

Il corpo come vettore semantico del disagio giovanile

Simone Digennaro

Università degli Studi di Cassino e del Lazio Meridionale - Dipartimento di Scienze Umane, Sociali e della Salute. Si occupa di ricerca nell'ambito della pedagogia e della didattica con approfondimenti sul ruolo e la funzione del corpo nei processi educativi. È coordinatore socio-pedagogico in progetti per il contrasto delle povertà educative.

L'articolo propone una lettura della crisi della società contemporanea attraverso il corpo, in una visione che coniuga l'esperienza soggettiva/oggettiva, il corpo come dato di natura e il corpo come prodotto culturale e collettivo. In particolare, si analizza la relazione dei giovani con il proprio corpo, anche con lo scopo di tracciare alcune linee educative di fronteggiamento del disagio.

Introduzione

Si assiste oggi a un perdurante stato di crisi generalizzato, a un'atmosfera esistenziale in cui tanto gli atteggiamenti individuali che quelli collettivi tendono a esprimersi in forme di fragilità diffusa. Su tutti, i giovani sembrano affrontare le conseguenze di forme di disagio sempre più complesse. Da qui, la necessità di ipotizzare degli interventi specifici. Per fronteggiare una crisi, di qualsiasi natura essa sia, è necessario identificarne i tratti salienti oltre che gli effetti prodotti, così poi da poter sviluppare interventi specifici, volti a risolverne le cause. Riconoscendo il corpo come un vettore semantico, è possibile dargli una duplice funzione: quella di punto di osservazione privilegiato

attraverso cui analizzare nel profondo gli effetti della crisi e risalire alle cause che la determinano; e quella di punto di attacco per interventi mirati attraverso cui avviare il superamento della crisi individuale, per poi espandersi alla sfera collettiva.

Il corpo è, infatti, uno straordinario punto di osservazione sul mondo, soprattutto nelle società occidentali moderne, in cui è diventato il segno tangibile dell'individuo, il luogo personale e personalizzabile in cui si manifesta la differenza, una distinzione sociale e culturale. Posto al centro dell'azione personale e collettiva, esso è il punto nevralgico della dimensione esistenziale, oltre che la porta di ingresso in cui il mondo sociale entra nel mondo personale.

Il trionfo del corpo

Il XXI secolo ha determinato quello che Juvin (2006) ha definito come il «trionfo del corpo». Il corpo è diventato oggetto di un'attenzione mai sperimentata in precedenza, di acceso dibattito, di una cura spasmodica per la sua bellezza, per la salute e il benessere, per la forma e l'apparenza, ma allo stesso tempo è stato anche oggetto di mortificazione, di martirio, di rifiuto. In effetti, dopo quella cartesiana, abbiamo assistito in tempi recenti a una nuova rivoluzione del corpo, quasi unica nel suo genere. Nel corso della storia ce ne sono state altre (cfr. Courtine, 2006; Corbin, 2005; Vigarello, 2005), ma la portata di questa moderna rivoluzione sembra incidere talmente profondamente da rappresentare un *unicum*: «La novità di questo inizio di XXI secolo in Europa è che ci siamo inventati un corpo nuovo, a dispetto della necessità, della sofferenza e del tempo. E anche a dispetto del mondo, il mondo della natura, che è poi quello del destino» (Juvin, 2006, XIII).

Un corpo nuovo, quasi completamente liberato dai limiti imposti dalla natura, manipolabile a proprio piacimento, oggetto di attenzione e di culto, ma al tempo stesso ridotto anche a semplice suppellettile o, all'eccesso, tormentato. L'individuo ha oggi la convinzione che il corpo, il proprio corpo, possa essere gestito, reso eterno, smontato e rimontato a proprio piacimento. Attraverso le conoscenze offerte dalla tecnica; è possibile clonarlo, proiettarlo in uno spazio-tempo indefinito in cui, per il momento, la sua immagine può durare in eterno. Rappresenta, dunque, un capitale di vita enorme, mai posseduto in precedenza; ma al tempo stesso è un terreno di profonde lacerazioni sociali e culturali, di enormi tensioni che arri-

vano dalla società, e rappresenta il punto di pressione su cui insistono le forme di disagio che la società determina per gli individui.

