

# Adolescenza: l'apporto della cultura

Il padre fondatore della ricerca scientifica sull'adolescenza è **Stanley Hall (1904)**. Secondo lui si tratta di una fase turbolenta e problematica, poiché connessa ai cambiamenti biologici.

**Margaret Mead (1977)**, la quale ha mostrato come i cambiamenti adolescenziali siano un “prodotto” culturale molto importante.

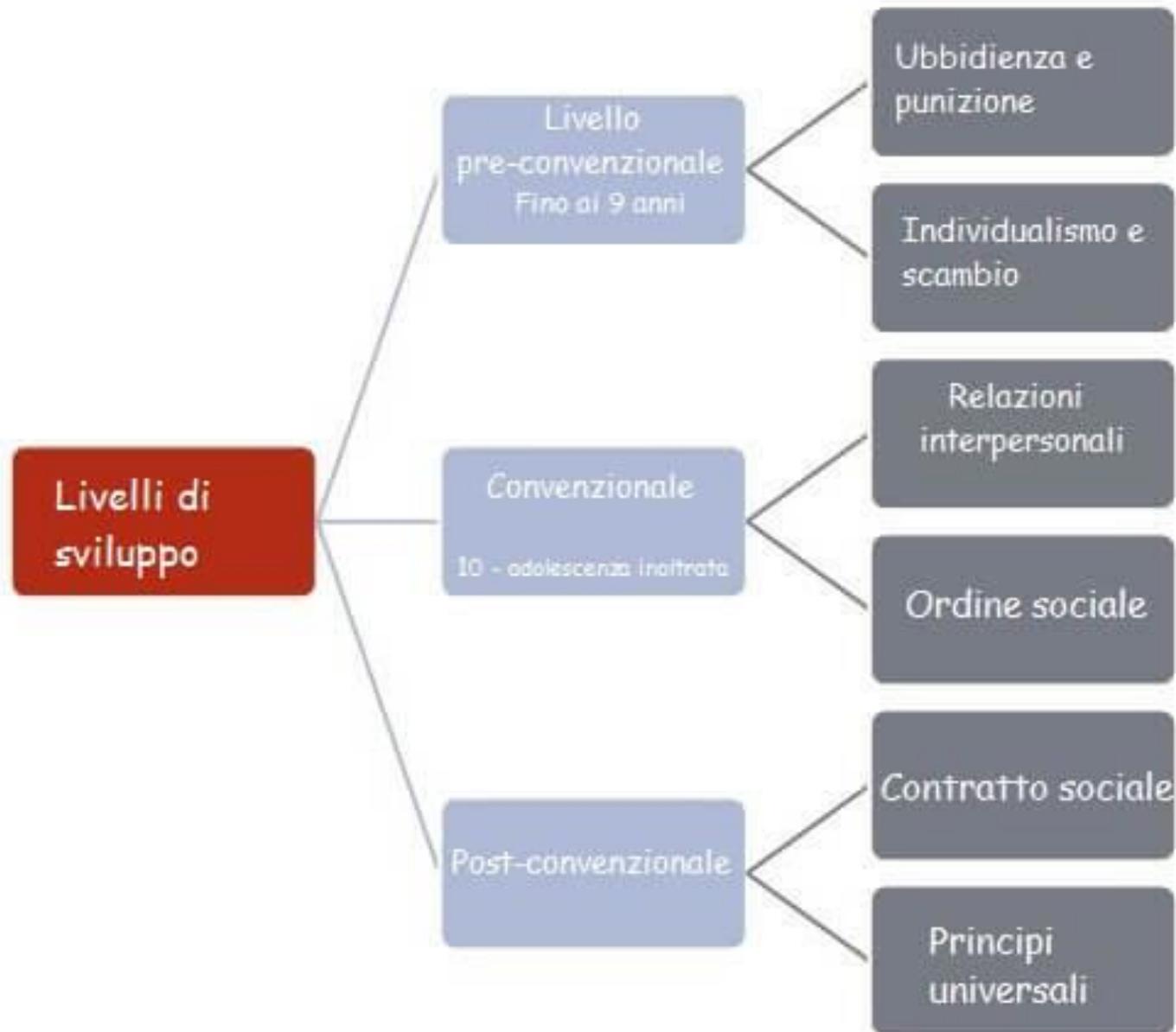
Studiò i giovani delle isole Samoa (Oceano Pacifico), “L'adolescenza in una società primitiva”: i samoani ricevono sin da piccoli un'educazione alla sessualità e alle relazioni sociali e di gruppo, che gli consente un passaggio alla vita adulta non contrassegnato da conflitti e disagi.

# Adolescenza: Piaget (1926)

Oltre ai cambiamenti fisici e psicologici, l'adolescente vive profonde trasformazioni nello sviluppo delle funzioni cognitive, legate alla comparsa del pensiero operatorio formale (che implica un deciso ampliamento dell'intelligenza).

