

COME INVECCHIARE BENE: UNA LEZIONE DA UN GERONTOLOGO

Cristianini G.

Specialista Geriatra, Docente di Gerontologia, Gorizia

La gerontologia studia i vari aspetti dell'invecchiamento umano e comprende la geroprofilassi, la gerontopatologia, la clinica geriatrica e certamente anche la gerontologia educativa (educational gerontology), com'è tradotto in certi paesi quel neologismo che da noi viene indicato con il termine di geragogia o di gerontogogia.

Ma "geragogia" è ancora per noi un neologismo piuttosto enigmatico, nonostante che siano trascorsi più di trent'anni dalla sua comparsa in letteratura, quando A. Sordi introdusse questo nuovo termine in un suo capitolo del trattato di Geriatria di Antonini e Fumagalli.

Negli ultimi anni la locuzione di geragogia, che corrisponde a gerontologia educativa, è uscita dall'ambito circoscritto delle scuole di specializzazione in geriatria (nei cui programmi la disciplina figura tra gli insegnamenti tecnico-pratici del quarto anno) per interessare in modo più diretto una piccola "élite" di studiosi, che dal nuovo insegnamento hanno preso lo spunto per farne argomento di qualche pubblicazione e di alcuni convegni scientifici, senza che peraltro ne sia derivata, sino ad oggi, una ricaduta apprezzabile sul mondo sanitario.

Per "geragogia" la scuola fiorentina voleva intendere un'educazione all'invecchiamento sulla base di indagini psicopedagogiche condotte sugli anziani, ai quali insegnare un nuovo stile di vita che si dimostrasse idoneo alla vecchiaia. In altre parole la geragogia è una disciplina che dovrebbe educare già il soggetto in età presenile ad acquistare un modo "vecchio" di esistere, nel senso di adatto, idoneo alla vecchiaia, training questo che in realtà servirebbe paradossalmente a diffondere un modo "nuovo" di intendere e di vivere l'età senile.

In sostanza anche se ci siamo adoperati, prima d'invecchiare, a far sì che l'ultimo atto del nostro dramma individuale potesse venire recitato nel modo migliore, certamente non riusciremo tutti, arrivati alla cosiddetta terza età, ad interpretare la parte del vecchio nella maniera più idonea. È facile che i più dovranno accontentarsi di un'interpretazione discreta o appena sufficiente, mentre quelli che si saranno fatti, per tempo, un buon copione da recitare e da impersonare, potranno godere di una ragionevole libertà da molti fastidi, di fare molte cose che piacciono e di avere meno motivi per essere costretti a subire quelle che piacciono meno. Un po' di spirito e di humour ci aiuterebbero senz'altro a sopportare alcune delle seccature che senz'altro ci

troveremo di fronte in quella evenienza. E tutto ciò sarebbe stato più facile da realizzare se ci fossimo preparati meglio all'invecchiamento fin da giovani, ma anche a partire dall'età adulta presenile, guardando alla vecchiaia non come a qualcosa di temibile, ma semplicemente come ad un nostro personale problema da risolvere. E se saremo stati noi stessi a costruirci un copione migliorato ed a mantenere le più idonee condizioni fisiche e psichiche, ci potremo permettere non soltanto una vita più serena, dignitosa e piacevole, ma saremo anche doppiamente ammirati non soltanto per la buona interpretazione della nostra vecchiaia, ma anche per avere scritto un ultimo atto tanto bello.

Ma torniamo alla geragogia, che è il tema di questa relazione, e ripetiamo ancora che di questa disciplina possono essere date due diverse interpretazioni. Secondo la prima la geragogia o gerontologia educativa dovrebbe essere tale da consentire all'adulto di adattarsi con successo ad un genere di vita in continua evoluzione, per la quale gli occorrerebbe un riciclaggio permanente nei settori più svariati che vanno da quello professionale a quello delle nuove attività educazionali in grado di migliorare le condizioni di vita ed il suo stesso processo d'invecchiamento, vale a dire la geragogia intesa come momento pedagogico della profilassi o gerontologia preventiva e quindi come prevenzione dell'invecchiamento usuale o secondario o patologico, attraverso la protezione, la salvaguardia dai suoi fattori ambientali, siano essi operanti nell'ambiente esterno o interno all'organismo.

