

psicopuglia

Notiziario
dell'Ordine
degli Psicologi
della Puglia

dicembre 2017
Vol. 20

PSM 23/01/2017



IN QUESTO NUMERO

EDITORIALE DEL PRESIDENTE

- 4 Servizio di consulenza e assistenza tecnica in materia di fondi strutturali, nazionali e regionali di interesse dell'ordine degli Psicologi della Regione Puglia
- 6 Nuovo obbligo di preventivo
- 8 Alimentazione: dai disturbi del comportamento alimentare alla prevenzione e cura

INIZIATIVE DEL CONSIGLIO REGIONALE DELL'ORDINE: UPDATE

- 10 Commissione Psicologia Forense
- 11 La commissione "attività formative e culturali, organizzazione convegni e patrocinii"
- 13 Commissione comunicazione, gestione del web e trasparenza
- 15 Commissione Promozione del Benessere e Psicologia dell'Emergenza

RICERCHE

- 16 Il ruolo dello psicologo in un percorso di counseling genetico per l'individuazione della mutazione brca1-2
- 22 Un salto al di là: Indagine sui casi di suicidio registrati presso la Procura della Repubblica del Tribunale di Bari negli anni 2014-2016
- 35 Screening per l'individuazione dei DSA nella Scuola Primaria
- 39 Progetto sbulloniamoci
- 46 Bullismo e Cyberbullismo
- 51 Comportamenti a rischio: gli adolescenti nell'acquario sociale

- 59 Difficoltà interpretative nell'impiego della Symptom Checklist SCL-90-R con pazienti aventi una compromissione cerebrale
- 72 Genitori ancora bambini. Indagine sulla genitorialità precoce
- 80 Il cambiamento dei minori in Psicoterapia Familiare osservato attraverso i proiettivi
- 86 Progetto Mozart: ascoltare la musica di Mozart migliora la capacità di apprendimento della matematica?
- 90 Screening nell'ultimo anno della scuola dell'infanzia e primaria. L'esperienza di una scuola di Bari
- 94 Potenziamento delle competenze cognitivo-emotive in soggetti con disturbo dello spettro dell'autismo mediante training cognitivo-comportamentale

APPROFONDIMENTI TEMATICI

- 104 Esperienze traumatiche e dinamiche dissociative e Alessitimiche nel Disturbo da Alimentazione Incontrollata - Binge Eating
- 116 La sfida di divenire arbitri della propria vita. Esperienze di rieducazione e trattamento in carcere: Detenuti che diventano arbitri
- 126 Discalculia e didattica dei numeri razionali
- 140 Il Setting e LKE. Tre condizioni terapeutiche nella terapia centrata sul cliente
- 151 Psicodinamica. analisi e fenomeno
- 162 La Tecnologia entra in Terapia. L'impiego dei Messaggi Telefonici nell'ambito dei Percorsi Psicoterapeutici
- 168 Il ruolo dello Psicologo nella Chirurgia Bariatrica
- 179 In memoria di Lorenzo Calvi, fenomenologo, psicopatologo e Maestro. Ultimo grande rappresentante della psicopatologia italiana del '900

-
- 184 ISIS e Terrorismo psicologico. Gli Effetti sulla Popolazione e il Caso della Strage di Manchester
- 189 La fotografia tra arte e terapia
- 192 La necrofilia: classificazione e aspetti eziologici
- 200 La psicoanalisi e la svolta relazionale nell'incontro dell'A.R.I.R.I. con Jay Greenberg
- 210 Manipolazione mentale e sette religiose
- 221 Linguaggio, Psicoanalisi e balbuzie
- 226 Stalking al Femminile. Una review di letteratura
- 236 L'influenza dei fattori sociali e l'influenza di funzionamenti di fondo nelle new addiction: individuo rotto o corrotto? Comprendere per intervenire
- 247 La prevenzione del suicidio. "Il suicidio e l'anima"
- 250 I diversi aspetti della pedofilia. Tra devianza e criminalità
-

ESPERIENZE SUL CAMPO

- 254 Progetto di ricerca-intervento. Cronicità e complessità psicopatologica nell'assistenza del paziente affetto da demenza: ridurre lo stress lavoro-correlato nel caregiver operatore con l'utilizzo del training autogeno
- 257 InConTra. Storia di un percorso di crescita verso l'autonomia in persone con disabilità intellettiva attraverso l'uso strumentale del teatro
- 260 La favola come strumento di aiuto nella comprensione della realtà. Storia di una bambina adottata
- 265 Il progetto spazio giovani: Vulnerabilità e prevenzione del disagio nell'adolescenza