- In questa età si pensa in termini di possibilità anziché di semplice realtà concreta, combinando sperimentazione e riflessione logica.
- Si tratta di un pensiero ipotetico-deduttivo, cioè che ragiona non solo su situazioni reali ma anche immaginate e che da determinate ipotesi sa trarre conseguenze collegando proposizioni diverse.
- Collegata a questo tipo di pensiero vi è l'analisi combinatoria, ovvero la capacità di analizzare le singole variabili e le loro possibili combinazioni.

Adolescenza:  
Lawrence  
Kohlberg  
(1981)



# Adolescenza: Kohlberg L. (1981)

- **Heinz ruba la medicina**

*"In Europa una donna era vicina alla morte per una rara forma di cancro. C'era una medicina che i dottori ritenevano potesse curarla: era una forma di radio che il farmacista aveva recentemente scoperto. La medicina era costosa da preparare ed inoltre il farmacista caricava 10 volte il costo di preparazione. Egli pagava 200\$ per il radio e chiedeva 2000\$ per una piccola dose di medicina. Il marito della donna malata, Heinz, andò in giro a chiedere in prestito denaro, ma raccolse soltanto 1000\$, metà del costo. Recatosi dal farmacista gli disse che sua moglie stava morendo e gli chiese di pagare meno la medicina o di dare la differenza successivamente. Ma il farmacista disse: "No, io ho scoperto la medicina e ho intenzione di guadagnarci.". Così Heinz si disperò e rubò la medicina. Avrebbe dovuto farlo?"*

# Adolescenza: Kohlberg L. (1981)

- nella preadolescenza la morale raggiunge il livello convenzionale, nel quale conta soprattutto il rispetto per le norme socialmente approvate e non le conseguenze immediate dell'azione del singolo
- nell'adolescenza, ma non tutti ci riescono, si raggiunge il livello postconvenzionale, in cui le leggi morali vanno rispettate, ma dato che sono create dall'uomo possono essere modificate per garantire diritti individuali e collettivi



# Adolescenza: lo sviluppo psico-sessuale

- Secondo il padre della psicoanalisi l'adolescenza coincide con l'abbandono delle pulsioni di tipo pregenitale a favore delle pulsioni sessuali di tipo genitale (Freud, 1922).
- Il pericolo di perdita del controllo pulsionale richiede all'intero sistema di difesa dell'Io di intervenire per controllare le spinte libidiche

# Adolescenza: I meccanismi di difesa (Freud, A.)

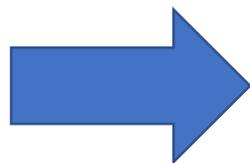
- L'ascetismo (processo difensivo) è caratterizzato dalla rinuncia ad ogni piacere dei sensi per dedicarsi a più alti ideali religiosi e morali (negazione completa dei desideri sessuali accompagnata da una diffidenza verso tutte le spinte istintuali, compresa quella ad alimentarsi)
- L'intellettualizzazione è lo spostamento degli affetti dagli oggetti di amore e odio alle discussioni intellettuali, in modo da poter controllare il conflitto psichico

# Adolescenza: il contributo di Erikson (1959; 1982)

Il pensiero di Erikson è basato sul concetto di crisi di identità.

- Egli introduce l'idea che la ricerca dell'identità si manifesta pienamente nell'adolescenza e propone uno schema evolutivo caratterizzato da otto stadi, a cui corrispondono crisi psicosociali che, se superate, rappresentano un passo avanti verso la maturità psicologica.
- «un senso consapevole dell'identità individuale [. ..] uno sforzo inconscio verso la continuità di un carattere personale [...] un criterio per il silenzioso agire della sintesi dell'io [...] il mantenimento di una solidarietà interiore con gli ideali e l'identità del gruppo» [Erikson 1959, 102].

# Adolescenza: Il contributo di Erikson



**TAB. 8.2.** Gli otto stadi evolutivi proposti da Erikson [1968]

CRISI NORMATIVA	ETÀ (ANNI)	CARATTERISTICHE PRINCIPALI
FIDUCIA VS. SFIDUCIA	0-1	Interazione sociale primaria con il <i>caretaker</i> che svolge funzioni materne; interessi orali; fiducia nelle cure di sostentamento, compresa l'alimentazione.
AUTONOMIA VS. VERGOGNA E DUBBIO	1-2	Interazione sociale primaria con i genitori; addestramento al controllo sfinterico; evacuazione-ritenzione; origini della volontà autonoma.
INIZIATIVA VS. COLPA	3-5	Interazione sociale primaria con la famiglia nucleare; origine dei sentimenti edipici; sviluppo del linguaggio e della locomozione; sviluppo della coscienza come regolamentazione dell'azione.
INDUSTRIOSITÀ VS. INFERIORITÀ	6-pubertà	Interazione sociale primaria al di fuori della famiglia, con i pari e gli insegnanti; valutazione della capacità di eseguire i compiti.
IDENTITÀ VS. CONFUSIONE DI RUOLO	Adolescenza	Interazione sociale primaria con i pari, che culmina con l'amicizia eterosessuale; stato di moratoria rispetto al ruolo adulto; crisi d'identità; consolidamento delle soluzioni dei precedenti quattro stadi in un senso coerente di sé.
INTIMITÀ VS. ISOLAMENTO	Età adulta – giovinezza	Interazione sociale primaria con un membro del sesso opposto, nell'ambito di una relazione intima; accettazione degli impegni adulti, compreso quello nei confronti del partner di coppia.
GENERATIVITÀ VS. STAGNAZIONE	Età adulta – maturità	Interesse sociale primario a guidare le generazioni future; produttività e creatività.
INTEGRITÀ VS. DISPERAZIONE	Età adulta – anzianità	Interesse sociale primario di tipo riflessivo; accettazione del proprio ruolo nel ciclo di vita (oramai quasi completo) e della propria relazione con gli altri: «lo sono ciò che sopravvive di me».