Sul corpo è inscritta la storia di ognuno, oltre che la storia dei mutamenti sociali e culturali che attraversano le società umane. E queste società sono, oggi più che mai, turbolente, ondivaghe, soggette a costanti mutamenti, attraversate da profonde lacerazioni e conflitti: la storia che viene scritta sui corpi degli individui è, dunque, una storia inquieta, basata su di un "periodare" sconnesso, pieno di aggiustamenti, cancellature, correzioni, periodi non sempre tra di loro coerenti, anzi, sempre più in contraddizione gli uni con gli altri. In particolar modo, i corpi dei giovani, per la loro plasmabilità e reattività, sono le pagine ideali in cui questa storia è scritta e, cambiando la prospettiva, sono i testi più dettagliati e approfonditi in cui poter andare a leggere quanto sta accadendo.

Il corpo come vettore semantico

Secondo Le Breton (2007), il corpo può essere utilizzato come un vettore semantico, attraverso il quale è possibile analizzare le società contemporanee. Il corpo, infatti, è un punto di incontro tra l'esperienza soggettiva/oggettiva individuale (Sartre, 2014) e la produzione culturale e collettiva (cfr. Bourdieu, 2015; Galimberti, 2005).

Si tratta di una suggestione interessante e, al tempo stesso, molto impegnativa, che rimanda alla possibilità che l'osservazione attenta e sistematica del corpo, la riflessione approfondita su di esso, lo studio condotto attraverso le chiavi di lettura della ricerca sociale, offrano una visuale piuttosto nitida sulla società odierna, facendo emergere le

dinamiche che la percorrono e gli effetti che tali dinamiche hanno sugli individui. Il corpo viene a essere inteso come un punto di osservazione privilegiato e come “reagente” dei principali mutamenti sociali e culturali che tanta presa hanno su di esso. L’analisi sociale e culturale che ne deriva può liberare delle informazioni nascoste e offrirci punti di vista innovativi sulla struttura sociale che, diversamente, rischierebbero di rimanere sottotraccia.

Nella necessità di dover circoscrivere una tematica così ampia, l’attenzione verrà in modo particolare ricondotta al disagio giovanile e alle forme di disagio che essi stanno vivendo in un periodo di profonde turbolenze culturali e sociali. A conclusione del saggio verranno, inoltre, proposte delle possibili suggestioni su come il corpo, da vettore semantico, possa diventare, in aggiunta, un punto di attacco per interventi tesi a mitigare gli effetti del disagio odierno.

Un corpo, quattro dimensioni

È necessario innanzitutto circoscrivere i termini della questione, a partire dal corpo che deve intendersi come punto di incontro tra natura e cultura, tra io e società, tra concretezza e rappresentazione, tra solidità e astrazione, tra individualità e appartenenza di gruppo, tra materialità e spiritualità (Le Breton, 2018, 2007; Sartre, 2014; Csordas, 2004, 1994; Merleau-Ponty, 1945). Si tratta di un unico che sottende e rimanda ai molti: nel corpo e sul corpo si determina il punto di incontro tra il sé e l’altro, tra l’unicità distinta, non replicabile, del proprio essere e l’adesione a schemi sociali e culturali che derivano dal contesto sociale. Esso appartiene infatti a pieno titolo alla matrice identitaria dell’individuo: senza il corpo a donar-

gli il volto, ci avvisa Le Breton (2007), l’individuo non esisterebbe. L’esistenza dell’individuo è a tutti gli effetti corporea, si origina dal complesso oggetto sociale, culturale, materico, spirituale che è il corpo, il quale si pone in maniera inequivocabile al centro dell’azione individuale e collettiva, e nel punto di origine della storia degli individui e delle società (Sartre, 2014).

Nell’impossibilità di poter fornire una definizione univoca di corpo, in questa sede proveremo a sviluppare una descrizione basata su quattro dimensioni. Qualsiasi sia la concezione - potremmo dire l’ontologia - e il punto di vista sul corpo, è sempre possibile individuare una dimensione sociale e simbolica, una dimensione psichica, una dimensione corporea e una dimensione sensoriale. Queste quattro dimensioni coesistono nel corpo, intrecciandosi tra loro, in confini mai troppo chiari, in un reticolato di messaggi e di significati che il corpo veicola.

