



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

**Dipartimento di
Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia Applicata (FISPPA)**

**Corso di laurea magistrale
in Psicologia Sociale, del Lavoro e della Comunicazione**

Tesi di laurea magistrale

**Decostruire l'ageism promuovendo narrazioni positive:
uno studio basato su un approccio Mixed Methods
Generativo**

**Deconstructing ageism by promoting positive narrations: a research
based on a *Generative Mixed Methods Approach***

Relatore

Prof. Diego Romaioli

***Laureanda: Greta Luongo,
Matricola: 2053171***

Anno Accademico 2022\2023

*“There are only two ways to live your life. One is as though nothing is a miracle.
The other is as though everything is a miracle”.*

Albert Einstein

Indice	
INTRODUZIONE	7
Capitolo 1 - AGEISM	9
1.1 Cosa è il pregiudizio?	10
1.2 L'ageism	10
1.3 Gerontofobia: la paura di invecchiare	13
1.4 La cultura occidentale	14
1.5 L'influenza dei media	15
1.6 Ageism sul luogo di lavoro	16
1.7 Dall'idea di declino ad una nuova "era di invecchiamento"	17
1.8 Verso una nuova ricostruzione	18
1.9 Il diamante dell'arco di vita	20
Capitolo 2 - TEORIA DI RIFERIMENTO	23
2.1 Costruzionismo sociale	23
2.2 Realtà e punti di osservazione	25
2.3 Linguaggio e Costruzione sociale	26
2.4 Invecchiamento: quante costruzioni possibili	27
2.5 Generare ricostruzioni positive: un esempio	29
2.6 La ricerca socio costruzionista	30
2.7 Appreciative inquiry	33
Capitolo 3 - LO STUDIO	37
3.1 Obiettivo e domande di ricerca	37
3.2 Contesto di riferimento: Croce Rossa Italiana	38
3.3 Generative and Sequential Mixed Methods Approach	39
3.4 Metodo di raccolta dati: fase quantitativa	42
3.4.1 Partecipanti	44
3.4.2 Fraboni Scale of Ageism	47

3.5 Metodo di raccolta dati: fase qualitativa	49
3.5.1 Interviste	49
3.5.2 Partecipanti	57
3.5.3 Setting	59
3.5.4 Analisi tematica	60
3.6 Fase di restituzione	62
Capitolo 4 - RISULTATI	65
4.1 Analisi e risultati fase quantitativa	65
4.2 Analisi e risultati fase qualitativa	70
4.3 Comparazione risultati quantitativi e qualitativi	83
Capitolo 5 - DISCUSSIONE	89
Capitolo 6 - CONCLUSIONI	95
6.1 Limiti e prospettive di ricerche future	95
Capitolo 7 - RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI	97

INTRODUZIONE

L'invecchiamento della popolazione ha reso l'interazione intergenerazionale caratteristica trasversale di svariati contesti. Questa, può essere tanto costruttiva quanto causa di aspri conflitti derivanti da pregiudizi legati all'età: tale fenomeno, che prende il nome di *ageism*, comporta un peggioramento del clima e pesanti conseguenze sul benessere psico-fisico degli individui coinvolti. La rilevanza di tali conseguenze ha reso oggi l'*ageism* un fenomeno ampiamente studiato: molti sono gli studi in ambienti lavorativi, mentre la letteratura scarseggia nei contesti no-profit. Da qui l'interesse allo sviluppo di un progetto di ricerca-intervento di taglio socio-costruzionista (Gergen, 2015) condotto all'interno di un'organizzazione no-profit: la Croce Rossa Italiana (sezione di Padova). Il presente contributo nasce con il fine di promuovere una cultura organizzativa *anti-ageism* attraverso la co-costruzione di narrative volte a contrastare il pregiudizio d'età e a de-costruire racconti che rappresentino l'invecchiamento come un periodo di mero declino; ciò permette ai rispondenti di intravedere un'idea di sé come persone age-friendly e contribuisce a migliorare le relazioni intergenerazionali, elemento fondamentale in contesti come quello della Croce Rossa Italiana dove i volontari si trovano costretti ad interagire con colleghi e utenti di ogni età.

Lo studio ha adottato il *Generative Sequential Mixed Methods Approach* (Romaioli, 2022) che prevede l'integrazione di metodi quantitativi e qualitativi: durante la fase quantitativa è stata applicata la *Fraboni Scale of Ageism* (Donizzetti, 2010; Fraboni et al., 1990) strumento che ha consentito la rilevazione delle criticità in riferimento al fenomeno dell'*ageism*, mentre successivamente sono state svolte delle interviste episodico-generative (Flick, 2009) secondo i

protocolli dell'*Appreciative inquiry* (Cooperrider et al., 2008); le *unconditional positive questions* poste durante questa seconda fase di ricerca sono state formulate a partire dalle risposte agli items componenti la FSA, ciò ha consentito una maggiore personalizzazione delle interviste stesse.

L'analisi tematica svolta successivamente sui testi raccolti ha condotto all'identificazione di sei temi dominanti: nuclei centrali di significato attorno ai quali si sono sviluppate le narrazioni dei volontari intervistati.

Successivamente alla fase quantitativa e qualitativa è prevista una terza fase di restituzione delle 'buone storie' co-costruite al contesto di riferimento: ciò avverrà in un secondo momento tramite focus group. La finalità è quella di rendere condivise le 'buone storie' entro l'organizzazione e di attivare processi di interazione sociale tra i volontari capaci di rafforzarne i punti di vista propositivi e di mantenere vive le loro contro-narrative all'*ageism*.

Capitolo 1

AGEISM

L'invecchiamento è oggi un tema dominante. Come sottolineato nell'articolo "the language of *Ageism*: why we need to use words carefully" nei prossimi anni avremo il maggior numero di persone anziane mai avute prima d'ora (Gendron et al., 2016). La popolazione sopra i 60 anni di età cresce. Grazie allo sviluppo scientifico e tecnologico che ha consentito un miglioramento delle condizioni di vita ed alla diminuzione della natalità, la percentuale della popolazione con età superiore ai 60 anni è in costante aumento: già agli inizi degli anni 90, Hagestad, Peterson & Somit sottolinearono che nel 2030 un americano su 5 avrebbe avuto più di 65 anni. (Hagestad, 1992; Peterson et al., 1994). Per quanto riguarda l'Italia, infatti, l'Istituto Nazionale di Statistica (Istat) segnala un invecchiamento negli ultimi tre anni della popolazione residente di almeno otto mesi (fig.1), spostando l'età media da 45,7 anni nel 2020 a 46,4 anni agli inizi del 2023. L'invecchiamento è quindi una tematica attuale, di fronte alla quale non ci si può più nascondere: è un problema sociale con un impatto globale (Donizzetti, 2019). Le comunità di oggi sono chiamate ad occuparsi di questa ingente fetta di popolazione, non solo per l'aumento numerico, ma soprattutto per il crescente propagarsi di pregiudizi e stereotipi legati a questa fase di vita.