# Adolescenza: il contributo di Erikson (1982)

Rapidi cambiamenti psicologici producono un «nuovo» corpo che ha bisogni sessuali non familiari. Questi cambiamenti, accanto alla pressione sociale affinché prenda decisioni relative all'occupazione e all'educazione, forzano i giovani a prendere in considerazione una varietà di ruoli.

Nella vita dell'adolescente cominciano a comparire le prime “esperienze” di tipo affettivo, relazionale o lavorativo che possono essere affrontate con maggiore o minore “impegno”.

- identità realizzata → esito di un'esperienza positiva associata ad un valido impegno
- blocchi di identità → pressione verso impegni seri così da non consentire la libera sperimentazione
- diffusione di identità → confusione, esplorazione incerta e poco impegno
- moratoria dell'identità → prolungamento della fase esplorativa e valutativa, non riuscendo così ad arrivare ad una conclusione

# I compiti di sviluppo

- L'adolescente deve affrontare varie “sfide”, denominate da Havighurst “compiti di sviluppo” (1948), che possono riguardare:
- Sviluppo corporeo
- Maturazione sessuale
- Sviluppo del pensiero operativo formale
- Integrazione in un gruppo di coetanei
- Preparazione ad un'attività lavorativa

# L'identità adolescenziale (Atger, 2006; Botbol et al.,2000; Fraley, Davis & Shaver, 1998)

L'identità personale ha due principali aspetti, che non sempre coincidono:

- l'idea che un individuo ha di se stesso (ciò che “pensa” di essere), chiamato senso di identità
- ciò che l'individuo è realmente

# L'identità adolescenziale (Coleman, 1974)

- Modello focale nell'adolescenza: l'a. affronta in momenti diversi della vita pattern specifici di problemi (identità, modificazioni del corpo, separazione dalla famiglia)
- Se in grado di affrontare una sfida alla volta i bambini diventano maggiormente in grado di affrontare produttivamente e senza drammatiche tensioni i compiti di sviluppo
- Creazione di disturbi patologici: la necessità di affrontare più compiti nello stesso momento

# Le relazioni familiari (Ammaniti, 1999)

- Gli a. restano ancora molto legati ai genitori, tanto da chiedere loro consiglio in casi di decisioni importanti (scelte scolastiche e professionali, orientamenti di vita futura e protezione in caso di stress e disagio);
- il gruppo dei pari influisce soprattutto su scelte di vita quotidiane (come il tempo libero, l'abbigliamento, ecc.).



# Relazioni familiari

L'adolescenza rappresenta un momento critico per tutta la famiglia, la quale deve saper integrare le esigenze di autonomia e indipendenza dei figli con la coesione degli affetti e la negoziazione di nuove regole.

Secondo l'approccio sistemico agiscono in questa età due importanti processi:

- l'individualizzazione dell'adolescente, che tende a rendersi autonomo dai legami familiari
- la differenziazione dell'organizzazione familiare, da cui dipende il maggior o minor grado di flessibilità nel concedere l'indipendenza
- Nella prima adolescenza, con l'insorgere del desiderio di esplorazione del ragazzo, la famiglia può reagire aumentando il controllo per proteggere il figlio, finendo però col causare reazioni di distanza e ribellione.

# Relazioni familiari

- Nell'attuale società occidentale, tuttavia, esiste il fenomeno del “prolungamento dell'adolescenza” (late adolescence), in cui il giovane adulto resta in famiglia grazie alla positiva negoziazione dei rapporti in età adolescenziale (Ammaniti, 2015).
- Lo stile con cui i genitori entrano in contatto con i figli è determinante nello sviluppo di competenze sociali e dell'identità.

# Il gruppo dei pari

- Nel processo di formazione dell'identità il gruppo diventa luogo indispensabile di confronti e scambi; qui si rafforzano i processi di identificazione, di differenziazione-individuazione e di integrazione relazionale.
- Non esiste una definizione univoca di gruppo dei pari, ma i caratteri fondanti sono la somiglianza dell'età e il non comprendere elementi del gruppo familiare.
- L'unione ad un gruppo parte dal bisogno di affiliazione per trovare supporto, condivisione e approvazione e si trasforma poi in bisogno di appartenenza, che implica la scelta di attività e valori che si conciliano con l'immagine di sé che l'adolescente si costruisce.