Oggi nella nostra realtà sociale non si fa ancora una vera e propria prevenzione in campo gerontologico, ma ci si limita soltanto all'assistenza sociale, sanitaria e riabilitativa, che pure rappresenta un notevole passo in avanti rispetto al passato anche recente. Difatti l'orientamento attuale è quello d'intervenire in modo precipuo nel campo assistenziale per individuare i bisogni e soddisfare di conseguenza le richieste degli anziani. Le Aziende Sanitarie si preoccupano giustamente di reperire i fondi necessari e di potenziare il più possibile la rete dei servizi, ma senza impegnarsi in programmi di gerontologia educativa che prevedano, appunto, l'educazione, la formazione e la preparazione di chi è anziano o di chi anziano ancora non è ma si accinge a diventarlo. Mi riferisco quindi all'adulto presenile. L'intera politica assistenziale che lo Stato ha attuato in questi ultimi anni nei riguardi dei cittadi-

ni e in particolare, di quelli in età geriatrica deve necessariamente considerarsi in una fase di revisione critica. Non è concepibile, infatti, un programma sociale che preveda soltanto interventi sanitari e medico - specialistici, ma si impongono piuttosto, e con urgenza, operazioni di tipo educativo che permettano di aprire strade nuove e di assumere orientamenti inediti di "taglio" psicopedagogico nel quadro di un progetto di formazione permanente dell'uomo.

Secondo questa sua prima interpretazione la geragogia è senz'altro un momento importante nella prevenzione senile, che si deve naturalmente accettare, ma il significato più vero di geragogia, secondo noi, è quello che le ha dato, a suo tempo, la Scuola di Firenze, secondo cui per geragogia si vuole intendere il momento educativo della prevenzione anti aging, e cioè una vera e propria educazione all'invecchiamento, ovverosia l'insegnamento diretto all'adulto, ma anche al giovane, affinché impari e riesca ad invecchiare con successo. Si distingue quindi dalla prima interpretazione (che somiglia troppo all'educazione sanitaria) in quanto si propone d'insegnare all'anziano un nuovo orientamento interiore di gestire la sua esistenza e cioè, come abbiamo già detto, di fare adottare all'anziano, attitudini "da vecchio" per assumere condotte "nuove". In definitiva la geragogia, intesa in questo senso, si propone d'insegnare un nuovo stile di vita che si dimostri idoneo alla vecchiaia.

E questo compito spetta anche e soprattutto alla comunità, la quale non può limitarsi all'assistenza medica e sociale dell'anziano e di coloro che si preparano a diventarlo, ma deve pedagogizzare prima sé stessa, deve intervenire con vari mezzi per ritardare il processo di senescenza ed istruire le masse degli anziani a conoscere l'invecchiamento ed a vivere proficuamente la propria età. In definitiva: la gerontologia educativa non dovrà occuparsi solo di igiene, di fattori di rischio, di alimentazione, di farmaci, dell'attività fisica, ecc... ma soprattutto di fornire all'anziano nuovi scopi esistenziali che gli consentano ancora di vivere da protagonista e non relegato fuori ruolo, come uno spettatore triste e mortificato della vita. Ed è specialmente questa seconda lettura della specialità geragogica che, in questi ultimi anni, è uscita dall'ambito ristretto delle scuole di specialità per interessare una certa élite di studiosi, di gerontologi medici e non, di psico-pedagogisti, di sociologi, di amministratori aziendali, ecc..., che ne hanno fatto argomento di qualche pubblicazione e di convegni scientifici, senza però che ne sia derivata, come abbiamo già osservato, una ricaduta apprezzabile sul mondo sanitario e tanto meno su quello politico. È forse ipotizzabile che sia stata male interpretata o forse intesa come un sottotipo della vera concezione geragogica, vale a dire come una manomissione della pedagogia, per indicare una nuova didattica educativa che deve essere estesa anche all'adulto, superando l'antico insegnamento puerocentrico,

per affermare soltanto la necessità di un'educazione permanente nel clima della "life long education". Ma non si tratta qui semplicemente di neoscolarizzare l'anziano, anche se l'epoca che stiamo vivendo, aperta a mutamenti così profondi ed incalzanti nella vita di giovani e vecchi, ha contribuito per certi versi a portarci un po' tutti ad una concezione globale della formazione dell'uomo, che oggi deve abbracciare la sua intera esistenza.