	2019	2020	2021	2022	2023
Popolazione 65 anni e più (valori percentuali) al 1° gennaio	22,9	23,2	23,5	23,8	24,1 (dato stimato)

Figura 1. Indicatori demografici ISTAT

1.1 Cosa è il pregiudizio?

Le scienze sociali hanno da sempre studiato il tema del pregiudizio cercando di convergere ad una definizione comune. Alberto Voci e Lisa Pagotto, in “Il pregiudizio. Che cosa è, come si riduce” (2010) definiscono il pregiudizio come “esito del processo che porta a giudicare un individuo in modo negativo semplicemente sulla base della sua appartenenza ad un gruppo sociale”. Si tratta di un costrutto psicosociale che fa riferimento ad un processo di generalizzazione che viene applicato in modo indistinto a individui solo sulla base della loro appartenenza a determinate categorie sociali. È un giudizio che viene infatti formulato prima di una conoscenza diretta e che può quindi condurre a considerazioni errate e poco veritiere. Allport (Allport et al., 1954) lo definisce un processo “falso e inflessibile” poiché è dubbio che tutti i membri di un gruppo condividano i medesimi tratti negativi ed inflessibile poiché è difficilmente influenzabile da nuove considerazioni disconfermanti. Tuttavia, è un processo “fisiologico”: data la complessità del mondo, l'essere umano si avvale di “scorciatoie cognitive” per dare ordine e rendere il mondo prevedibile.

1.2 L'ageism

Tra gli studiosi che hanno affrontato il fenomeno dell'ageism vi è Butler (Butler, 1980). Egli ha utilizzato il termine “*ageism*” per descrivere il pregiudizio nei confronti degli anziani. L'Accademia della Crusca lo definisce come una forma di “Discriminazione, pregiudizio o marginalizzazione di una persona in relazione all'età; in particolare discriminazione nei confronti degli anziani.” Levy & Banaji l'hanno definita come un'alterazione dei sentimenti, credenze e comportamenti in risposta ad un individuo o gruppo percepito come cronologicamente più

vecchio (Nelson, 2004). Tuttavia, la definizione più completa ed esaustiva è stata elaborata da Iversen, Larsen e Solem (Iversen et al., 2009) i quali, dopo innumerevoli revisioni, hanno definito l'*ageism* come una serie di stereotipi negativi o positivi, pregiudizi e/o discriminazioni nei confronti (o a vantaggio) delle persone anziane sulla base della loro età cronologica o sulla base di una percezione che hanno di essere "vecchi" o "anziani".

L'*ageism* non coinvolge un range d'età specifico e può essere rivolto indistintamente a molteplici fasce d'età (Donizzetti, 2019), esasperando conflitti a livello intergenerazionale. Può rivelarsi sia a livello macro, ad esempio le campagne per prodotti estetici anti-età, oppure a livello micro durante le conversazioni quotidiane (Gendron et al., 2016). L'impatto, oltre che sulla considerazione esterna, riguarda anche e soprattutto l'idea che l'anziano si fa di sé. Avere un giudizio negativo di sé, riduce il senso di autoefficacia ed ha effetti sul benessere personale con ripercussioni anche sulle condizioni fisiche (Gastaldi & Contarello, 2007). Questi pregiudizi generano sconforto, incentivano gli anziani all'isolamento e al ritiro sociale non permettendo così di dare il proprio contributo alla società.

Ciò che differenzia l'*ageism* da altre forme di pregiudizio è il fatto che viene esercitato da un gruppo nei confronti di un secondo gruppo del quale prima o poi un giorno ne faranno parte (Donizzetti, 2019). Come sottolineano Georgiana Ilișanu e Virginia Andrei (2018) nel loro articolo "Age stereotypes and *ageism* at the workplace -#ageisjustanumber" si tratta di una forma di pregiudizio a cui tutti, prima o poi, saremo esposti.

Molti studi e ricerche dimostrano che l'invecchiamento è percepito negativamente. Esso è associato al declino biologico, all'inattività e all'improduttività. Tale valutazione dà origine a comportamenti discriminatori e

riduce opportunità sociali e non solo per coloro che vivono tale periodo di vita (Pizzi & Cenci, 2021). La cultura occidentale dell'ultimo mezzo secolo è stata caratterizzata dall'idea, tra coloro che sono più giovani, dell'invecchiamento come periodo di declino: una popolazione di persone fragili, prigioniere nelle loro case (Gergen & Gergen, 2001). Esso è vissuto come un fenomeno negativo, un impoverimento complessivo delle risorse di un individuo (Romaioli & Contarello, 2021).

Questa forma di discriminazione che resta più o meno velata porta con sé degli effetti rilevanti. Secondo Butler (Butler, 1980) sono tre i principali aspetti legati al tema dell'*ageism*:

- 1) L'atteggiamento pregiudizievole nei confronti di chi è anziano e verso il processo di invecchiamento in generale;
- 2) Le pratiche discriminatorie nei confronti degli anziani, con particolare riferimento all'ambiente lavorativo ma anche in riferito ad altri contesti sociali;
- 3) Le pratiche e politiche istituzionali dove, a causa di tale pregiudizio, potrebbero essere limitate le opportunità degli anziani e danneggiata la loro personale dignità;

Byrne (Byrne et al., 1971) ha tentato di dare una possibile spiegazione alla ragione sottostante lo sviluppo dell'*ageism* identificando nella teoria "somiglianza-attrazione" una possibile risposta. Egli, infatti, sostiene che l'individuo è portato ad avvicinarsi, collaborare e dimostri una preferenza per coloro che sono simili a lui (in questo caso per età), rigettando e sviluppando con maggior facilità pregiudizi negativi nei confronti di chi appartiene a gruppi differenti, cioè in questo caso età diverse (Ili & Andrei, 2018). Quella appena

citata è soltanto una delle possibili spiegazioni del fenomeno in oggetto, restano aperti innumerevoli interpretazioni e campi di ricerca.

1.3 Gerontofobia: la paura di invecchiare

Come abbiamo sopra sottolineato, la letteratura suggerisce la presenza di una forte tendenza a considerare l'invecchiamento come impotenza, debolezza e incapacità di pensiero. Tanto è negativa la reputazione di coloro che sono più anziani che le persone che lo sono cercano di nascondere o si rifiutano di definirsi tali (Gergen & Gergen, 2001). Kenneth J. Gergen nel suo articolo "Positive Aging: Resilience and Reconstruction" del 2010, riporta l'esperienza di alcuni anziani che confessano quanto la loro "ansia da età" non fosse dovuta all'emergere di segnali caratterizzanti l'avanzare degli anni come rughe e capelli bianchi; quanto piuttosto l'essere sovrastato da auto categorizzazioni denigranti come: debole, irrilevante, non attraente, non produttivo, etc. Gli anziani ammettono di sentirsi vittime dello stereotipo americano sull'invecchiamento che definisce tale periodo come il peggior momento della propria vita. Margaret Gullette (Gergen & Gergen, 2001) sostiene che l'età sia "interiorizzata come un fattore di stress, una depressione - ciò che voglio chiamare una malattia psicoculturale".

A tal proposito, gli studiosi hanno coniato un nuovo termine: "gerascofobia" o "gerontofobia" per descrivere l'estrema paura di diventare vecchi che porta ad infelicità, indipendentemente dalle condizioni sociali, economiche e fisiche della persona. Si manifesta con paura, ansia e continui pensieri negativi sulla vecchiaia (Delboni et al., 2013). Si tratta di individui che mettono in atto ogni azione

possibile per contrastare i segni dell'invecchiamento avvalendosi di interventi di chirurgia estetica invasiva ed allenamento fisico estremo.

Negli anni, la letteratura scientifica si è spesa molto alla ricerca dei fattori determinanti per lo sviluppo e diffusione di questa visione così limitata dell'invecchiamento sostenendo che essa è favorita da più fattori: l'esistenza di un'agenda sociale che si basa su tappe programmate con obblighi e ambizioni, così come la cultura e i valori di riferimento (Romaioli & Contarello, 2021).