# Gruppo dei pari

Generalmente si distinguono due tipologie di gruppi dei pari:

- i gruppi formali, nei quali esiste un'integrazione stretta con le istituzioni (gruppi sportivi, politici, religiosi, scolastici, ecc.) e i valori che esse trasmettono
- i gruppi informali, slegati dalle istituzioni e luogo di espressione di tendenze più personali

Il gruppo svolge anche un ruolo importante nello sviluppo delle relazioni, perché garantisce un incontro tra i due sessi mediato dalla presenza dei coetanei, che permette di sviluppare l'orientamento preferenziale verso le prime esperienze intime e sentimentali.

# Il gruppo dei pari

Nel gruppo dei pari il saper instaurare relazioni amicali è indice di benessere psicologico e capacità di negoziare e cooperare.

Nel corso del tempo, però, il concetto di amicizia si modifica:

- i preadolescenti lo legano allo stare piacevolmente insieme, condividere tempo e attività, stabilire rapporti di cooperazione e reciprocità
- gli adolescenti, invece, considerano le caratteristiche personali e il principio di uguaglianza tra le parti, da cui deriva il rispetto reciproco e l'accettazione dell'altro; in adolescenza e tarda adolescenza da questo tipo di relazione si cerca maggior vicinanza e intimità.
- Le amicizie hanno effetti positivi anche sull'adattamento, la soddisfazione sociale e personale e diminuiscono ansia e ostilità nelle relazioni interpersonali.

# Le relazioni sentimentali (Koepke & Denissen, 2012; Furman & Shaffer ,2003)

- La ricerca di rapporti di coppia è caratteristica dell'età adolescenziale e può avvenire compatibilmente o con modalità conflittuali rispetto alle esigenze del gruppo amicale.
- I ragazzi più giovani sono spinti da infatuazione e bisogni affiliativi e sessuali
- I ragazzi della media e tarda adolescenza ricercano intimità, sicurezza, impegno reciproco, attaccamento e accudimento
- Anche la famiglia risente della presenza di un partner, perché sottolinea la presenza di una vita intima e privata e fa sorgere preoccupazioni legate alla sessualità.
- Le relazioni sentimentali svolgono un ruolo cardine nel determinare il ruolo sessuale e l'autonomia personale e familiare.

# L'attaccamento in adolescenza

Durante l'adolescenza, le funzioni dell'attaccamento **sono trasferite** dai genitori ai coetanei ed ad un' eventuale relazione sentimentale (Koepke & Denissen, 2012).

Il tipo di attaccamento e le credenze rispetto **all'intimità ed identità** avrebbero quindi delle implicazioni su come gli adolescenti si approcceranno anche alle prime relazioni sessuali.

# L'attaccamento in adolescenza

soggetti caratterizzati da un **attaccamento evitante**, possono mettere in atto due diversi approcci alla sessualità: attuando un evitamento vero e proprio (quindi praticando l'astinenza) oppure al contrario lasciandosi coinvolgere solo da relazioni non durature (Birnbaum et al., 2006; Davis et al., 2006; Tracy, 2003) e non emotivamente connotate. La loro difficoltà a gestire gli aspetti intimi ed emotivi delle relazioni li porta a vedere solo la dimensione strumentale della sessualità.

# L'attaccamento in adolescenza

I rapporti sessuali vengono quindi vissuti con distacco emotivo (Birnbaum et al., 2006; Davis et al., 2006). **L'attaccamento evitante** quindi in questo senso sembra essere direttamente e negativamente correlato con comportamenti sessuali rischiosi.

Questo perché il comportamento evitante, associato ad alti livelli di ansia ed insicurezza, rappresenta una richiesta implicita di attenzione ed un bisogno di conferma che si crede di ottenere praticando attività sessuali precoci nella relazione (Mikulincer & Shaver, 2007).

# L'attaccamento in adolescenza

**L'evitamento** è definito come la paura della vicinanza emotiva ed il mantenimento della distanza nella relazione sentimentale e la presenza di alti livelli sembra portare ad intraprendere relazioni non impegnative (Davis, Shaver & Vernon, 2004; Shachner & Shaver, 2004) nonché atteggiamenti sessuali rischiosi come il mancato uso di contraccettivi o promiscuità di partner (Manning, Longmore & Giordano, 2006; Tracy et al., 2003).

# L'attaccamento in adolescenza

**L'attaccamento ansioso** sembra risultare da un'intensa paura di abbandono e rifiuto oppure di non essere sentimentalmente ricambiati.

Gli adolescenti insicuri sviluppano un concetto negativo di sè stessi ed un'attitudine a dipendere o diffidare degli altri e le relazioni vengono vissute essenzialmente come una fonte di frustrazione (Blanchard & Miljkovitch, 2002).

# L'attaccamento in adolescenza

In particolare le ragazze sembrano inclini ad essere più dipendenti e ad usare la sessualità per ottenere vicinanza con il rischio di sviluppare condotte poco sicure come la sessualità promiscua e non protetta.

Per i ragazzi invece sembrerebbe più alta la probabilità di evitamento delle situazioni collegate all'attività sessuale (Blanchard & Miljkovitch, 2002).