Ed è probabile che da questa avvertita necessità di una educazione totale siano scaturite le due diverse definizioni di geragogia, alle quali abbiamo accennato nell'affrontare questo argomento. Se vogliamo ripeterci possiamo dire che la prima interpretazione si fonda su un nuovo genere di vita in continua evoluzione, che induce la necessità di adeguarsi ad un riciclaggio permanente nei settori più svariati, da quello professionale sino alla prevenzione antiaging, mentre la seconda, per la quale la geragogia va intesa soprattutto come educazione al naturale invecchiamento, punta principalmente a divulgare un modo nuovo di diventare e poi di essere vecchi. Da un punto di vista pratico la gerontologia educativa deve preoccuparsi di istruire il soggetto che invecchia a saper riconoscere ed accettare il proprio mutamento, vale a dire a saper adattare il proprio sé modificato all'extrasoggettività che va ugualmente e rapidamente modificandosi. Per invecchiare con successo, perché ogni anno non s'invecchi di un anno, come si usa dire, e perché la vita non scorra a nostra insaputa è necessario avvalersi di una tempestiva e idonea formazione all'invecchiamento, oltre che di una adeguata prevenzione attiva antisenile.

Ma sul piano attuativo ed operativo quali dovrebbero essere le proposte concrete per una buona programmazione geragogica? In sostanza cosa si deve fare per impostare un progetto geragogico? Innanzi tutto va specificato che l'intervento educativo della geragogia si deve rivolgere non solo all'individuo, ma anche a tutta la società nel suo insieme, proponendosi anzitutto come scopo il superamento delle attuali immagini e concezioni negative che la comunità societaria ha del vecchio e della vecchiaia in genere. Quel modo di concepire, cioè, o punto di vista, che qualcuno chiama anche ageismo o anzianismo.

Infatti se vogliamo attribuire alla società una funzione formativa nei riguardi dell'anziano e, soprattutto, di chi si appresta a diventarlo, dobbiamo pensare in primo luogo all'attuazione concreta di una formazione geragogica rivolta ovviamente all'adulto e all'anziano, ma che deve prevedere ed attuare in precedenza una formazione educativa che sia indirizzata in modo specifico agli operatori del comparto socio-sanitario. Solo in questo modo, come sostiene I. Richini, è possibile concepire un intervento di sostegno alla persona anziana, avendo già ben chiaro in mente un modello di sviluppo umano che includa la parte più avanzata dell'esistenza. Inoltre, nella sua attuazione pratica, la disci-

plina
catalo
che c
L'inte
non v
dell'a
appre
tamen
colare
una v
al pro
Ur
gogo
tanto
simo
una s
robot
anzian
il patr
rare u
giung
Ed
nità s
appun
dare
preve
pre il
mo a
prima
ma c
molti
Si
possa
social
mezzo
cazion
puntu
comp
questo

1. Anto
Wasser
2. Cristi
Univers
3. Cristi
marzo
4. Cros
parazio
5. Eriks
6. Giori

i un'educazione "neoscolarizzata" vivente ed incalzanti contribuito per una concezione che oggi deve

erita necessità maturate le due quali abbiamo argomento. Se che la prima genere di vita la necessità di ente nei settori sino alla preda, per la quale me educazione principalmente a re e poi di esse- zo la gerontolo- si di istruire il riconoscere ed e a dire a saper l'extrasoggettivamente modifican- io, perché ogni me si usa dire, e saputa è neces- idonea forma- di una adegua-

operativo quali concrete per una ca? In sostanza progetto gerago- che l'intervento ve rivolgere non ta la società nel lo come scopo il ini e concezioni a ha del vecchio nodo di concep- qualcuno chiama

alla società una dell'anziano e, ventarlo, dobbia- uazione concreta volta ovviamente eve prevedere ed one educativa ico agli operatori) in questo modo, bile concepire un a anziana, avendo zello di sviluppo avanzata dell'esi- e pratica, la disci-

plina geragogica non deve essere assolutamente catalogata nel novero di quegli ammaestramenti che curano soprattutto l'erudizione del vecchio. L'intervento geragogico non è, non può essere e non vuole essere una sorta di neoscolarizzazione dell'anziano (o di chi anziano ancora non è, ma si appresta a diventarlo), non deve cioè essere assolutamente un riciclaggio culturale, ma deve in particolare venire inteso nell'accezione metonimica di una vera e propria educazione all'invecchiamento, al progredire dell'età.

Un rischio che non deve essere corso dal gerago è la propensione ad una didattica che sia soltanto fine a sé stessa! La tendenza ad un nozionismo senza implicazioni geragogiche rappresenta una scelta che conduce fatalmente ad una semplice robotizzazione delle conoscenze nel soggetto anziano. Bisogna avere cura di non accrescere solo il patrimonio sapienziale, ma di provvedere ad operare una rifondazione culturale della vecchiaia che giunga a coinvolgere tutto il complesso sociale.