1.4 La cultura occidentale

Tra i valori dominanti dell'attuale società occidentale se ne possono evidenziare due nello specifico che rafforzano lo stereotipo negativo legato all'invecchiamento. Il primo riguarda la tradizione individualista: una società basata sull'idea dell'essere umano come persona libera, forte, autonoma, in grado di raggiungere successo e soddisfazione in maniera indipendente rappresenta una minaccia per il periodo dell'invecchiamento, poiché per quanto oggi anche gli anziani cerchino di rimanere più autonomi possibile e non pesare sui familiari, resta comunque un periodo di vita in cui tendenzialmente diminuiscono autonomia e indipendenza (Gergen & Gergen, 2001).

Un altro valore saliente nella cultura occidentale odierna è quello della produttività. È infatti diffusa una forte tendenza ad equiparare il valore personale ai risultati produttivi (Hochschild & Machung, 1989) lo status sociale è legato alla possibilità di recepire uno stipendio, alla sua entità e di conseguenza alla posizione lavorativa ricoperta. Nella nostra società capitalista, l'anziano è una figura che non produce beni e ricchezza in quanto l'aumento dell'età porta all'uscita dal mondo del lavoro. Questo, in aggiunta alla perdita di potere come

consumatore, porta ad una drastica diminuzione di valore sociale. (Delboni et al., 2013). K.J. Gergen nel suo articolo "Positive aging: new images for a new age" (2001) riporta l'aneddoto di un pensionato, ritirato e trasferito in una nuova città, che confida ad un amico il suo sentirsi "fuori dai giochi": una volta smesso di lavorare, non importa più quello che eri prima, devi ricominciare da capo. Tale passaggio è maggiormente percepito dalle figure maschili, per i quali il successo nella carriera è direttamente legato al senso di identità (Gergen, 1992).

1.5 L'influenza dei media

Un forte contributo alla diffusione dell'idea dell'invecchiamento come declino è agito dai mass media, dai film e dalla letteratura (Butler, 1980). Le persone sono costantemente tempestate da informazioni la cui idea centrale è che bisogna essere giovani e belli per essere accettati e ben voluti. Questo porta il focus sulla dimensione estetica, emarginando e implicitamente denigrando tutte le condizioni che non rappresentano il canone stereotipico (Delboni et al., 2013).

In televisione vengono spesso pubblicizzati prodotti utili per far fronte ai possibili problemi che si presentano con il passare degli anni: dagli apparecchi acustici per migliorare l'udito, a strumenti che agevolano gli spostamenti o movimenti come salire e scendere rampe di scale, fino a medicinali di ogni genere. L'immagine divulgata è quella della persona anziana che non è più un individuo autonomo e che ha di conseguenza bisogno di supporto. Tutto ciò contribuisce a rafforzare sempre più la correlazione tra invecchiamento ed elementi negativi.

1.6 Ageism sul luogo di lavoro

Uno dei contesti che più risente del fenomeno *dell'ageism* è quello lavorativo.

Studiosi come Macdonald, Levy (Macdonald & Levy, 2016) e Nelson (Nelson, 2016) si sono focalizzati sullo studio dell'*ageism* nel luogo di lavoro. Essi ritengono che i giovani lavoratori sviluppino forme di discriminazione verso coloro che sono più anziani per diverse ragioni: ad esempio, i giovani ritengono di essere privati della corretta ricompensa finanziaria ed altri ricompensi che sono invece garantiti a chi è più anziano; così come ritengono che i loro colleghi più vecchi non accettino la loro identità anagrafica e si rifiutino di agire di conseguenza. O ancora, un'altra ragione che tali autori hanno ipotizzato riguarda il fatto che i giovani non vogliono essere circondati da coloro che gli ricordano il loro destino.

La letteratura evidenzia una tendenza allo sviluppo dell'*ageism* nei confronti dei lavoratori anziani anche perché essi mostrano un livello minore di motivazione; questo potrebbe essere dovuto al fatto che peggiorino le condizioni fisiche, con conseguente impatto sull'engagement, e ad una maggiore distrazione verso le questioni famigliari. Inoltre, il mercato del lavoro è in continua evoluzione e non sempre coloro che sono più anziani hanno quella flessibilità necessaria per riuscire ad adattarsi alle nuove esigenze, questo è motivo di attrito con le giovani generazioni. Si pensi, ad esempio, al mondo delle nuove tecnologie, che ha richiesto un grande cambiamento anche nel mondo lavorativo dove il lavoro manuale sta subendo una grande trasformazione. Secondo studiosi come Nelson (Nelson, 2016), i lavoratori con più anni d'età sono meno propensi e motivati ad acquisire nuove conoscenze e capacità consapevoli del fatto che non restano loro molti anni di lavoro, così come la stessa abilità di apprendimento

diminuisce con gli anni (capacità di memoria, attenzione, ecc.). Su questo ultimo punto però, non tutti i ricercatori concordano. Infatti, secondo altri autori (Posthuma & Champion, 2009) non ci sono prove a sufficienza a sostegno di questo, poiché anche i risultati dei test QI dimostrano il contrario. Probabilmente, le difficoltà che gli anziani incontrano, sono dovute al fatto di avere diversi schemi di apprendimento. In ogni caso, questo comporta che i datori di lavoro siano meno propensi ad investire in formazione e programmi di sviluppo per coloro che sono anziani.

Bisogna tuttavia sottolineare che, come dimostrano i risultati di Posthuma and Champion (Posthuma & Champion, 2009), la letteratura non si concentra solamente sugli stereotipi negativi legati all'età, sebbene questi ne rappresentino la maggior parte, ma promuove anche stereotipi positivi sui lavoratori anziani. Ad esempio, essi tendono ad essere più fidelizzati all'azienda e di conseguenza più stabili e affidabili. Anche la stabilità dei valori e delle aspettative nei confronti del lavoro agevola la serietà e la coscienziosità dei lavoratori più anziani (Ili & Andrei, 2018).

1.7 Dall'idea di declino ad una nuova "era di invecchiamento"

Come evidenziato sopra, la letteratura ha tipicamente accostato l'invecchiamento ai processi di declino, decadenza e degenero (Gergen & Gergen, 2001). Le ricerche sono indirizzate verso i modi in cui il corpo ed il cervello degradano con il passare degli anni, ovvero evidenziano deterioramenti come la perdita di capacità cognitive e sociali e l'inizio della comparsa di disfunzionalità mentali (Gergen & Gergen, 2001).

Tuttavia, una piccola attenzione è stata riservata anche alla possibilità di un'immagine dell'invecchiamento positiva, legata cioè ai temi di crescita,

generatività e sviluppo caratterizzanti gli ultimi decenni di vita. Infatti, vi è la tendenza sempre più diffusa di promuovere interpretazioni che enfatizzano gli aspetti positivi della vecchiaia. Le ricerche intraprese seguendo questa prospettiva hanno mostrato come esistano storie con diversi significati legati al tema dell'invecchiamento (Romaioli & Contarello, 2021). Si dimostra la possibilità di promuovere narrazioni che sostengano l'associazione dell'invecchiamento con risorse positive e non solamente con l'idea di declino. K.J. Gergen e M.M. Gergen in diversi loro articoli (Gergen & Gergen, 2000; Gergen & Gergen, 2001) presentano il tema dell'invecchiamento come una nuova età molto più positiva in termini di potenzialità. Essi hanno dedicato parte dei loro studi ad identificare percorsi verso quello che hanno definito come "Invecchiamento positivo", ovvero risorse che costituiscono la "nuova era di invecchiamento" (Gergen & Gergen, 2001). Tale periodo di vita viene vissuto come momento di sviluppo e arricchimento senza pari (Gergen & Gergen, 2010).