- 271 Alla prevenzione Noi diciamo di SÌ!!! Report di una attività del mese del benessere psicologico svolta in una scuola secondaria di secondo grado a Taranto
- 276 Lo Psicologo nel Servizio Congiunto Centro di Ascolto per le Famiglie (CAF) e Centro Aperto Polivalente per i Minori (CAP) del San Paolo - Stanic - Villaggio del Lavoratore
- 283 La signora non lo so. Avvio e sviluppo di un caso di terapia individuale sistemica con un paziente ansioso
- 289 L'Università della terza età di Lucera. Una risorsa da non disperdere
- 296 Sintomi comportamentali e psicologici della demenza. Studio su soggetti con diagnosi di deterioramento cognitivo ospiti in un centro diurno
-

SPAZIO NEOLAUREATI

- 301 La Valutazione della Memoria a Breve Termine in Soggetti con Disturbo Dell'apprendimento Non Verbale (Danv)
- 304 Il reato di omicidio. Dalla personalità del reo al trattamento
- 311 "Psicoterapia e Creatività: Teorie e Tecniche di Intervento"
-

317 RASSEGNA STAMPA

NOVITÀ IN LIBRERIA

- 320 "FotoTerapia. Tecniche e strumenti per la clinica e gli interventi sul campo"
- 321 "Essere uomo" Alberto Manzi
-

323 NOTIZIE DALLA SEGRETERIA



L'UNIVERSITÀ DELLA TERZA ETÀ DI LUCERA UNA RISORSA DA NON DISPERDERE

Valentina Mustone

Dottorato di ricerca in "Cultura,
Educazione e Comunicazione"
presso l'Università Studi di Foggia;
pedagogista ed educatrice.

Maria Teresa Di Iorio

Dirigente psicologa-psicoterapeuta
ASL Foggia; docente volontaria presso
l'Università della Terza Età di Lucera.

RIASSUNTO

L'allungamento della vita media, l'incremento del tempo disponibile, l'evoluzione della medicina, la maggiore longevità fanno emergere il problema dell'invecchiamento. Si rende necessario modificare l'ottica e usare nuovi strumenti per analizzare il mondo degli anziani. La psicologia si è occupata maggiormente dei periodi evolutivi dell'infanzia e dell'adolescenza, ma oggi emerge la necessità di affrontare il mondo degli anziani che appaiono molto diversi tra loro.

Il presente contributo è incentrato, in particolare, sulle Università della Terza Età, intese come servizi tesi a promuovere il benessere psicofisico dell'individuo, l'invecchiamento attivo e un'elevata qualità della vita. Particolare attenzione è stata posta all'Unitre della città di Lucera con l'intento di dare rilievo ad una realtà territoriale della Capitanata poco nota che arricchisce enormemente l'intera comunità. Si tratta di una ricerca condotta principalmente sul campo, attraverso l'osservazione e la partecipazione ai corsi e alle attività dell'Associazione. L'indagine è stata, inoltre, arricchita da testimonianze dirette, raccolte mediante interviste narrative precedentemente costruite in forma semi-strutturata e successivamente somministrate al Presidente dell'Unitre, a tutti i quindici docenti e a sette corsisti che hanno offerto la propria disponibilità.

PAROLE CHIAVE

Università della terza età, anziani, benessere, formazione, qualità della vita.

1. PREMESSA

Se nel vecchio modello a parabola dello sviluppo umano la vecchiaia si caratterizzava come un periodo involutivo, nel quale l'educazione perdeva la sua funzione di preparazione alla vita futura, oggi l'età senile riacquista valore e si erge come una fase caratterizzata non solo da limiti, ma anche ricca di potenzialità e di progettualità e in grado di offrire all'individuo opportunità per ripensarsi, per ritrovarse stesso e per realizzare sogni e progetti che per vari motivi erano stati messi da parte. Nell'ultima stagione della vita, dunque, l'educazione permanentemente acquista un valore profondamente significativo poiché diviene essa stessa uno scopo «che fa tutt'uno con un'esistenza capace di serbare fino all'ultimo il proprio significato umano» (Baldacci, in Baldacci, Frabboni e Pinto Minerva, 2012, p. 67). Una società capace di investire sull'educazione in età senile risponde ad un duplice obiettivo in quanto da una lato contrasta l'emarginazione sociale a cui l'anziano spesso è esposto, promuovendo il suo benessere psicofisico e allo stesso tempo un'elevata qualità della vita; dall'altro lato interviene anche a favore dell'educazione dei più giovani. L'anziano, infatti, svolge un ruolo fortemente educativo nei confronti delle nuove generazioni in quanto «è capace di creare una continuità di valori e di insegnamenti tra passato, presente e futuro» (Rossiello e Di Giovine, in Volpicella, 2014, p. 94). Sergio Tramma (2000) sottolinea che «aver vissuto più degli altri (...) significa (...) aver accumulato più degli altri esperienze e una quantità maggiore di quel sapere (...) in grado di (...) fornire le coordinate per orien-



tare la vita delle comunità e degli individui» (p. 51). E ancora, gli anziani di oggi sono coloro che hanno vissuto le più importanti trasformazioni sociali del Novecento e in quanto tali sono preziosi custodi di memoria, detentori di una storia che va recuperata e trasmessa ai giovani, poiché una «società che ignora il passato rischia di ripeterne più facilmente gli errori» (Volpicella, 2014, p. 135). Pertanto se non si valorizzano le risorse degli anziani si rischia di privare i giovani di un'eredità storico-culturale essenziale per la loro formazione e di un patrimonio culturale fondamentale da cui partire per produrre nuove conoscenze.