# L'attaccamento in adolescenza

Avvicinandosi all'adolescenza, con lo sviluppo del pensiero ipotetico deduttivo e di una più accurata funzione riflessiva, i **soggetti sicuri** utilizzano queste nuove capacità a vantaggio delle relazioni e nella gestione competente dei conflitti (Suess et al. 1992). Questo permette all'individuo di sviluppare delle relazioni determinate da stabilità, vicinanza e fiducia negli **altri** (Allen, Porter, McFarland, McHelaney & March, 2007, Bartholomew & Horowitz, 1991; Hazan & Shaver, 1987).

# L'attaccamento in adolescenza

- **L'attaccamento sicuro** porta l'adolescente a bilanciare la propria dipendenza e la propria autonomia, le relazioni sono più sane ed il sesso viene affrontato solo in una relazione stabile e duratura con un uso del preservativo più frequente (Davis, Shaver & Vernon, 2004; Shachner & Shaver, 2004).
- Bassi livelli di ansia creano all'adolescente meno pressione rispetto all'attività sessuale permettendogli di rimandarne l'inizio solo all'interno di una relazione già consolidata

# Crisi o patologia?

«**Crisi**» deriva dal greco Krìsis il cui significato letterale è «separazione» «scelta» «giudizio»

L'essenza della crisi è la difficoltà a cambiare punto di vista su di sé e sul mondo che si elabora in un arco di tempo

L'adolescenza conduce ad un nuovo stato mentale che, con il maturare delle facoltà introspettive e autoriflessive permette una riflessione autonoma, di spostare il proprio punto di vista in campi di riferimento diversi

«**Patologia**» si verifica quando nell'a. si osservano forti resistenze nel far fluire i cambiamenti, nella riorganizzazione psichica, nei cambiamenti del corpo

# La valutazione dell'adolescente

- Colloqui
- Test proiettivi
- Test di personalità
- Test di attaccamento (AAI)

# Thematic Apperception Test

- La sua prima forma risale al '35 ad opera di Murray (nel '43 fu pubblicata la forma definitiva)
- Le immagini corrispondono a foto, riproduzioni o illustrazioni, i cui significati sono ambigui
- Presupposto: un soggetto nell'eventuale storia si rifà alle proprie esperienze passate e simbolicamente esprime elementi inconsci
- Si richiede al soggetto di inventare una storia per ciascuna delle immagini presentate
- La somministrazione è fatta in due forme (A e B) in base all'età e al genere

# Thematic Apperception Test

- Le tavole sono 31 di cui una è bianca n 16
- Alcune delle figure sono uguali per tutti i soggetti, altre sono diverse a seconda del sesso e dell'età
- M = male
- B = boy
- F = female
- G = girl
- B-M tutti i ss di sesso maschile
- G-F tutti i ss femminili

# Thematic Apperception Test

- Forma A per adolescenti e adulti di cultura e intelligenza media
- Forma B per adolescenti e adulti di cultura e intelligenza inferiori alla media
- Secondo alcuni autori al soggetto tutto il tempo che vuole per rispondere (Stern)
- Secondo altri autori le storie troppo lunghe vanno interrotte (Murray)
- Le storie brevi vanno incoraggiate

# Thematic Apperception Test

- Interpretazione formale si ricava dall'espressione verbale del soggetto, l'elaborazione delle storie, la coerenza, il loro stile, l'utilizzo o omissioni di parole, costruzioni delle frasi ecc
- Valutazione del contenuto Dopo Murray ci sono circa 30 metodi di valutazione del contenuto

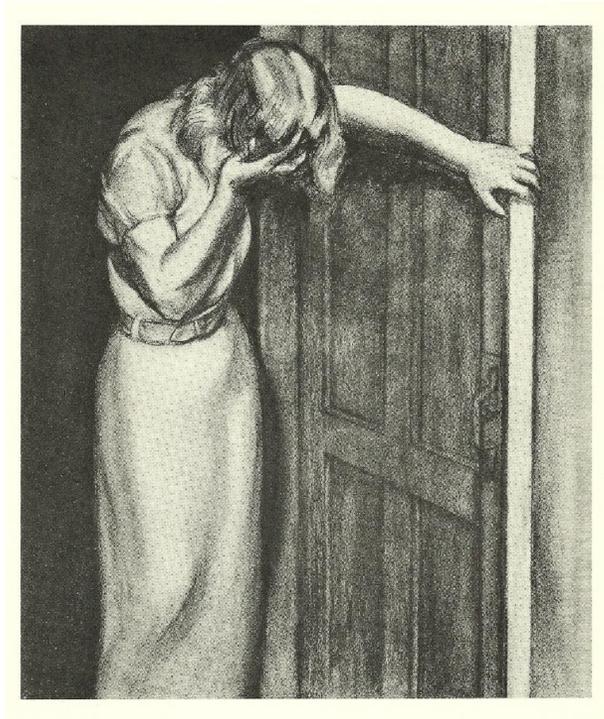
# Thematic Apperception Test

- Questo è un test di immaginazione. Le presenterò delle figure, una alla volta, e il suo compito sarà quello di creare su ciascuna una storia. Dica quale è la situazione presentata nella figura e cosa è avvenuto prima. Descriva cosa sta accadendo ora, quello che i personaggi sentono o pensano e come la storia si concluderà. Dica qualunque cosa e qualsiasi pensiero le vengono in mente