1.8 Verso una nuova ricostruzione

In virtù dei cambiamenti sociali, economici e tecnologici che stanno investendo l'attuale popolazione anziana, secondo K.J. Gergen e M.M. Gergen in "The new aging: self construction and social values" (2000) si stanno aprendo le porte ad una nuova configurazione dell'invecchiamento. Attualmente, non esiste un modello unico e pervasivo di invecchiamento. Tuttavia, secondo gli autori, si possono evidenziare tre tendenze con relativi modelli di vita; di seguito ne sono rappresentati gli idealtipi:

- Eterna giovinezza= una ricerca internazionale ha trovato che, al di là dell'età anagrafica, meno del 10% della popolazione si identifica come

“vecchio”. Per sostenere questa “eterna giovinezza”, ingenti investimenti sono stati fatti nel campo della medicina anti-aging. Nel 1998 un congresso della neonata Academy of Anti-Aging Medicine ha ospitato oltre 4.000 partecipanti. Investendo in questo campo, sono stati creati numerosi prodotti e servizi che aiutassero le persone a rimanere giovani: integratori, trapianti di capelli, chirurgia estetica per le rughe, etc. bombardando poi le persone al consumo attraverso i media. Tutto ciò ha però anche un risvolto negativo in quanto comporta un enorme dispendio di risorse economiche e non per “rimanere giovani” e l’imprescindibile insorgenza di ansie e sofferenze di fronte all’inevitabile e naturale cambiamento fisico dovuto al trascorrere del tempo che può comportare anche l’erosione degli interventi fatti.

- Ri-emanipolazione: agency e produttività= nonostante l’avanzare degli anni, si è visto come, attraverso ad esempio percorsi fitness e regimi alimentari, le persone anziane si siano adoperate per mantenersi attive e in forma facendo fronte ai cambiamenti fisici inevitabili, riscoprendo un modo sano e confortevole per vivere questa fase della vita. Gli anziani si sono poi adoperati per riscrivere un nuovo concetto di “produttività”, ovvero cosa significa dare un contributo alla società, concentrandosi più sul proprio bagaglio esperienziale, quindi sui loro consigli e visioni strategiche. Tra le varie ricostruzioni, spicca quella della “saggezza rigenerata”, grazie anche alle diverse culture religiose, la figura dell’anziano è spesso associata a quella del saggio, si pensi ad esempio al Papa, al vescovo Tutu, al Dalai Lama, agli ayatollah, ecc. Così come forte è la presenza di anziani all’interno della classe politica. Alla popolazione che invecchia vengono quindi offerti nuovi ruoli sociali e concetti di sé.

Un'altra ricostruzione diffusa è quella del "testimone storico" avendo infatti vissuto epoche passate, gli anziani sono figure preziose testimonianza di modi e mondi passati, capaci di mantenerne significati e valori vivi nel presente.

- Sé sibaritico: la generazione della gioia= quest'ultima tendenza riguarda il tema del piacere. Infatti, tendenzialmente l'invecchiamento comporta anche maggior tempo libero a disposizione da poter impiegare in attività ludiche: teatri, cinema, crociere e molto altro.

Come ha sostenuto il filosofo Aranguren è molto importante l'esperienza intima che l'anziano fa di sé, perché "sentirsi vecchi" non è la stessa cosa che "sapersi vecchi". L'invito è quello di considerare la vecchiaia come una parte del cammino, una fase della vita altrettanto utile e fruttuosa di altre (Gergen & Gergen, 2000).

1.9 Il diamante dell'arco di vita

Seguendo questa direzione, Mary M. Gergen and Kenneth J. Gergen (2001) si sono focalizzati sull'invecchiamento positivo cercando di scoprire ed enfatizzare le potenzialità di questo periodo di vita. Dopo diversi studi hanno elaborato uno schema chiamato il "diamante dell'arco di vita" (fig. 2) che descrive la generazione del benessere in tutto l'arco di vita, dimostrando che non necessariamente l'avanzare dell'età implichi declino e tristezza.

Esso è composto da 4 elementi essenziali, raffigurati dai vertici del

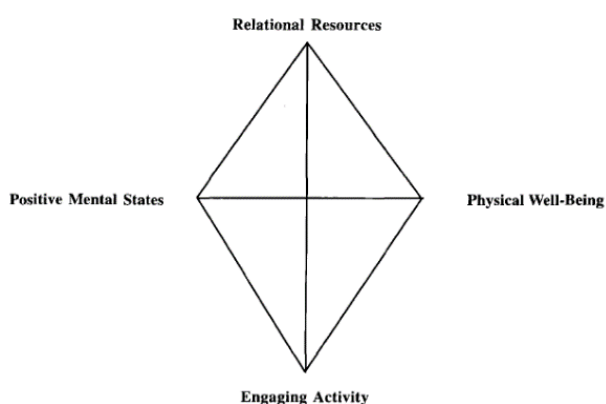


Figura 2. Modello del "diamante dell'arco di vita"

diamante che, in relazione tra loro, consentono una vita all'insegna del benessere:

- Risorse relazionali
- Benessere fisico
- Stati mentali positivi
- Attività coinvolgenti

Attraverso diversi studi, gli autori dimostrano, ad esempio, la correlazione positiva esistente tra le risorse relazionali ed il benessere fisico. Infatti, è stato dimostrato che un buono stato di salute generale sia associato alla presenza di sostegno sociale (Stroebe, W., & Stroebe, M., (1996), così come le persone sposate beneficiano di una vita più lunga rispetto a coloro che si sono separati o che non si sono mai sposate (Coombs, 1991).

Allo stesso modo, molte ricerche hanno sostenuto l'esistenza di un significativo rapporto bidirezionale tra risorse relazionali e stati mentali positivi. Infatti, quando una persona gode di relazioni sincere e durature sviluppa maggiore serenità, autostima e fiducia nei confronti di sé stesso, inducendo stati d'animo positivi. Inoltre, coloro che hanno un alto livello di contatti sociali hanno più probabilità di sentirsi supportate e di non sviluppare patologie mentali (Peirce et al., 2000).

Anche per quanto riguarda le attività coinvolgenti e gli stati mentali positivi la ricerca dimostra l'esistenza di un legame bidirezionale positivo. Essere attivi, ovvero svolgere attività diversificate che abbiano anche una dimensione ludico-ricreativa come sport, stare con gli amici o volontariato, è correlato con stati mentali positivi quali gioia e felicità (Gergen & Gergen, 2001).

Come abbiamo quindi avuto modo di vedere, affinché si possa parlare di invecchiamento positivo diventa importante dedicare il tempo e le risorse

necessarie per coltivare relazioni appaganti sia con familiari che amici, occuparsi della propria salute fisica attraverso attività e adeguati regimi alimentari, sviluppare e mantenere un atteggiamento positivo nei confronti di sé stessi ed essere impegnati in attività considerate dall'individuo coinvolgenti. Tuttavia, il principale contributo di questi fattori si esprime in virtù delle connessioni che si creano tra essi (Gergen & Gergen, 2001).

Capitolo 2

TEORIA DI RIFERIMENTO

2.1 Costruzionismo sociale

Il costruzionismo sociale è una prospettiva teorica, una posizione epistemologica che attraversa le scienze sociali a partire dagli anni '80, per poi diffondersi anche tra le altre discipline psicologiche.