Tra i servizi tesi a promuovere l'educazione permanente e l'invecchiamento attivo spiccano le Università della Terza Età. Esse si ergono come associazioni «dichiaratamente orientate alla realizzazione di attività formative (...) e si pongono l'obiettivo di promuovere la diffusione della cultura, favorire l'inserimento delle persone anziane nella vita socioculturale delle comunità in cui risiedono e offrire risposte adeguate ai fabbisogni educativi e formativi dei cittadini» (Luppi, 2008, p. 74). Hanno un carattere estremamente sociale, pertanto rientrano nella rete composta da tutte quelle agenzie culturali poste a servizio della realtà territoriale. Si rivolgono generalmente agli anziani, ma sono aperte anche a persone più giovani interessate ai corsi e alle attività realizzate. Queste ultime toccano un'ampia gamma di tematiche come la letteratura, la medicina, la religione, la storia, la psicologia, il ballo, il canto, il teatro, la pittura, l'attività motoria, ecc. e in questo modo rispondono alle esigenze e agli interessi di ogni iscritto, che è libero di frequentare i corsi per lui più soddisfacenti. L'attività didattica, articolata in lezioni frontali e laboratoriali, viene completata e arricchita da seminari, convegni, manifestazioni, visite guidate, viaggi e momenti di incontro conviviali che favoriscono la socializzazione tra i membri e allo stesso tempo accrescono la loro cultura.

La prima Università della Terza Età italiana nasce a Torino nel 1975 e ancora oggi coordina a livello nazionale tutte le altre, ormai ampiamente diffuse sull'intero territorio italiano, tra cui quella del Comune di Lucera, a cui è dedicato il presente contributo.

2. L'UNIVERSITÀ DELLA TERZA ETÀ DI LUCERA

Da oltre vent'anni, precisamente dal 24 ottobre 1991, la realtà territoriale del Comune di Lucera è stata arricchita dall'istituzione dell'Unitre che, non solo offre agli anziani l'opportunità di partecipare ad esperienze di confronto e di apprendimento condiviso, ma attraverso la creazione di una rete con le varie agenzie locali, scuole, associazioni, ecc., interviene anche a favore dell'educazione dei più giovani divenendo così una risorsa per il benessere di tutti i membri della comunità.

Il buon funzionamento dell'Unitre di Lucera è il frutto dell'intreccio di tre elementi fondamentali: la cura del Presidente nella scelta di una variegata offerta formativa in grado di rispondere adeguatamente agli interessi dei corsisti; la capacità dei docenti nell'interpretare tali esigenze per poi tradurle in lezioni che influiscono sul benessere psicofisico dell'individuo, e infine la passione e l'entusiasmo dei corsisti che conferiscono maggiore senso e valore ad ogni attività.

Ogni anno l'Unitre formula un programma didattico che racchiude corsi e laboratori incentrati su molteplici tematiche, quali ad esempio, il dialetto locale, l'archeologia, la letteratura, l'arte, il ballo, il canto, l'economia, la sociologia, la medicina, l'attività motoria, la religione, la psicologia, la lingua inglese, ecc.

La ricchezza dell'offerta formativa consente innanzitutto di rispondere agli interessi e ai bisogni di ogni iscritto, permettendo ad ognuno di loro di arricchire le proprie conoscenze e competenze pregresse, di accedere a nuovi saperi e di esprimere se stesso attraverso forme e modalità differenti che coinvolgono il corpo, la mente e lo spirito, ma rende altresì all'Unitre un vero e proprio contesto virtuoso in cui prende vita un progetto complesso capace di «*sperimentare serietà e lievità*» (Frabboni e Pinto Minerva, 1994, p. 205) e di tessere insieme arte e scienza, in direzione di una valorizzazione completa dell'essere umano.