Ed intendiamo proprio riferirci a tutta la comunità societaria, come abbiamo già detto, perché è appunto sull'educazione di massa che si deve fondare necessariamente anche tutta la gerontologia preventiva, dato che l'educazione rappresenta sempre il momento iniziale della profilassi. E ci riferiamo a qualsiasi prevenzione gerontologica, sia essa primaria, secondaria ed anche terziaria, quest'ultima connessa strettamente alla riabilitazione per molti aspetti, come sappiamo.

Si comprende quindi come la geragogia non possa assolutamente trascurare tutti quei sussidi sociali (tra cui i "mass media" ed, in particolare, il mezzo televisivo, oltre agli altri mezzi di comunicazione...) che meglio si prestano ad una corretta, puntuale ed efficace azione geragogica sull'intero complesso sociale nella sua globalità. Si vuole a questo punto significare che la migliore educazione

all'invecchiamento non può essere diretta solo al singolo individuo, giovane o anziano che sia, ma è quella che coinvolge globalmente tutti coloro che convivono con esso, siano loro i membri dello stesso nucleo familiare o i componenti dell'intero complesso antropologico in cui l'anziano è inserito. E questa strada dev'essere seguita affinché tutti i membri della comunità sociale, di qualunque età essi siano, possano apprendere in modo collettivo e graduale a convivere, intanto, con i vecchi di oggi, con i loro vecchi, ed imparare nel contempo a realizzare - essi stessi - una propria senescenza il più possibile fisiologica e ad entrare nel modo migliore - quando verrà il momento - nel ruolo esistenziale di persona anziana. Che sarebbe quello, già menzionato, di adottare "un modo vecchio di esistere" come scriveva Angiolo Sordi qualche decennio fa, modo che è anche un metodo "nuovo" di vivere la vecchiaia o, meglio, l'invecchiamento dell'uomo.

Abbiamo già rilevato che per ora il discorso geragogico, vale a dire l'educazione all'invecchiamento, è ancora una specie di omelia riservata a pochi fedeli oppure, se preferite, il gergo riservato ad una piccola élite, senza che sino ad oggi si sia osservato alcun reflusso tra il pubblico comune o, come sarebbe augurabile, almeno tra quello medico. Il pianeta senile - scrivevo qualche anno fa - è fatto di uomini che attendono una seconda redenzione ed il gerago dovrà occuparsi non solo d'igiene sanitaria, di prevenzione, di fattori di rischio, di nutrizione, di farmaci e di esercizio fisico, come da parte di alcuni si continua a proporre, ma principalmente ed anzitutto di fornire all'anziano nuovi scopi esistenziali che gli consentano di vivere ancora da comprimario o, meglio, da protagonista, come abbiamo ripetuto abbastanza, e non di essere confinato in veste precaria e transitoria ai margini del complesso sociale, in ultima fila, come uno spettatore triste e umiliato della vita.

BIBLIOGRAFIA

1. Antonini F.M., Fumagalli C., *Geriatrics e Gerontology*, 2° vol., Wassermann, Milano, 1976.
2. Cristianini G., *Lezioni di Geragogia*, Scuola di Geriatrics e Gerontology Università di Padova, CIESSEDI s.r.l., Milano, 1992.
3. Cristianini G., *Psicopedagogia per la terza età*, Medical Tribune, 7 marzo 1987.
4. Crosti P.F., *L'educazione alla salute nella scuola dell'obbligo come preparazione ad una migliore vecchiaia*, *Giorn. Gerontol.*, 34, 912, 1986.
5. Erikson H.E., *I cicli della vita*, trad. Vita e Pensiero, 1992.
6. Giori D., *Vecchiaia e società*, Ed. Il Mulino, Bologna, 1984.
7. Havighurst R.J., *L'invecchiare con successo*, Longevità, 6, 134, 1960.
8. Mazzetti G., *Invecchiare è un'arte*, *Medicina Geriatr.*, 24, 439, 1982.
9. Oliviero A., *Saper invecchiare*, *Esitori Riuniti*, Roma, 1984.
10. Richini I., *Geragogia: riferimenti teorici per un'azione educativa di prevenzione nell'adulto e nell'anziano*, *Geragogia.net*, Editoriale n.13, 2005.
11. Riso D.R. e Hudson R., *The wisdom of the enneagram*, Bantam Books, New York, 1999.
12. Sherler A., *Evolution de l'image sociale du vieillard dans le mass media*, *Giorn. Gerontol.*, XXX, 549, 1982.