La dimensione sociale e simbolica

La dimensione sociale e simbolica presuppone che, attraverso il corpo, ogni individuo *abiti* il mondo e trasmetta dei significati sociali e simbolici, attraverso cui si intrecciano le relazioni e si costruisce la propria socialità. Il modo in cui il corpo viene agito dipende dal contesto culturale di riferimento e dalle competenze sociali che appartengono all’individuo; agirlo produce al tempo stesso messaggi simbolici e veicola significati sociali (Galimberti, 2005; Foucault, 1993; Elias, 1988). Il segno della società è tangibile sul corpo, il quale si adatta alle richieste, viene socializzato, apprende a muoversi con competenza e cognizione; acquisisce inoltre i linguaggi, i simboli, le destrezze necessarie a comportarsi in maniera appropriata e adattata alle specifi-

che della società in cui è immerso. Il corpo è sempre e comunque socialmente e culturalmente situato in un intreccio tra le disposizioni soggettive, naturali del soggetto – il dato di natura – e le condizioni sociali in cui è immerso. Se il corpo è nel mondo sociale, ci dice Bourdieu (2015), il mondo sociale è nel corpo.

La dimensione psichica

La dimensione psichica prende in considerazione la relazione del corpo con i moti interiori della persona, che vengono poi restituiti all'esterno sotto forma di messaggi corporei diretti. Attraverso il corpo si costruisce una identità psichica, che è fatta di tono (Wallon, 1952), di postura, di gesti, di atteggiamenti (Lowen, 2020) e di tutte quelle espressioni che vanno a caratterizzare l'individuo dal punto di vista psichico (Odgen e Fischer, 2016). Si tratta di un punto di congiunzione in cui avviene uno scambio tra esterno e interno, tra intimità e apparenza, tra ciò che avviene nel profondo e ciò che viene restituito all'esterno. Si forma un crocevia tra i moti interiori, ciò che l'individuo prova, le attitudini e le aspettative personali, e gli stimoli che provengono dall'ambiente. Corpo e psiche hanno un legame inscindibile, fuso tra la personalità dell'individuo, le esperienze che esso vive e le circostanze in cui il legame avviene.

La dimensione corporea

Per ciò che concerne la dimensione corporea occorre far riferimento all'idea di corpo organismo, il *körper* della fenomenologia di Husserl. Come corporeità, il *körper* è composto di parti tra loro interconnesse in un tutt'uno anatomico, fisiologico e biologico. Esso è inteso come organismo, come materia: diviene un oggetto tangibile, in carne e

ossa. Si tratta della dimensione più manifestamente modellabile e modificabile attraverso la tecnica e la scienza. Vigarello (2006) fa notare come la massima esaltazione del corpo come organismo si sia avuta con la fine del XIX e l'inizio del XX secolo, periodo in cui sono arrivate a compimento le conoscenze sui modelli di funzionamento delle parti del corpo e si è giunti a definire una solida prospettiva determinista e organica. Ma è stato anche il periodo in cui la tecnica di modellamento del corpo ha raggiunto un elevato grado di efficienza, ampliando enormemente il proprio campo di azione.

La dimensione sensoriale

Attraverso i sensi, il corpo si proietta all'esterno in un tempo e in un luogo preciso e raccoglie ed elabora gli input che vengono trasmessi dall'ambiente. Tutte le formazioni di senso di ciò che avviene nel mondo vengono ricevute ed elaborate al fine di costruire una rappresentazione, personale, soggettiva, sensoriale dell'ambiente (Csordas, 1994; Merleau-Ponty, 1945). Attraverso i sensi il corpo è sempre proteso, impegnato nel mondo e nella realtà che esso gli offre, aperto verso le cose che si dispongono e si ordinano rispetto a lui (Foucault, 2006). I sensi sono dunque gli elementi chiave attraverso cui si attuano quei procedimenti – che chiamiamo incorporazione – con cui conosciamo la realtà e, al tempo stesso, le diamo una forma.

Il corpo esistenziale

A uno sguardo approfondito, un corpo, un qualsiasi corpo, manifesta tutte e quattro le sue dimensioni, parlandoci dello stato emotivo dell'individuo, di ciò che prova; dandoci informazioni sulla cultura di rife-

rimento e di appartenenza in cui è stato cresciuto e socializzato; spiegandoci il suo status sociale; mostrandoci la sua fisicità. Uno sguardo sul corpo è uno sguardo su di un'intera esistenza, su di un *unicum* proiettato nella moltitudine, e viceversa. Sulla vita che attimo dopo attimo ha affastellato sul corpo relazioni, emozioni, sensazioni, stati d'animo, paure, speranze, prese di posizioni, adesioni, adeguamenti, frustrazioni, privazioni, scelte personali, imposizioni, ecc. che lo hanno modellato come creta e gli hanno dato una storia. Ecco allora che il corpo, se analizzato secondo una prospettiva multidimensionale, si offre come uno straordinario analizzatore del presente, un grande libro esistenziale denso di approfondimenti, di rimandi, di sfumature, di contraddizioni, di storie nelle storie che ci descrive il passato, ci racconta il presente e, forse, ci anticipa il futuro.