Il recupero della storia locale, ad esempio, acquista un valore ermeneutico in quanto consente di accedere al significato della propria esistenza (Formenti, 1998) e ai fattori che, probabilmente, hanno

influenzato scelte e stili di vita; consente inoltre di mantenere vivo il senso della propria identità (Viney, 1994) e allo stesso tempo permette al soggetto di riconoscersi come parte integrante di una comunità che condivide gli stessi valori e le stesse tradizioni. La letteratura e l'arte connettono due tipi di linguaggio, quello della parola e quello dell'immagine; lo studio dei più grandi autori letterari viene, dunque, associato a quello delle maggiori opere d'arte e in questo modo i corsisti approfondiscono le proprie conoscenze e sono stimolati ad utilizzare e ad esercitare più sensi contemporaneamente.

Il corso di danza funge da importante momento di incontro e socializzazione e attiva il movimento del corpo agendo sul benessere psicofisico del soggetto. Da non sottovalutare, inoltre, anche la sua funzione terapeutica, in quanto «le persone (...) con limitazioni motorie, che spesso sono escluse da interazioni con gli altri, attraverso il coinvolgimento in proposte musicali quali l'ascolto di gruppo (...) o il ballo d'insieme, diminuiscono il loro senso di solitudine o malessere» (Farina, in Castelli, 2011, p. 115). Molteplici anche le finalità del corso di canto. Come il precedente, anch'esso favorisce momenti di incontro conviviali durante i quali i corsisti possono socializzare, svagarsi e divertirsi attraverso il canto. Quest'ultimo, tuttavia, non viene eseguito in maniera disinteressata e inconsapevole, in quanto la preparazione tecnica viene preceduta dallo studio letterario della canzone. Prima di giungere al canto vero e proprio, infatti, si analizza il testo di ogni canzone al fine sia di enfatizzarne il valore poetico sia di scoprire i significati nascosti e i messaggi trasmessi dall'autore. Inoltre, essendo incentrato sulla canzone italiana, il corso ripercorre parte della storia del Paese che inevitabilmente risulta connessa alla storia individuale di ogni corsista. «L'esperienza musicale consente di ricordare, esprimere o condividere un particolare vissuto, (...) mette in condivisione le emozioni. Per la persona anziana si rivela particolarmente utile l'ascolto di musiche legate alla propria storia, per ricordare i momenti piacevoli vissuti con le persone care e gli episodi importanti della propria esistenza» (Farina, in Castelli, 2011, p. 114).

Il corso di pittura, invece, è principalmente teso a valorizzare il potenziale creativo, estetico, artistico ed espressivo dei corsisti. La vecchiaia è un'età «potenzialmente e liberamente connessa alla creatività» (Tramma, 2000, p. 32), la quale consente di inventare, immaginare, esprimersi con modalità nuove e originali e il suo sviluppo va inserito «in una prospettiva di adattamento all'ambiente e di scambio relazionale (...). La persona anziana, che di esperienze ne ha vissute nel corso della propria esistenza (...) possiede un potenziale di creatività non indifferente» (Farina, in Castelli, 2011, pp. 109-110). Ogni corsista dell'Unitre, infatti, si avvicina alla pittura in maniera del tutto personale e originale, dipingendo forme astratte, paesaggi, fiori, persone e scene di vita e ogni tela diviene espressione unica e irripetibile di sentimenti, emozioni e modi diversi di guardare il mondo.

Molto importanti anche i corsi inerenti alla salute e al benessere psicofisico dell'anziano, come il corso di medicina e il corso di attività motoria. Il primo è un corso teorico che consente ai corsisti di affrontare e di discutere, insieme ad un medico, tematiche cliniche legate alle patologie maggiormente riscontrate in età senile.

Non si può negare, infatti, che la malattia è una preoccupazione costante nella vita dell'anziano e se da un lato può generare ansia e frustrazione, dall'altro lato può essere accettata come una «sfida a cui far fronte» (Viney, 1994, p. 101). A tal proposito, fondamentale risulta un adeguato processo formativo, inteso come una vera e propria pratica di prevenzione, di cura e di accompagnamento della persona. L'educazione permanente, dunque, permette di sviluppare fin dall'infanzia la capacità di «imparare-ad-imparare» (Frabboni, in Baldacci, Frabboni e Pinto Minerva, 2012), competenza trasversale utile soprattutto per fronteggiare i momenti di criticità. Nell'età anziana, ad esempio, essa consente di apprendere nuove strategie per far fronte al cambiamento e per aprirsi a interessi culturali e sociali grazie ai quali si possono «prevenire ripiegamenti depressivi» (Baldacci, in Baldacci, Frabboni e Pinto Minerva, 2012, p. 69) e dispiegare nuove possibilità. Il secondo corso, invece, è di natura pratica e consi-