Esso deriva dalla cornice paradigmatica del costruttivismo. Il termine paradigma indica delle «conquiste scientifiche universalmente riconosciute, le quali, per un certo periodo di tempo, forniscono un modello di problemi e soluzioni accettabili a coloro che praticano un certo campo della ricerca» (Kuhn, 1962). Tuttavia, il paradigma è più di una serie di regole e standard di riferimento: esso si riflette nelle decisioni di seguire particolari procedure, nella scelta di determinati strumenti piuttosto che altri e nella condivisione di specifici fondamenti filosofici (McNamee, 2010).

L'epistemologia costruttivista ritiene l'uomo un attivo costruttore di significati; l'individuo è in una posizione attiva e generativa: attraverso un continuo processo di interpretazione e attribuzione di significato egli costruisce e dà forma alla realtà che non viene più considerata come un'entità "pre-data". Ogni atto conoscitivo diviene un atto interpretativo. Ne consegue che l'attività umana dipende dai significati che le persone attribuiscono a situazioni ed eventi e dalle loro interpretazioni (Castiglioni, Faccio, 2010).

Alla base del costruzionismo sociale vi è l'idea che la costruzione del significato sia un processo sociale, linguistico e culturale (Gergen & McNamee, 1992). Il significato non è un fenomeno individuale, determinato unilateralmente dal singolo individuo ma avviene nell'interazione tra interlocutori diversi, da qui

l'attenzione verso le pratiche linguistiche. La tesi fondamentale del costruzionismo sta proprio nella convinzione che la realtà sociale sia radicalmente costruita e che quindi anche la conoscenza sia frutto di costruzione sociale (Castiglioni & Faccio, 2010). È nell'interazione con l'altro che viene data forma e significato alla realtà, che ha quindi origine nei processi interattivi e conversazionali: siamo noi, attraverso il dialogo e l'interazione con l'altro, che determiniamo il significato di un fenomeno.

I costruzionisti sociali sostengono che ogni volta che definiamo ciò che è realtà parliamo sempre all'interno di una specifica cornice storico-culturale che ci fornisce le premesse per capire e disporre di quel fenomeno (Castiglioni & Faccio, 2010). Di conseguenza, non c'è un unico modo di descrivere il mondo ma diversi significati e costruzioni sono possibili; ognuna con una specifica utilità per coloro e per il contesto che la sta generando (Gergen & Gergen, 2001). Una foresta, per esempio, può essere un posto sereno e rilassante per qualcuno ed un luogo terribile e pericoloso per qualcun altro. Entrambe le realtà sono "vere", ergo funzionali, per le comunità che vi entrano in contatto (McNamee, 2010).

La capacità dell'uomo di costruire rappresentazioni alternative della medesima realtà viene teorizzata da George Alexander Kelly, psicologo statunitense ed antesignano del costruttivismo, sotto il costrutto di "*alternativismo costruttivo*". Egli afferma infatti che "Tutte le nostre attuali interpretazioni dell'universo sono suscettibili di essere riviste o rimpiazzate" (Kelly, 1955); ci sono sempre modi alternativi per descrivere e significare un fenomeno; l'essere umano quando si muove nel mondo ha infinite possibilità interpretative.

2.2 Realtà e punti di osservazione

La visione di ogni singola persona è sempre legata ad un preciso punto di osservazione, secondo Paul Watzlawick, psicologo e filosofo austriaco, la realtà più che essere scoperta viene inventata. “Qualsiasi cosiddetta realtà è - nel senso più immediato e concreto – una costruzione di coloro che credono di averla scoperta e analizzata. In altre parole, ciò che viene ipoteticamente scoperto è un’invenzione, il cui inventore è inconsapevole del proprio inventare e considera la realtà come qualcosa che esiste indipendentemente da sé: l’invenzione diventa quindi la base della propria visione del mondo e delle proprie azioni” (Watzlawick, 1988). L’ essere umano, in qualità di osservatore che “inventa la realtà” è in genere normativo e nomotetico cioè, tende a stabilire regole e leggi che confronta con gli altri e con sé stesso e che inevitabilmente sono direttamente conseguenza di una specifica tradizione storico culturale.

La conoscenza non riguarda più una realtà 'oggettiva', ontologica, esterna e quindi fotografabile, riproducibile per ciò che è, nelle sue componenti “essenziali”, ma esclusivamente “l'ordine e l'organizzazione di esperienze nel mondo del nostro esperire” (Von Glaserfeld, 1989).

Dunque, se non possiamo fare affidamento su un mondo oggettivamente dato e fossilizzato, possiamo contare su una realtà costruita intersoggettivamente dove il linguaggio è il medium di tale costruzione (Salvini et al., 2011). Per il costruzionismo sociale quindi la comunicazione non è un semplice processo di trasmissione di significato da un individuo all’altro e nemmeno un banale scambio di informazioni (McNamee, 2010).

2.3 Linguaggio e Costruzione sociale

Su temi come razzismo e sessismo la ricerca si è spesa molto con il fine di approfondire il fenomeno della codifica linguistica discriminatoria, in accordo con Nig (Sik Hung Ng, 2007) il linguaggio è potere e la discriminazione, anche nel contesto dell'età, non può essere compresa se non lo si analizza.

Secondo il celebre filosofo e linguista inglese John Langshaw Austin, il linguaggio produce performance e realizza fatti ed azioni (McNamee, 2010). Nella teoria degli atti linguistici (1955) da lui elaborata, lo studioso sostiene che le parole creano la realtà e non la rappresentano. Egli distingue due enunciati (Crary, 2002): Constatativi e performativi; questi ultimi rappresentano quegli enunciati che dal momento in cui vengono prodotti realizzano di fatto la realtà. Infatti, secondo J. L. Austin, ogni dire è anche un fare. Grazie al linguaggio e le sue regole caratterizzanti un contesto socioculturale viene costruita una specifica rappresentazione della realtà ed è attraverso esso che l'esperienza umana prende forma.

Tra gli autori della storia della filosofia del linguaggio emerge anche Ludwig Wittgenstein, filosofo e logico austriaco. Lo studioso sviluppa la teoria dei giochi linguistici (1953) sostenendo che il significato non è insito nelle parole quanto piuttosto nell'utilizzo che se ne fa in un determinato contesto storico e culturale. Non c'è una relazione necessaria, diretta e univoca tra parola ed oggetto: il significato attribuito a certe parole, azioni o oggetti è una possibile costruzione da parte di una comunità (McNamee, 2010). Le parole che noi utilizziamo sono coerenti ad un preciso sistema di convenzioni e regole condivise ed ogni cultura ha le proprie. Ne consegue che, ciò che viene prodotto tramite il linguaggio,

rappresenta sempre e comunque una delle possibili rappresentazioni della realtà, che è tale in virtù di quel contesto.

L'esperienza delle persone con la realtà può essere compresa solo riconoscendo i loro posizionamenti e i significati che propongono secondo una fitta rete di regole e pratiche che prendono forma nelle realtà sociali. (Castiglioni & Faccio, 2010).

È a partire da tali presupposti che per il nostro progetto di ricerca abbiamo analizzato le narrazioni, per meglio comprendere l'utilizzo specifico del linguaggio impiegato e, sempre attraverso esso, aprire e generare significati e rappresentazioni alternative.