Si tratta anche di un diario in cui, con dovizia di particolari, viene registrata la storia degli individui, le esperienze e le vicende che hanno lasciato una traccia sulle carni, o che si ripropongono in specifici atteggiamenti o prossemiche. Passato e presente trovano posto nel corpo dell'individuo: la storia che si intreccia con la realtà del momento e che, veicolate dal corpo, portano a quella dimensione dell'essere che noi chiamiamo esistenza. Ma se il corpo è il veicolo attraverso cui raggiungiamo la nostra dimensione esistenziale, esso si offre come uno straordinario punto di osservazione sul mondo, soprattutto nelle società occidentali moderne, in cui è diventato il segno tangibile dell'individuo, il luogo personale e personalizzabile in cui si manifesta la differenza, la distinzione sociale e culturale.

La crisi nella crisi

L'analisi passa ora sul presente così da comprendere quali siano le forze che stanno agendo sul corpo, in particolare quello dei giovani. In una lucida e, su alcuni punti, innovativa analisi sullo stato esistenziale dei giovani di oggi e sugli effetti che la crisi della società, quasi endemica, sta avendo su di loro, Benasayag e Schmit hanno introdotto il concetto di «crisi nella crisi» (2005). La diffusa situazione di disagio che interessa i giovani nelle società moderne, che si caratterizza per un permanente stato di insicurezza, di precarietà e sofferenze psicologiche e per profonde lacerazioni e conflitti, avviene all'interno di un quadro sociale attraversato da crisi profonde ed entro una società anch'essa instabile. Lo stato di crisi in cui i giovani si trovano a vivere – e che, per certi versi, è tipico per la loro età della vita – non trova nella società un sostrato che possa offrire sostegno e supporto per il superamento del disagio. Si genera, dunque, questo effetto moltiplicatore di una crisi individuale che avviene all'interno di una crisi sociale.

Il cambio di prospettiva è interessante, poiché invita ad affrontare il problema in modo molto concreto e a capire come un qualche cosa di apparentemente esterno, possa avere un impatto sull'intimo della persona e sulla quotidianità. Si tratta di una crisi dell'interiorità originata dall'esterno che determina un'atmosfera esistenziale tendenzialmente negativa, in cui tutti gli individui sono immersi (Benasayag e Schmit, 2005). Esiste una coltre di pessimismo e di impotenza per molti aspetti della vita quotidiana, mescolando difficoltà personali con problemi sociali e rendendo complesso ogni possibile tentativo di superamento della crisi. Da qui, gli squilibri, individuali certa-

mente, ma anche e soprattutto politici, sociali ed economici (West, 2016) e che spesso portano a delle pericolose derive estremiste (Bauman, 2012), a delle paure radicate e diffuse, e a un generale senso di sfiducia verso il mondo e verso il futuro (Galimberti, 2007; Giddens, 1994). Su questo punto ancora una volta Benasayag e Schmit (2005) sembrano dare una chiave interpretativa significativa allorquando fanno notare come il futuro abbia cambiato segno: non più inteso come una terra promessa, speranza di benessere, desiderio di realizzazione e vasto campo di opportunità, ma sempre più percepito come minaccia esistenziale, pericolo che deve essere allontanato, preoccupazione che deve essere scostata.

Fragilità diffuse

In sintesi, la questione s'inquadra in un contesto sociale e in un'atmosfera esistenziale in cui tanto gli atteggiamenti individuali che quelli collettivi tendono a esprimersi in forme di fragilità diffusa, rendendo difficile il far fronte a compiti e eventi esistenziali di per sé complessi e contraddittori (Tramma, 2015; Bauman, 2009).

In questo stato di cose, si trova a essere immerso anche il corpo, nelle sue quattro dimensioni: della crisi nella crisi troviamo tracce evidenti sui corpi dei giovani, i quali ci restituiscono i segni del disagio e gli indizi di un cammino verso la vita adulta sempre più incerto e avverso. Goffi e impacciati, in difficoltà quando si tratta di entrare in relazione con l'altro, sedentari, a volte completamente ritirati nelle loro stanze in atteggiamenti passivi, connessi con il mondo virtuale ma, dall'altro lato, disconnessi dai propri corpi, sempre meno capaci di comprendere le emozioni e gli atteggiamenti, i

gesti e i messaggi non verbali, dotati di una iper-sessualità o, al contrario, in difficoltà nelle relazioni intime, un numero sempre maggiore di giovani vive una corporeità e una motricità piena di incertezze e di fragilità.