ste in lezioni di attività motoria. È risaputo che una costante attività fisica giova sulla salute dell'individuo in tutte le età, ma in quella senile diviene una vera e propria strategia di invecchiamento attivo tesa ad aumentare l'autonomia e a prevenire deficit funzionali del corpo. Non a caso «la limitazione nella mobilità costituisce uno tra i primi segni del processo di disabilità che si instaura nella popolazione anziana» (Clemente, Rosa e Sannicandro, in Volpicella, 2014, p. 62). I benefici dell'attività motoria sono sia di natura economica, nella misura in cui si evitano cure mediche, sia di natura psicofisica. Infatti, sentirsi bene a livello fisico incide fortemente anche sulla psiche del soggetto (Tramma, 2000), che impara ad accettare un corpo che cambia. Non è raro che la percezione negativa di sé da parte dell'anziano derivi soprattutto dalla distanza avvertita tra una mente ancora attiva e un corpo non più giovane che spesso ostacola la realizzazione dei propri desideri. Tuttavia nella vecchiaia si assiste al superamento del dualismo mente-corpo perché è proprio sul fisico che la persona porta i segni del proprio vissuto (Rossiello e Di Giovine, in Volpicella, 2014). Quindi disconoscere il proprio corpo o percepirlo come estraneo da sé significa «rinnegare la propria identità» (Rossiello e Di Giovine, in Volpicella, 2014, p. 88) e cancellare le tracce di eventi, vissuti, storie che si fanno visibili in ogni singola ruga e in ogni singolo dolore o fastidio fisico. In tal senso l'educazione permanente diviene essenziale per «sviluppare pratiche di riflessività in grado di opporsi all'inquietudine dello scoprirsi anziani» (Pinto Minerva, in Baldacci, Frabboni e Pinto Minerva, p. 51).

La famiglia è un altro argomento contenuto nel programma. In una società aduocentrica, in cui predomina sempre di più la funzione produttiva dell'uomo, l'anziano, ormai fuori dal mercato del lavoro, rischia di divenire vittima di emarginazione in quanto la sua presenza viene percepita non come una risorsa, ma come un «onere per la società» (Baldacci, in Baldacci, Frabboni e Pinto Minerva, 2012, p. 64). Si dimentica però che gli anziani sono «produttori di servizi per le altre persone, servizi relativi alla cura degli altri e dell'infanzia in particolare» (Baldacci,

in Baldacci, Frabboni e Pinto Minerva, 2012, p. 69). Si tratta, dunque, di rovesciare i pregiudizi legati all'età senile e di riconferire senso e valore all'anziano che, soprattutto nel contesto familiare, acquista un'importanza imprescindibile in quanto, fornendo un valido sostegno ai genitori nella conciliazione dei tempi di vita e di lavoro, si erge come un potente «tessuto connettivo della comunità» (Baldacci, in Baldacci, Frabboni e Pinto Minerva, 2012, p. 70). Il ruolo che l'anziano riveste nella gestione familiare, tuttavia, non è solo strumentale, ma è anche culturale ed emotivo (Ladogana, in Loiodice, 2014). Le molteplici trasformazioni subite dalla famiglia comportano, infatti, un necessario ripensamento dei rapporti intergenerazionali che diventano profondamente significativi soprattutto nella relazione tra nonni e nipoti (Ladogana, in Loiodice, 2014). Quest'ultima produce opportunità di apprendimento reciproco perché le conoscenze «nuove» dei giovani si incrociano con quelle «vecchie» degli anziani e dal loro intreccio possono scaturire progetti originali in grado di avviare profonde trasformazioni (Pinto Minerva, 2011). Si tratta, allora, di promuovere l'incontro intergenerazionale e valorizzare la vecchiaia anche attraverso il potere formativo della «nonnità» (Dato, in Pinto Minerva, 2015, p. 62), che si trasforma in una vera e propria «genitorialità sociale» (Dato, in Pinto Minerva, 2015, p. 62).

Di carattere principalmente morale, infine, sono le tematiche affrontate dai corsi di letteratura e di religione. Il primo riflette sulla natura dell'essere umano a partire da una rilettura critica delle maggiori opere letterarie, come ad esempio quelle di Pirandello, il secondo affronta temi etici e morali a partire dalla religione. Nella terza età, più che mai, emergono interrogativi esistenziali profondi sul significato della vita e dell'essere umano che si connettono al bisogno dell'anziano di conferire senso e valore al proprio sé, ai propri vissuti e al mondo in generale. «Riuscire in questo compito significa consolidare il senso del proprio essere attraverso la consapevolezza dell'essere stato, e dunque conquistare un senso di compiutezza di sé» (Baldacci, in Baldacci, Frabboni e Pinto Minerva, 2012, p.82), ma anche riacquistare fiducia negli altri e nel mondo, tornare

ai valori e riscoprire la vera essenza della vita. Tali domande «esigono lo sfrondamento del superfluo» (Demetrio, 2007, p. 12) a cui l'anziano facilmente riesce a sottrarsi proprio in virtù della sapienza e della saggezza accumulate nel tempo, che lo portano «a non essere più incline ai mascheramenti e alle inautenticità» (Dato, in Pinto Minerva, 2015, p. 51). Nella terza età si dà priorità all'«essere» piuttosto che all'«apparire», si acquistano senno e autorità con i quali si fanno valere le proprie opinioni, senza preoccuparsi del giudizio altrui (Tramma, 2000), e si assume uno sguardo più critico e distaccato nei confronti della vita e ciò consente di ricavare gioia e piacere perfino dalle piccole cose. È necessario, quindi, aiutare l'anziano a riappropriarsi del proprio ruolo di «fonte di saggezza» (Loiodice, 2013).