TAT



TAT



# Test Q-PAD Questionario per la valutazione della psicopatologia in adolescenza (Sica, Chiri, Favilli & Marchetti, 2011)

- Il Q-PAD, nella versione per maschi e femmine, valuta la psicopatologia in contesti peritali e per misurare il livello di adattamento e di benessere in adolescenza
- Viene utilizzato in contesti diversi (scuola, comunità counseling, orientamento, ricerca)
- La sua brevità (81 item), la semplicità nella somministrazione (la compilazione è autonoma e dura circa 35 minuti), la chiarezza degli item sono state pensate per adolescenti che solitamente mostrano poca motivazione in questo tipo di prove

# Test Q-PAD Questionario per la valutazione della psicopatologia in adolescenza (Sica, Chiri, Favilli & Marchetti, 2011)

- 8 scale: Ansia, Depressione, Insoddisfazione Corporea, Abuso di sostanza, Conflitti interpersonali, Problemi familiari, Incertezza per il futuro, Rischio psicosociale, scala di Autostima e benessere. Offre una misura sintetica dello stato generale di adattamento dell'individuo.
- Anche nello scoring il Q-PAD consente una rapida interpretazione dei risultati suddividendo i punteggi per ciascuna scala in fasce percentili, rappresentabili anche graficamente, che danno indicazioni sul livello di disagio in ciascuna area

# Psicologia dell'età anziana



# La psicologia dell'età anziana

Lo studio dell'età anziana è iniziato in modo sistematico solo negli anni 20 negli Stati Uniti

**Resistenza e pregiudizi sull'età anziana:** la vecchiaia appare come una malattia, associazione con la morte osservazione del solo declino

**Modificazioni delle condizioni sociali:** i numerosi cambiamenti legati ai mutamenti demografici e a quelli socioeconomici nel corso degli anni '70 (per poi esplodere negli anni '80) determinano la necessità di uno studio sempre più accurato della popolazione anziana

# La psicologia dell'età anziana

- La maggiore longevità evidenzia con puntualità contraddizioni e problemi.
- Si accusano carenze conoscitive e metodologiche; le categorie concettuali utilizzate si mostrano sempre più deboli per comprendere i mutamenti che sono in atto nel mondo degli anziani che, a loro volta, appaiono sempre di più diversi tra loro.
- Si rendono necessari nuovi “concetti” e nuovi “strumenti” per potere entrare e conoscere tale “mondo”.

# La psicologia dell'età anziana

- È attorno ai primi anni '70 che, in Italia, gli anziani e la loro condizione cominciano ad essere oggetto di attenzione e di riflessione.
- I “vecchi” diventano visibili e la loro dimensione quantitativa pone il problema in tutta la sua “ampiezza”.
- Questo porta alcuni studiosi a riflettere sugli anziani e la loro condizione, avviando ricerche attente e mirate. In Italia grazie al contributo di Agostino Gemelli e Martello Cesa-Bianchi (1952-1987)

# Contraddizioni

- Ci si riferisce all'allungamento della vita media .... e allo stesso tempo all'invivibilità della vita allungata,
- all'incremento del tempo disponibile .... e alla non valorizzazione dello stesso,
- alle conquiste medico-farmacologiche ... e all'abbandono sociale,
- all'espansione dei servizi sociali, assistenziali e culturali .... e alla loro disfunzionalità e incapacità di dare risposte efficaci.

# Vecchiaia età e cicli di vita

- Ogni società è caratterizzata da una propria suddivisione della vita in età o in fasi.
- Per poter gestire il processo di invecchiamento e il ricambio generazionale, organizza periodi e transizioni, calendari e percorsi che incidono sulla suddivisione delle età e scandiscono i tempi sociali, per cui l'età ha un peso come principio organizzativo della società.
- L'età è una costruzione sociale riconosciuta e condivisa che va a connotare il corso della vita e “gestisce” collettivamente i destini individuali

# Vecchiaia età e cicli di vita

- Anche se in passato sono esistite società semplici che proponevano solo due classi di età (bambini e adulti), la maggior parte delle società ha fissato almeno tre classi di età:
  - Bambini
  - Adulti
  - Anziani

# Vecchiaia età e cicli di vita

- I cambiamenti che nel tempo hanno interessato la società industriale, questa tripartizione della vita subisce, all'interno dei suoi segmenti, modificazioni che daranno vita a nuove “fasi” (o sotto-fasi) rendendo meno rigidi i confini e creando periodi di transizione
- La realtà è sempre più caratterizzata da “momenti” che rallentano e spostano in avanti il passaggio alla vita adulta (es. ricerca del lavoro stabile).
- Per ciò che riguarda la vecchiaia, si parla di “vecchi-giovani” (old-young) e di “vecchi-vecchi” (old-old), di terza, quarta e magari anche di quinta età

# Il significato di invecchiamento

L'invecchiamento non è solo un processo attraverso il quale ci si modifica in funzione del tempo,

«Riferito all'uomo indica il complesso delle modificazioni cui l'individuo va incontro, nelle sue strutture e nelle sue funzioni, in relazione al progredire dell'età» (Cesa Bianchi, 1987)

# Un doppio significato ...

- L'invecchiamento come maturazione o accrescimento è visto come un processo attraverso il quale l'individuo aumenta quantitativamente le sue funzioni e strutture e le differenzia qualitativamente.
- L'invecchiamento come senescenza è il processo attraverso cui l'individuo diminuisce quantitativamente le proprie strutture e perde progressivamente le proprie funzioni.