«Al pari della lingua, il corpo è un continuo fornitore di significati (...). Di fronte ad una medesima realtà, individui dal corpo impregnato di culture e storie diverse, non provano le stesse sensazioni. Ciascuno di loro è sensibile alle sensazioni che RICONOSCE sulla base di un sistema di socializzazione al quale partecipa» (Le Breton, 2007)

2.4 Invecchiamento: quante costruzioni possibili

La narrazione dell'invecchiamento nasce dalle relazioni interpersonali all'interno di una determinata cultura in uno specifico momento storico e culturale (Gergen & Gergen, 2001). Infatti, in culture diverse da quella occidentale, gli anziani sono spesso trattati come i membri più rispettati del gruppo e sono considerati più saggi. Ad esempio, l'antropologo Richard Shweder ha osservato che nella popolazione del Kenya occidentale l'anzianità è associata ad obbedienza, prestigio, rispetto e stima sociale (Gergen & Gergen, 2001).

A seguito di questa considerazione e dei presupposti teorici sopra esplicitati, ne consegue che parlare in termini di invecchiamento come deterioramento delle funzioni fisiche e psicologiche non è “la realtà di per sé” ma una possibile rappresentazione di essa; l'accostamento del tema del declino all'avanzamento degli anni è una possibile rappresentazione frutto di uno specifico contesto socio-culturale, ad esempio in questo caso si fa riferimento ai valori della produttività e dell'individualismo caratterizzanti l'odierna cultura occidentale.

Nelle scienze biologiche è diffusa la tendenza a ricercare il corso della vita naturalizzato, cioè a tracciare un percorso inalterabile che prevede un declino innato di capacità cognitive e sociali nell'arco della vita (Gergen & Gergen, 2001). Tuttavia, l'attitudine a naturalizzare i fenomeni li cristallizza; quando invece ciò che è dato per assodato, per vero, diviene una delle possibilità rappresentative, si aprono infinite possibilità per costruire narrazioni differenti (Hazan, 1994).

Inoltre, in ambito di ricerca, oltre al contesto socio-culturale, sono determinanti le assunzioni teoriche da cui si parte per esaminare la realtà. Abbiamo infatti visto esserci diverse ricerche presenti in letteratura che riproducono l'immagine della vecchiaia come arco di vita caratterizzato da decadenza; tuttavia, è bene precisare che tale raffigurazione è frutto di un particolare orientamento di ricerca e relativi presupposti teorici che si pongono come filtro nello sguardo dello scienziato in questione (Gergen & Gergen, 2000). Infatti, è determinate avere chiaro quali sono i presupposti teorici sulla base dei quali si osserva la realtà poiché in virtù di questi verrà determinato ciò che si conosce: i fatti sono un prodotto della teoria (Castiglioni & Faccio, 2010).

Dunque, sulla base di tali premesse, possiamo affermare che la definizione di invecchiamento come negativo non è né inalterabile, né oggettiva, né l'unica alternativa.

2.5 Generare ricostruzioni positive: un esempio

Quello che accade al corpo e ai modelli di comportamento con il passare degli anni non ha un significato intrinseco, ovvero non è necessariamente negativo o positivo, dipende da come viene interpretato. Ad esempio, nell'articolo pubblicato nel 2010 da Kenneth J. Gergen: "Positive *ageism*: resilience and reconstruction" egli riporta uno studio in cui un piccolo gruppo di partecipanti è stato invitato a discutere di circostanze generalmente ritenute debilitanti conseguenti all'avanzamento dell'età. I temi affrontati erano svariati: dalle malattie croniche, alla diminuzione dell'attrattiva, dell'aspetto fisico, al pensionamento, alla diminuzione dell'interesse sessuale, al declino delle capacità fisiche e mentali, alla perdita di reddito, alla perdita del lavoro, etc. I partecipanti sono stati sfidati a rianalizzare questi elementi cercando di evidenziarne le potenzialità, invece di considerarli come semplici ed inevitabili perdite negative. L'autore rivela come sia stato sorprendentemente stupito dalle innumerevoli possibilità creative che emergevano dai partecipanti. Ad esempio, il tema economico, ovvero la diminuzione del reddito percepito data la condizione di pensionamento e le varie fluttuazioni di mercato, è stato reinterpretato in ottica positiva in quanto la riduzione di reddito è stata percepita come occasione per concentrarsi più sulle relazioni poiché, divenuto consapevole che la felicità non si può comprare, l'anziano si concentra di più su ciò che realmente conta. Allo stesso modo, è stato affrontato il tema della diminuzione dell'attrattività fisica: molte sono le persone preoccupate per il deterioramento fisico dovuto all'avanzamento degli anni che si trasforma poi in perdita di autostima e amore per sé stessi. Sorprendentemente, oltre all'opzione di opporsi a questo fenomeno tramite il ricorso alla chirurgia estetica, i partecipanti hanno generato altre interpretazioni: sviluppando una

nuova definizione di bellezza, piuttosto che non collegando l'“essere di bell'aspetto” con l'“essere giovani” e vedendo il cambiamento non come deterioramento ma semplicemente come un aspetto nuovo, una bellezza nuova. La pelle rugosa, piuttosto che un deficit può rappresentare un segnale di saggezza e vita ben vissuta. Un sondaggio che chiedeva quanto fosse attraente il proprio compagno ha rilevato che i settantaseienni erano più innamorati dell'aspetto del loro compagno rispetto ai cinquantacinquenni del gruppo di partecipanti di riferimento. La bellezza è negli occhi di chi guarda (Gergen & Gergen, 2010).

Si può concludere che, in virtù di come viene posta la domanda, ergo dell'utilizzo che se ne fa del linguaggio e non solo, possono essere generate narrazioni alternative (Gergen & Gergen, 2010).

2.6 La ricerca socio costruzionista

La “*Constructionist Inquiry*” ha l'obiettivo di enfatizzare le potenzialità intrinseche, sottolineare ciò che funziona ed esplorare quali realtà diventano possibili quando si utilizza un modo di parlare invece di un altro. La caratteristica principale risiede nell'orientamento al futuro e nella sua natura generativa (Gergen, 2015). Diversamente dagli studi che si concentrano sulla definizione del problema, sull'identificazione di ciò che non funziona con il fine di misurarlo e controllarlo, la metodologia costruzionista propone di co-costruire narrazioni che stimolino l'emergere di nuove idee e visioni alternative che siano funzionali al raggiungimento di obiettivi condivisi (Bushe, 2007). L'enfasi della ricerca costruzionista è il significato e come esso venga generato e negoziato tra le persone coinvolte. Qui, il rapporto e la relazione che si instaura tra ricercatore e

partecipante è fondamentale. Infatti, alcuni autori hanno proposto studi in cui ai partecipanti veniva chiesto di concentrarsi sulle potenzialità, sulle proprie esperienze positive, sul futuro e sulle soluzioni che possono essere condivise e contribuiscono alla generazione di narrazioni alternative (Romaioli et al., 2016). Come abbiamo già avuto modo di sottolineare, l'attività di ricerca non è neutra ed il ricercatore, con le proprie categorie conoscitive influenza l'oggetto conosciuto. Traslato tale presupposto nel nostro contesto, il rapporto tra ricercatore e partecipante è stato determinante nella generazione della narrazione; il ricercatore, tramite le sue domande e attraverso l'interazione stessa è stato parte integrante del processo generativo.

Le storie raccolte sono strettamente dipendenti dalle domande fatte dai ricercatori e se cambiano queste, cambiano anche le risposte che otteniamo. Il punto di vista viene costruito, articolato nel momento esatto in cui lo si racconta e quindi in virtù delle domande si sollecitano differenti storie e realtà.