Fondamentale anche il corso di psicologia che permette di confrontarsi con le tematiche del processo evolutivo dalla nascita all'età senile, focalizzandosi soprattutto sui cambiamenti di quest'ultimo periodo che grazie alle risorse acquisite consente, in maniera creativa, di superare gli ostacoli dovuti all'avanzare dell'età.

Lodevole, inoltre, anche l'attenzione riservata all'inglese e all'informatica, che promuovono percorsi formativi tesi non solo ad ampliare la conoscenza della lingua straniera e a facilitare l'utilizzo delle nuove tecnologie, ma anche a creare preziosi incontri intergenerazionali.

L'attività didattica dell'Unitre di Lucera viene arricchita anche da manifestazioni, seminari, convegni e progetti, nonché da viaggi nazionali e internazionali che costituiscono un'opportunità estremamente importante per scoprire posti nuovi, per ampliare le proprie conoscenze e per confrontarsi con altre persone e altri membri delle Unitre italiane.

3. TESTIMONIANZE DIRETTE

Al fine di analizzare in maniera più approfondita l'opera dell'Unitre di Lucera, la sua organizzazione, l'importanza e il significato emotivo che assume nella vita dei partecipanti e l'impatto socio-culturale che produce sull'intera comunità, sono state somministrate delle interviste narrative al Presidente, ai docenti e ad alcuni corsisti dell'Associazione.

Si tratta di racconti che rovesciano completamente i pregiudizi legati alla terza età, e forniscono l'immagine di un anziano attivo, curioso, interessato alla vita e aperto al futuro.

I docenti, infatti, affermano: «I corsisti dell'Unitre sono sempre desiderosi di conoscere» (M. T. D. I., intervista, 2016), «sono ricchi di entusiasmo e vogliono ancora imparare» (C. L., intervista, 2016), «c'è gente che non può salire le scale, ma viene comunque» (M. I., intervista, 2016). Loro non vivono la terza età con angoscia, ma «come un'opportunità per riempire una parte di sé che è rimasta scoperta» (U., intervista, 2016), «ed è proprio questo entusiasmo che li porta a scoprire e a conoscere tante cose nuove» (P. S. e G. P., intervista, 2016).

Nell'età senile, infatti, l'apprendimento non viene vissuto come una necessità, ma come una vera e propria pratica di cura di sé che permette di «tenere attiva la mente ed essere impegnati» (G. F., intervista, 2016). E. C., M. O. e F. Z. (interviste, 2016) sostengono che l'approccio dell'anziano alla cultura è privo di quella superficialità che caratterizza la giovane età; al contrario, è guidato dalla ragione, da uno sguardo critico e analitico e da una maggiore maturità che permette di entrare «nell'intimo di una cosa» (E. C., intervista, 2016). «È un arricchimento intellettuale ottenuto senza l'ansia della prestazione» (F. Z., intervista, 2016).

Se affrontato in questo modo, l'apprendimento conduce la persona verso saperi inediti, capaci a loro volta di dilatare i propri orizzonti e di svelare nuovi traguardi, raggiungibili grazie a quella libertà di cui giovani e adulti difficilmente possono beneficiare a causa degli impegni lavorativi o familiari. Non si tratta, però, solo di una libertà intesa in termini quantitativi, ma anche di una libertà emotiva ed espressiva che consente agli anziani di «tornare all'infanzia» (Pinto Minerva, 2012, pp. 52-54). Il che significa recuperare la propria immaginazione, la propria spensieratezza, la capacità di sognare, di lasciarsi andare, di pensare in maniera divergente sottraendosi sia alla «ripetizione dell'identico» (Pinto Minerva, 2012, p. 53) sia alla preoccupazione e all'imbarazzo per lo sguardo e il giudizio altrui, che in età senile non è più così importante.