# Un fenomeno complesso

L'invecchiamento è un fenomeno complesso che non può essere affidato alla sola età cronologica, si devono chiamare in causa le altre "età": l'età psicologica, l'età sociale, l'età biologica, ed essere intese come un insieme compatto, (Giumelli, 1996).

# Età biologica

- Secondo Cesa-Bianchi (1987), l'età biologica di una persona è la sua posizione attuale nei riguardi della sua potenziale durata di vita: si avvicina notevolmente all'età cronologica, ma non si identifica con essa.

# Età psicologica

- L'età psicologica si riferisce alle capacità adattative di una persona che risultano dal suo comportamento, ma può anche riferirsi alle relazioni soggettive o all'autoconsapevolezza: è collegata sia all'età cronologica che a quella biologica, ma non è pienamente desumibile dalla loro combinazione

# Età sociale

- L'età sociale si riferisce alle abitudini e ai ruoli sociali della persona in funzione delle aspettative del suo gruppo e della società: è collegata, ma non completamente definita, all'età cronologica, biologica e psicologica.

# Quando inizia la vecchiaia?

Così come l'adolescenza non è un periodo che ha un inizio preciso ...

**Definizione in senso cronologico:** a partire dai 60 anni

- Gli elementi anagrafici possono non avere una corrispondenza con il decadimento cognitivo

**Definizione in senso psicologico:** colui che mostra segni di deterioramento senile

- Non appare tuttavia corretto far riferimento unicamente ad elementi di decadimento

**Definizione sociologica:** chi entra in una fase di pensionamento

**Pattern di invecchiamento:** primario, secondario e terziario

# Pattern di invecchiamento

L'invecchiamento biologico stesso non è un processo lineare, si distingue tra:

**Invecchiamento primario**, è il cosiddetto invecchiamento normale, che riguarda tutta la popolazione e comporta modificazioni biologiche, psicologiche e sociali, in una sostanziale stabilità della struttura della personalità.

**Invecchiamento secondario**, sarebbe l'invecchiamento patologico, ove al quadro dell'invecchiamento primario si aggiungono malattie croniche o meno: in questo stadio spesso è difficile capire ciò che appartiene alla malattia e ciò che appartiene alla vecchiaia. Queste modificazioni non sempre sono irreversibili e possono anche essere curate.

**Invecchiamento terziario**, si riferisce al declino rapido e irreversibile che caratterizza l'avvicinarsi alla morte. Questo stadio può durare mesi o anni ed è conosciuto anche come terminal drop

# Teorie dell'invecchiamento

- **Teoria del disimpegno** (Cumminng & Henry, 1961): descrive la vecchiaia come un periodo in cui la persona sente la necessità di un ritiro sul piano fisico, psicologico e sociale.
- **Teoria dell'attività** (Havighurst, 1963) presuppone che il senso di soddisfazione personale e i vissuti emozionali positivi e propulsivi sino possibili solo se l'anziano continua ad essere impegnato in attività legate ai vecchi ruoli
- **Teoria della continuità** fa riferimento ad un livello standard di stimolazione o di disimpegno ma è una sorta di continuità rispetto alle fasi precedenti
- **Teoria del succesfull aging** (Baltes & Baltes, 1991) che si realizza con le indicazioni strategiche di selettività, ottimizzazione, compensazione. Si selezionano alcune competenze, quelle più esercitate in passato e si mantengono ad un buon livello, ottimizzandole.

# Invecchiamento e attenzione

L'ATTENZIONE possiamo definirla come la capacità del sistema percettivo di selezionare le informazioni rilevanti. Funziona come filtro d'ingresso delle innumerevoli informazioni che ci provengono dalla realtà :

- Attenzione selettiva: capacità di ignorare informazioni non rilevanti
- Attenzione divisa: utilizzata nello svolgere più compiti contemporaneamente
- Attenzione sostenuta: ci permette di prestare attenzione per lungo tempo ad una fonte d'informazione.
- Vigilanza: ci fa riconoscere uno stimolo rilevante nell'ambiente.