Per paradosso, si viene a determinare un cortocircuito esistenziale: in una situazione di allontanamento dagli altri, di allentamento dei legami sociali e di generale, diffusa precarietà, di perdita di punti di riferimento sociali e culturali, il corpo diventa, per reazione, un oggetto di attaccamento, probabilmente l'unico mezzo di ancoraggio con la realtà. Ma è quello stesso corpo sofferente, in crisi esistenziale, che ben presto diventa un semplice involucro da mostrare e modellare, e che viene così tanto alterato – virtualmente e fisicamente - da far dissipare l'identità che in esso è insita. E questo ancoraggio al corpo diventa flebile, perfino problematico, lasciando l'individuo in uno stato di spaesamento totale. Si percepisce un'insufficienza del corpo, che sotto il doppio sforzo di ancoraggio alla realtà e mantenimento di uno spazio esistenziale in una società che lo svuota dei propri contenuti, rischia di cedere e di perdere la capacità di dare significazione al mondo. Ne rimane un involucro spoglio, percepito come inadeguato e insensato, svuotato di molti dei suoi contenuti profondi, mantenuto come un involucro da adattare, a seconda delle mode, e da esibire nella sua sola forma estetica.

Leggere la crisi, affrontare la crisi: il ruolo corpo

In sintesi, il corpo rappresenta un indicatore cruciale per una approfondita comprensione del presente dei giovani, un vettore semantico in cui sono presenti le tracce

esistenziali più profonde e gli effetti che la società ha sull'individuo, che in maniera spesso impercettibile, s'innestano nelle sfere più intime e private delle persone.

La concezione odierna di corpo è legata allo sviluppo dell'individualismo e dell'apparire come struttura sociale, al consolidarsi di un pensiero razionale positivo e laico sulla natura, al progressivo declino delle tradizioni popolari. Ma è anche legata al progresso della medicina che incarna una sorta di sapere ufficiale sul corpo. Oltre le concezioni, coesistono, poi, tutte le condizioni culturali e sociali che danno forma alla società e che agiscono sul corpo degli individui, trasformandolo. Le idiosincrasie che riguardano le condizioni delle società moderne, lo stato di crisi perdurante, oltretutto alimentato dalle inquietudini e dalle incertezze sociali, politiche ed economiche dell'ultimo periodo, il continuo passaggio da un'emergenza a un'altra, stanno mettendo a dura prova la stabilità degli individui. La pressione negativa che ne consegue, trasversale a quasi tutte le sfere del quotidiano, agisce in modo particolare sulle categorie più deboli e sensibili: i giovani sembrano pagare il dazio più pesante, vedendosi privati di punti di appoggio solidi, su cui poter far leva per impostare il superamento delle tante forme di disagio a cui vanno incontro.

Come detto, i segni di questa difficoltà sono presenti in maniera inequivocabile sul corpo, il quale rappresenta, dunque, un fondamentale punto di osservazione che deve poter essere presidiato. È necessario inserirlo in maniera sistematica nello spazio di analisi di tutti coloro i quali si occupano del benessere dei giovani e, più in generale, del benessere degli individui. È importante pensarlo e considerarlo non solo da un punto di vista medico o prestativo, ma come un

punto nevralgico della dimensione esistenziale di ognuno, il punto di incrocio tra la storia personale e le spinte che provengono dal di fuori, dalla società. Si tratta di disvelare e di prestare attenzione alla semantica che gli appartiene e all'*embodiment* della storia collettiva nell'individuo.

L'azione educativa attraverso il corpo

Fronteggiare una crisi, di qualsiasi natura essa sia, presuppone innanzitutto riconoscerla, identificandone i tratti salienti oltre che agli effetti che essa produce. Da questo passaggio conoscitivo, possono poi essere sviluppati interventi specifici, volti a risolvere le cause. In questo modello di spiegazione semplificato di analisi/intervento, il corpo viene ad assumere una duplice natura: in primis, è un punto di osservazione privilegiato attraverso cui analizzare nel profondo gli effetti della crisi e risalire alle cause che la determinano; in seguito, esso può rappresentare un punto di attacco per interventi mirati attraverso cui avviare il superamento della crisi individuale, per poi espandersi alla sfera collettiva.

