguistiche tra teoria e didattica*, Milano, Franco Angeli, pp. 81-97.

Smorti A., 2003, “L’autobiografia tra memorie individuali e memorie collettive: un approccio culturale”, in Gamelli I. (a cura di), *Il prisma autobiografico*, Unicopli, Milano, pag. 85-94.

Smorti, 1994, *Il pensiero narrativo*, Firenze, Giunti.

Thamin N., Simon D., 2009, “Réflexions épistémologiques sur la notion de “Biographies langagières”, in: Huver E., Molinié M., (a cura di), *Praticiens et chercheurs à l’écoute du sujet plurilingue. Reflexivité et interaction biographique en sociolinguistique*, CAS, 4, Université de Picardie, pp. 1-11.

Thompson A.S., Vasquez C. 2015, “Exploring motivational profiles through language learning narratives” in *The Modern Language Journal*, 99, 1, pp. 158-174.

Tulving E., 1972, “Episodic and semantic memory”, in Donaldson W., Tulving E., (eds.), *Organization of memory*, New York, Academic Press, pp. 381-403.

Yonelinas A., “The nature of recollection and familiarity: A review of 30 years of research”, in *Journal of Memory and Language*, 46, pp. 441-517.