Tale aspetto non a caso viene evidenziato proprio dai docenti di danza, di canto, di attività motoria e di pittura, ovvero quelle attività caratterizzate da un forte potenziale espressivo e creativo e che consentono al soggetto di evadere dai problemi che invadono la quotidianità, di svagarsi e di ritrovare la propria allegria e la propria autenticità. Il senso di libertà e di serenità ritrovata conduce anche ad una quiete interiore, dimensione nella quale si fanno strada interrogativi profondi «sul significato della vita, sul significato del dolore, della giustizia e così via» (G. M., intervista, 2016), e quindi in grado di risvegliare «quei sentimenti sui quali spesso non si riflette» (M. U., intervista, 2016) e che facilitano l'incontro col proprio sé e con l'altro.

L'Unitre inoltre restituisce il calore della relazione contrastando «una società nella quale i più deboli sono spesso abbandonati a se stessi» (Volpicella, 2014, p. 135). A tal proposito il docente M. U. racconta:

«In casa loro si intristiscono. Io ad esempio l'altro anno li ho invogliati a scrivere delle piccole poesie e dei racconti (...). E alcuni sono bellissimi perché si confessano e allora mi accorgevo di quanta tristezza c'era in qualcuno quando stava da solo e la gioia invece che provava quando doveva venire qui per poter avere la possibilità di dire una parola, uno spazio per essere ascoltato. Io durante le lezioni li coinvolgo, li chiamo per nome e loro sono tutti felici. E vengono qua per potersi misurare con se stessi e per trovare nel confronto con gli altri quella spinta per poter vivere meglio le proprie fragilità» (intervista, 2016).

Tutto ciò viene confermato dalle parole dei corsisti i quali sostengono che «all'Unitre veramente si sta bene» (M. C., intervista, 2016) perché «socializzare (...) è una cosa bellissima» (E. C., intervista, 2016), è un «un momento di distrazione, di comunicazione» (M. C., intervista, 2016) che permette di riscoprire «la gioia di stare insieme, di discutere, di raccontare, di parlare» (C. C., intervista, 2016).

Quella che viene a crearsi all'interno dell'Unitre è una forma di socializzazione privilegiata, in quanto nasce non dalla condivisione di esperienze futili, ma dalla partecipazione condivisa ad attività fortemente stimolanti, quindi, oltre ad appagare il naturale bisogno

relazionale dell'uomo, innesca veri e propri processi di scambio e di confronto attivi. Questo rapporto di apprendimento reciproco, inoltre, diviene anche uno stimolo motivazionale per i docenti, spinti a perseverare in tale esperienza anno dopo anno proprio in virtù dei benefici che ne traggono a livello personale. M.T.D.I. e C. L., ad esempio, affermano: «Noi facciamo volontariato, ma in cambio riceviamo molto; c'è un confronto umano, uno scambio di affetto e di emozioni» (M. T. D. I., intervista, 2016) e questo «ci dà la carica per andare avanti» (C. L., intervista, 2016). La volontà di migliorarsi rende costante e continuo il processo di crescita che non risulta affatto concluso nella terza età, ma si protrae durante tutto il corso della vita.

I corsisti durante le interviste hanno ripetuto più volte che «non si finisce mai di imparare» (R. T., intervista, 2016) perché «l'apprendimento non ha fine» (R. M., intervista, 2016) e prepara il soggetto ad affrontare al meglio le transizioni che investono la persona in ogni nuova fase della vita.

La vecchiaia, in particolare, enfatizza la distanza tra io interiore e io esteriore e tale contrasto se in un primo momento può destabilizzare, successivamente si rivela una risorsa indispensabile per imparare ad «abitare» la nuova condizione. Infatti, una mente forte, attiva, flessibile, in grado di compensare la fragilità del corpo è il frutto di un processo formativo permanente che attrezza il soggetto di un bagaglio culturale ed emotivo che lo rende disponibile a ricominciare, capace di «governare le transizioni» (Loiodice, 2012) e perfino in grado di svelare «il fascino che la dimensione del cambiamento continuo reca in sé» (Loiodice, 2012).

Significativa a tal proposito la testimonianza di molti corsisti. C. C. ad esempio, afferma: «Io dentro di me non me li sento gli anni. Certo ci sono gli acciacchi che ci ricordano l'età, ma non mi arrendo mai» (intervista, 2016). E ancora, R. T.: «bisogna superare certe cose e avere una certa forza di volontà» (intervista, 2016). L'impegno, l'entusiasmo, il coraggio con cui gli intervistati affrontano la vita dimostrano che la senilità non è l'età del declino, ma diviene tale solo «se interiormente cominciamo a deprimerci» (M. O., intervista, 2016). Essa invece «va elevata a stagione-di-cam-

bio» (Frabboni, in Baldacci, Frabboni e Pinto Minerva, 2012, p. 62). R. M. a ottant'anni continua ancora a fare «programmi per il futuro» (intervista, 2016), confermando che anche la vecchiaia, così come tutte le altre età, si rivela densa di progettualità.