La ricerca generativa è un tipo di ricerca che sfrutta in modo profondo la possibilità di porre delle domande, sollecitazioni che mettano le persone nella condizione di costruire buone storie, storie che siano funzionali alla loro attività quotidiana sapendo che nel momento in cui le persone si raccontano in un certo modo rendono quel mondo reale per loro stessi. (Gehart et al., 2017).

Il punto sta quindi nel selezionare e costruire buone domande al fine di dare ai partecipanti la possibilità di generare dei racconti positivi ed anti-*ageism*, l'idea è quella di promuovere una buona narrazione che le persone possano utilizzare per costruire un modo migliore di vivere.

Il passaggio alla "generatività" implica che nuove realtà siano generate grazie allo scambio tra partecipanti. Si verifica uno spostamento di attenzione dalle cause e

dal problema in sè ad un approccio volto alla situazione desiderata; il presupposto di base è che: più si parla di un problema più esso viene costruito.

Kenneth J. Gergen (2015) sostiene che, in quest'ottica, lo scopo della ricerca non sia quello di far luce su un qualcosa che c'è, ma di creare ciò che sta per divenire, questa è l'essenza di un approccio generativo, "*future forming*" alla ricerca. Lo studioso inoltre osserva che le ricerche che seguono tale approccio invece di cercare, ad esempio, i fattori determinanti della depressione, si sono focalizzate sull'individuazione di mezzi per sfuggire o evitare la depressione; così come, invece di rivelare la sofferenza vissuta dagli immigrati, le ricerche sono state dirette a promuovere il benessere degli immigrati stessi (Gergen, 2015).

Per quanto riguarda la metodologia, all'interno di una posizione socio-costruzionista, non si aderisce in maniera fissa ad un set di standard e procedure attraverso cui fare ricerca: non esiste infatti un metodo corretto che vada bene per qualsiasi analisi. Piuttosto, ci sono metodi e procedure che producono determinate informazioni strettamente dipendenti da una serie di variabili come gli individui coinvolti ed il contesto: utilizzando diverse forme di indagine si generano diverse conoscenze, ergo si costruiscono diverse realtà. Il ricercatore è ben consapevole che la metodologia da lui adottata è uno dei possibili modi di conoscere che è socialmente e storicamente situato, ma che ne possono esistere molti altri; ed ognuno di questi implica delle conseguenze e dei risultati che non sono quindi certamente generalizzabili ma piuttosto utili per una determinata comunità in un particolare contesto storico e culturale. Questo approccio porta ad un cambio di rotta: il focus non è più sulla validità ed attendibilità della ricerca, quanto sull'utilità: per chi è utile questa conoscenza? E sulla generatività: in che modo questa conoscenza aiuterà la comunità ad "andare avanti insieme"? Tutte le conoscenze sono situate in contesti specifici locali, storici e culturali. Tutta la

conoscenza, infatti, è provvisoria e discutibile da altre comunità di conoscenza (McNamee, 2010).

In virtù di quanto detto fino ad ora, la ricerca con presupposti socio-costruzionisti non aspira all'oggettività in quanto essa è ritenuta una costruzione retorica: non vi è alcuna prospettiva che può prescindere da particolari valori. I dati sono sempre frutto di un'interpretazione.

In generale, nel presente progetto di ricerca è stato adottato un approccio alla ricerca *future-forming* (Gergen, 2023) e *World-making* (Power et al.,2023). Con approccio *World-making* ci riferiamo qui al fatto che gli esseri umani, sia a livello individuale che come collettività, contribuiscono a creare la realtà sociale; sono essi stessi creatori del proprio mondo.

2.7 Appreciative inquiry

Sebbene non vi sia una definizione univoca, con il termine *Appreciative Inquiry* ci riferiamo qui ad un approccio di ricerca che parte dal presupposto che ogni organizzazione o comunità ha dentro sé potenzialità e risorse positive che talvolta sono nascoste.

L'*Appreciative Inquiry* promuove un cambiamento positivo partendo dalla consapevolezza dei propri punti di forza (come comunità, organizzazione o persona) e guarda alle possibilità future positive, invece di partire dall'analisi del problema; ciò non significa negare o ignorare i problemi, ma semplicemente non porre essi come punto di partenza e la base di analisi ed azioni.

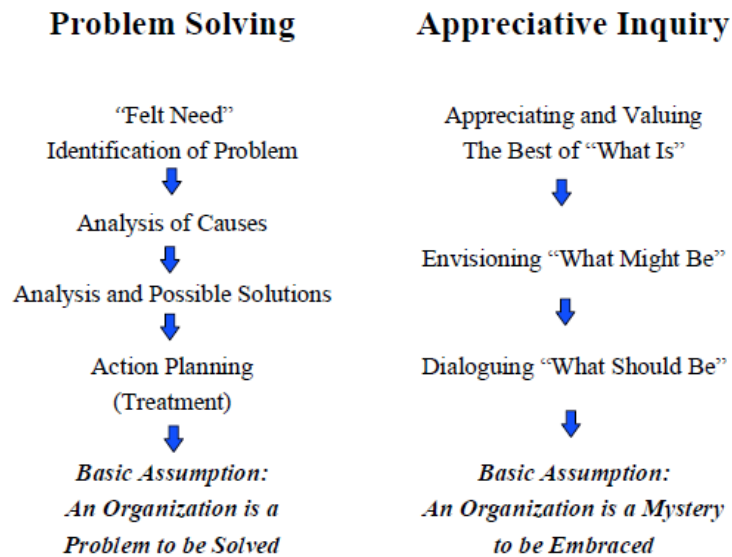


Figura 3. Dal Problem Solving all'Appreciative Inquiry (Whitney & Cooperrider, 1998)

L'Appreciative Inquiry li riconosce, li accoglie e li riformula. Tale logica presuppone uno spostamento dall'analisi dei problemi all'analisi dell'essenza positiva che spesso rimane velata e fuori dalla consapevolezza (Fig. 3). Infatti, focalizzarsi sulle potenzialità si è dimostrato essere molto più efficace al fine di trasformare una situazione, una relazione o una comunità. Il conflitto si converte in cooperazione nel momento in cui si riesce a spostare l'attenzione delle persone da ciò che non funziona a come sarebbero le cose se loro fossero il meglio di loro stesse.

Alla base della metodologia e della filosofia dell'Appreciative Inquiry ci sono 5 principi fondamentali:

- Il principio Socio-costruzionista: per essere efficaci bisogna considerare il mondo che ci circonda come una costruzione sociale ed il suo significato generato e in continua trasformazione nell'interazione sociale.
- Il principio di Simultaneità: la ricerca e il cambiamento sono simultanei. Di conseguenza, il punto non è se le domande poste durante la ricerca

conducano alle giuste risposte, ma piuttosto quale sia l'impatto che la domanda genera, ovvero se questa rafforza le relazioni presenti.

- Il principio Poetico: il passato, presente e futuro sono costantemente fonte di ispirazione e reinterpretazione, come una buona poesia. Quindi ciò che fa la differenza è ciò su cui il ricercatore decide di soffermarsi.
- Il principio di Anticipazione: l'immagine del futuro è ciò che guida le nostre azioni; di conseguenza, al fine di generare cambiamenti positivi *l'Appreciative Inquiry* mira alla generazione di immagini future positive.
- Il principio Positivo: un agente di cambiamento deve riuscire a porre "*unconditionally positive questions*", ovvero domande positive; solo in questo modo è garantito un cambiamento duraturo ed efficace.