La funzione del corpo potrebbe, dunque, non esaurirsi nel compito di vettore, di veicolo per certi versi passivo. Si può identificare una funzione più attiva, anche sulla base di esperienze già in essere (cfr. Odgen e Fisher, 2016), che utilizzano le quattro dimensioni del corpo per la definizione di interventi di contrasto alle principali forme di disagio. Nella logica delle argomentazioni proposte, se, come abbiamo constatato, i giovani cercano nel corpo un baluardo a difesa della propria identità, una base di appoggio su cui puntellarsi alla ricerca di un minimo di stabilità per affrontare la crisi, ecco allora che ogni intervento di educazione

del corpo è, a tutti gli effetti, un fondamentale mezzo per la gestione e un eventuale superamento del disagio giovanile.

Si tratta di proporre un'educazione che sia in grado di rendere l'individuo cosciente della natura multidimensionale del corpo e di come esso sia posto in relazione tra la propria sfera individuale e quella collettiva e sociale. In aggiunta, si tratta di agire a sostegno di un vissuto corporeo e motorio appagante, completo, profondo in cui ogni componente – emotiva, relazionale, sociale, ecc. – si pone in un rapporto armonico e in una relazione autentica e diretta con la per-

sonalità dell'individuo. Si possono mettere alla prova convinzioni limitanti o addirittura nocive, provando a costruire una forma di corpo più realistica e positiva, lontana da modelli stereotipati sviluppati in serie, e più prossima a un'idea di corpo personale, unico e irripetibile. Dare importanza e attenzione al corpo, entro una dimensione autentica, crea fiducia e aiuta a riparare le ferite lasciate dalle esperienze di disagio e le tracce negative che le crisi possono lasciare.

Bibliografia

- Bauman, Z. (2007). *Vite di corsa. Come salvarsi dalla tirannia dell'effimero*. Bologna: il Mulino.
- Bauman, Z. (2012). *Paura liquida*. Roma-Bari: Laterza.
- Benasayag, M. e Schmit, G. (2005). *L'epoca delle passioni tristi*. Milano: Universale Economica Feltrinelli.
- Bourdieu, P. (2015). *Meditation pascaliennes*. Parigi: Points
- Courtine, J.J. (2006). *Histoire du corps. Les mutations du regard. Le XX^e siècle*. Parigi: Édition du Seuil.
- Corbin, A. (2005). *Histoire du corps. De la Révolution à la Grande Guerre*. Parigi: Édition du Seuil.
- Csordas T. J. (1994). *Embodiment and Experience: The Existential Ground of Culture and Self*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Csordas T. J. (2004). Incorporazione e fenomenologia culturale. *Antropologia*, 3, 19-42.
- Elias, N. (1988). *Il processo di socializzazione*. Bologna: Il Mulino.
- Foucault, M. (1993). *Sorvegliare e punire. Nascita della prigione*. Milano: Einaudi.
- Foucault, M. (2006). *Utopie. Eteropie*. Napoli: Cronopio
- Galimberti, U. (2005). *Il corpo*. Milano: Feltrinelli.
- Galimberti, U. (2007). *L'ospite inquietante. Il nichilismo e i giovani*. Milano: Feltrinelli.
- Giddens, A. (1994). *Le conseguenze della modernità*. Bologna: il Mulino.
- Juvin, H. (2006). *Il trionfo del corpo*. Milano: EGEA.
- Le Breton, D. (2007). *Antropologia del corpo e della modernità*. Milano: Giuffrè.
- Le Breton, D. (2018). *La sociologie du corps*. Parigi: Presses Universitaires de France, Humensis.
- Lowen, A (2020). *Il linguaggio del corpo*. Milano: Universale Economica Feltrinelli.
- Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénomélogie de la perception*. Parigi: Gallimard.
- Odgen, P. e Fischer, J. (2016). *Psicoterapia sensomotoria. Interventi per il trauma e l'attaccamento*. Milano: Raffaello Cortina.
- Sartre, J. P. (2014). *L'essere e il nulla*. Milano: Il Saggiatore.
- Tramma, S. (2015). *Pedagogia della contemporaneità. Educare al tempo della crisi*. Roma: Carocci.
- Vigarello, G. (2005). *Histoire du corps. De la Renaissance aux Lumières*. Parigi: Édition du Seuil.
- Wallon, H. (1952). *L'evoluzione psicologica del bambino*. Milano: Edizioni Einaudi.
- West, L. (2016). *Distress in the city*. Londra: UCL.