I benefici ottenuti dall'Unitre, dunque, sono molteplici e provengono anche sotto forma di riconoscimenti e gratificazione da parte della famiglia, dei figli e dei nipoti, che vedono nella «scuola dei nonni» (F. Z., intervista, 2016) una grandiosa occasione per vivere meglio divertendosi e imparando.

Le Unitre, per concludere, sono una straordinaria risorsa da non disperdere ed è per questo motivo che non devono restare nascoste, ma occorre valorizzarle, lodarle, e portarle all'attenzione di tutti, soprattutto dei giovani, affinché possano ritrovare, attraverso l'esempio degli anziani, quei valori dell'«etica semplice» (Hartmann, 2011, p. 217), della disponibilità, dell'aiuto reciproco e della curiosità nei confronti della bellezza della vita.

BIBLIOGRAFIA

- Baldacci, M. (2012). **Tempo ritrovato ed eterno riposo. L'anziano e l'educazione permanente.** In M. Baldacci, F. Frabboni & F. Pinto Minerva (A cura di), *Continuare a crescere. L'anziano e l'educazione permanente* (pp. 60-86). Milano: Franco Angeli.
- Clemente, M., Rosa, R. A., & Sannicandro, I. (2014). **L'invecchiamento e l'attività fisica.** In M. A. Volpicella (A cura di), *Ri-pensare le vecchieie* (pp. 47-82). Lecce: Pensa Multimedia.
- Dato, D. (2015). **Progettare il "dopo di noi". L'altruismo per il futuro della civiltà.** In F. Pinto Minerva (A cura di), *Sguardi incrociati sulla vecchiaia* (pp. 47-66). Lecce: Pensa Multimedia.
- Demetrio, D. (2007). **La vita schiva. Il sentimento e le virtù della timidezza.** Milano: Raffaello Cortina Editore.
- Farina, F. (2011). **L'invecchiamento positivo con la musica.** In C. Castelli (A cura di), *Resilienza e creatività. Teorie e tecniche nei contesti di vulnerabilità* (pp. 108-116). Milano: Franco Angeli.
- Formenti, L. (1998). **La formazione autobiografica. Confronti tra modelli e riflessioni tra teoria e prassi.** Milano: Guerini Studio.
- Frabboni, F. (2012). **Un capitale da non disperdere: la terza età.** In M. Baldacci, F. Frabboni & F. Pinto Minerva (A cura di), *Continuare a crescere. L'anziano e l'educazione permanente* (pp. 15-38). Milano: Franco Angeli.
- Hartmann, N. (2011). **Ontologia dei valori** (a cura di G. D'Anna). Brescia: Morcelliana Editrice.
- Ladogana, M. (2014). **Nonni e nipoti. Un'alleanza educativa possibile.** In I. Loiodice (A cura di), *Formazione di genere. racconti, immagini, relazioni di persone e famiglie* (pp. 87-95). Milano: Franco Angeli.
- Loiodice, I. (giugno, 2012). **Orientamento come educazione alla transizione. Per non farsi "schiacciare" dal cambiamento.** *MeTis. Mondi educativi. Temi indagini e suggestioni*, Rivista internazionale di Pedagogia, Didattica e Scienze della Formazione, II, 1.
- Loiodice, I. (dicembre, 2013). **Bambini e anziani, centro o periferia?.** *MeTis. Mondi educativi. Temi indagini e suggestioni.* Rivista internazionale di Pedagogia, Didattica e Scienze della Formazione, III, 2.
- Luppi, E. (2008). **Pedagogia e terza età.** Roma: Carocci.
- Pinto Minerva, F. (2011). **Narrazioni tra memoria e futuro.** In Id. (A cura di), *La memoria del Parco. Il Parco della memoria. Ambiente, ricerca, formazione.* Bari: Progedit.
- Pinto Minerva, F. (2012). **La vecchiaia. Sguardi pedagogici.** In M. Baldacci, F. Frabboni & F. Pinto Minerva (A cura di), *Continuare a crescere. L'anziano e l'educazione permanente* (pp. 39-59). Milano: Franco Angeli.
- Rossiello, M. C., & Di Giovine, A. G. (2014). **L'anziano è "l'altro da sé".** In A. M. Volpicella (A cura di), *Ri-pensare le vecchieie* (pp. 83-109). Lecce: Pensa Multimedia.
- Tramma, S. (2000). **Inventare la vecchiaia.** Roma: Meltemi.
- Viney, L. L. (1994). **L'uso delle storie nel lavoro con l'anziano. Tecniche di terapia dei costrutti.** Trento: Erickson.
- Volpicella, A. M. (2014). **Senso e valore della vecchiaia.** In Id. (A cura di), *Ri-pensare le vecchieie* (pp. 133-136). Lecce: Pensa Multimedia.