Esistono due tipi di processi che richiedono diverse risorse attentive:

- Processi automatici
- Processi controllati

# Invecchiamento e attenzione

Con l'invecchiamento sorgono problemi nell'attenzione, in particolare:

- L'attenzione divisa è meno efficiente ( Craik, 1977) soprattutto se legata alla WM (Salthouse & Fristoe, 1995);
- Nell'attenzione sostenuta è presente una maggiore distraibilità (Parasuraman, 1998) ma anche ad aspetti del compito (Giambra (1997) ad esempio la comprensione riguardante a quali stimoli rispondere e a inibire gli stimoli irrilevanti
- Maggior pratica rispetto ai giovani per automatizzare i processi (Park & Schwarz, 2000)

# Memoria e invecchiamento

La memoria nell'invecchiamento non patologico:

- Calo poco significativo nella capacità della MBT;
- La WM presenta un funzionamento peggiore ( Craik et al., 1990). È presente una difficoltà nell'utilizzo spontaneo di strategie sia in codifica che in recupero;
- La memoria procedurale e la memoria semantica (concetti, significati, regole) appaiono integre;
- La MLT per eventi vicini peggiora (m. episodica), la MLT per eventi lontani è preservata;
- Forte l'influenza del contesto: migliori sono le prestazioni in ambienti ecologici;
- È presente il fenomeno della reminescenza.

# Memoria e invecchiamento

Si tratta del lasciarsi andare spontaneamente alla emersione di ricordi, anche molto remoti. E' una funzione importante per il benessere psicologico della persona anziana e per il mantenimento della sua identità. In particolare essa:

- Rinforza il senso di identità;
- È un momento elaborativo su aspetti importanti della propria esistenza;
- È anche un modo per evadere il presente che risulta non accettabile;
- È un modo di comunicare e di trasmissione transgenerazionale.

# Linguaggio e invecchiamento

## IL LINGUAGGIO i cambiamenti:

- Comprensione: generalmente ha un declino lento in quanto correlato alla memoria semantica, che tende a essere preservata;
- Attenzione su aspetti comunicative: Parlare in modo più lento accentuare le pause
- Il linguaggio in produzione può essere caratterizzato da anomalie, parafrasie, fenomeni sulla punta della lingua;
- Buone preservate le competenze narrative
- Forte è l'influenza ecologica e ambientale sulle prestazioni.

# Emozioni e invecchiamento

- Ipoarousal: minor intensità emotiva nella rievocazione degli eventi emotigeni (Levenson et al., 1991)
- Di fronte ad alti livelli di stress maggiori livelli di arousal e necessitano di più tempo per tornare ad uno stato di rilassamento (Welford, 1980)
- Non esistono differenze nelle manifestazioni delle emozioni
- Non sono presenti stati effettivi maggiormente negativi (Smith & Baltes, 1993)
- Rispetto agli stati depressivi non emerge una relazione lineare con il procedere dell'età, mentre le valutazioni soggettive sono predittori di questo stato di malessere

# Benessere nell'anziano

- Fattore genetico: definisce il ritmo, le fasi, la durata del processo di invecchiamento;
- Fattore educativo-culturale: influenza significativamente il processo di senescenza, sia pure in modo diverso a seconda della popolazione di appartenenza. Un buon livello educativo e un'adeguata situazione culturale sembrano agire positivamente sull'invecchiamento, mentre una situazione opposta è, spesso, chiamata in causa quale condizione favorente un rapido decadimento delle funzioni della persona.

# Fattore economico

molte ricerche, fra le quali quelle di J. Birren, documentano una vera e propria dicotomia nel modo di svolgersi dell'invecchiamento fra gli appartenenti alle classi socio-economiche più fortunate e quelli appartenenti alle classi più svantaggiate, per questi ultimi la senescenza si attua molto più frequentemente con modalità esclusivamente negative

# Fattore di personalità

- bisogna prendere atto della diversità che la senescenza assume negli individui chiusi e in quelli aperti, negli attivi e nei disimpegnati, nei tenaci e nei labili e così via. A differenti tipologie caratteriologiche corrispondono diverse modalità di invecchiare. In ogni caso la personalità è in stretta connessione con l'ambiente, e le modalità adattative della persona dipendono da questa interdipendenza
- Strategie di coping (Baltes & Mayer, 1999; Ruth & Coleman, 1996)

# Fattore sanitario

opera in stretta interdipendenza con il fattore economico. L'insorgenza di patologie, specie se di carattere cronico e progressivo, influenzano negativamente il processo di invecchiamento fino a farlo precipitare. Tale influenza negativa diventa più incisiva se si realizza in un quadro di inadeguate risorse economiche

# Fattore famiglia

L'invvecchiamento varia notevolmente se un individuo vive solo, in coppia, o in un gruppo più numeroso. L'influenza di tale fattore si differenzia anche in rapporto al carattere dell'individuo che invecchia, alle sue condizioni culturali ed economiche, al gruppo di appartenenza

# Fattore ambiente

ormai è un dato di fatto che l'invecchiamento è espressione di un'interazione fra l'individuo e il suo ambiente, interazione nella quale l'individuo modifica continuamente l'ambiente e l'ambiente modifica continuamente l'individuo

# Lo Sviluppo Cognitivo nel Ciclo di Vita

STP A.A. 2017-2018

040PS – M-PSI/04

- Cinzia Chiandetti, PhD
- Sandra Pellizzoni, PhD

... buona strada...