David Cooperrider and Diana Whitney (1998) sostengono che, grazie alla loro esperienza, più il focus è positivo più è forte l'attrazione dei partecipanti e la loro predisposizione a rimanere coinvolti. Il contributo di tutti i partecipanti di una ricerca basata sull'approccio dell'*Appreciative Inquiry* è fondamentale perché si verifichi un cambiamento positivo e negli ultimi due decenni sono numerose le organizzazioni che testimoniano una straordinaria trasformazione grazie alla pratica dell'*Appreciative Inquiry*. Sono stati questi successi che hanno portato gli studiosi Diana Whitney e Amanda Trosten-Bloom ad interrogarsi sulle ragioni di questi risultati sorprendenti; essi si sono chiesti quali fossero le condizioni necessarie per il successo della metodologia dell'*Appreciative Inquiry*. Per trovare risposta, gli studiosi hanno condotto una ricerca su come effettivamente tale metodologia operi identificando sei condizioni essenziali che, se presenti, consentono di liberare il potenziale degli individui coinvolti, esse sono state definite le "Sei Libertà": "libertà di essere conosciuti nella relazione", "libertà di

essere ascoltati”, “libertà di sognare nella comunità”, “Libertà di scegliere di contribuire”, “Libertà di agire con supporto”, “Libertà di essere positivi”.

Il metodo più utilizzato dall’approccio dell’*Appreciative Inquiry* è quello delle interviste: l’idea è, come evidenziato sopra, quella di focalizzarsi su ciò che funziona, sulle risorse e possibilità, piuttosto che sulle cause di ipotetici problemi. Infatti, le domande poste sono su esperienze positive vissute, su ciò che dà valore all’organizzazione o alla comunità in oggetto. Le risposte e le storie che da tali conversazioni si generano vengono condivise all’interno del contesto per diffondere narrazioni positive che possano contrastare criticità, oppure diffondere delle immagini nuove e positive della comunità stessa (Whitney & Cooperrider, 1998).

Sebbene, come già evidenziato sopra, non esista una formula unica di *Appreciative inquiry*, la maggior parte passa attraverso il ciclo delle 4-D (Whitney & Cooperrider, 1998):

- *Discovery*: durante questa fase si identificano le esperienze di successo già presenti e si ricercano aspetti positivi e potenziali
- *Dream*: l’obiettivo è la generatività. In questa fase si porta il focus sul futuro desiderato creando una visione orientata ad esso.
- *Design*: questo è il momento della concretezza e della progettazione rispetto all’obiettivo generato dello step precedente
- *Destiny*: Ci si adopera per concretizzare e adattare le soluzioni proposte

In virtù della potenzialità di tale approccio, nel presente studio sono state strutturate delle interviste che fossero coerenti con i principi propri dell’*Appreciative Inquiry*.

Capitolo 3

LO STUDIO

3.1 Obiettivo e domande di ricerca

Sulla base di tutte queste considerazioni, abbiamo proceduto nella progettazione del presente studio. Come appurato da Federica Previtali, MSc, Katri Keskinen, MSc, Miira Niska, PhD and Pirjo Nikander, PhD in “*Ageism in Working Life: A Scoping Review on Discursive Approaches*” (2020), l'*ageism* è un fenomeno che è presente in ogni ambiente, compresi i contesti no-profit seppur ad oggi la ricerca in tale contesto scarseggia. Si possono creare aspri conflitti intergenerazionali a causa di pregiudizi legati all'età. Da qui, l'interesse a svolgere lo studio presso la Croce Rossa italiana (sezione di Padova), con la finalità di promuovere una cultura organizzativa anti-*ageism* attraverso la generazione di contro-narrative volte a contrastare le narrative dominanti che rappresentano l'invecchiamento come un periodo di mero declino. Tutto ciò con l'obiettivo di incoraggiare un'integrazione intergenerazionale.

Le principali domande di ricerca sono state:

1. Quali sono i livelli di *ageism* all'interno dell'Organizzazione di volontariato?
2. Qual è l'idea di invecchiamento condivisa tra i volontari?
3. È possibile co-costruire narrative per contrastare un'idea di invecchiamento come declino?
4. È possibile favorire l'emergere di identità locali 'age friendly' tra i volontari, capaci di sfidare l'*ageism* e valorizzare le differenze d'età?

La ricerca è stata condotta seguendo il *Generative Sequential Mixed Methods Approach* (Romaioli, 2022) che prevede l'utilizzo combinato e sequenziale di

metodo quantitativo prima e qualitativo poi. Nella prima fase, grazie alla somministrazione della *Fraboni Scale of Ageism* (Braun & Clarke, 2023a) (Donizzetti, 2010; Fraboni et al., 1990) sono state evidenziate criticità ed atteggiamenti discriminatori nei confronti delle persone anziane; nella seconda fase, attraverso interviste episodiche generative (Flick, 2009) sono state elaborate “*unconditional positive questions*”: ovvero domande generative volte a facilitare l’elaborazione di narrazioni anti-*ageism*.

Grazie alla Thematic analysis (Braun & Clarke, 2023a) svolta sui testi raccolti con le interviste sono stati individuati temi e narrazioni efficaci per contrastare pregiudizi e stereotipi nei confronti dell’età; queste, verranno poi restituite e condivise tramite focus group al contesto di riferimento.

3.2 Contesto di riferimento: Croce Rossa Italiana

La Croce Rossa Italiana è un’organizzazione no-profit che ha come fine ultimo l’assistenza sanitaria e sociale sia in tempo di pace che in tempo di conflitto. Le società nazionali di Croce Rossa nascono dal Convegno di Ginevra del 1863 e quella Italiana è la quinta a formarsi. La Croce Rossa Italiana ha diverse sedi in Italia ed il presente studio si è svolto nella sezione della città di Padova; tutte fanno comunque riferimento al Movimento Internazionale della Croce Rossa: organizzazione istituzionalizzata nel 1928 dalla XIII Conferenza Internazionale dell’Aja. Il movimento internazionale Croce Rossa opera secondo i seguenti sette principi: Umanità, Imparzialità, Neutralità, Indipendenza, Volontariato, Unità e Universalità (Fig.4).



Figura 4. Simboli dei sette principi Croce Rossa

Una caratteristica saliente di tale contesto che ne ha influenzato la scelta è stata la sua natura intergenerazionale. Infatti, i volontari della Croce Rossa Italiana coprono in maniera piuttosto uniforme tutte le fasce d'età: 27,5% (tra i 14 e i 32 anni), 56,5% (tra i 32 e i 65 anni) e 16% (tra i 65 e i 90 anni). Questi, oltre a relazionarsi tra di loro, si relazionano con utenti di età variabile (Bilancio sociale Croce Rossa Italiana, 2022).

3.3 Generative and Sequential Mixed Methods Approach

I "Mixed Methods" rappresentano un approccio alla ricerca che ha l'obiettivo di combinare ed integrare metodi qualitativi e quantitativi, la loro integrazione rappresenta infatti un valore aggiunto che consente livelli di riflessione ed analisi maggiori che non si otterrebbero con la semplice associazione di diversi metodi di raccolta dati (Creswell & Clark, 2017).

Nel corso degli anni sono state presentate diverse proposte al fine di integrare metodi quantitativi e qualitativi; il dibattito ha condotto all'identificazione di 3 differenti tipologie:

- "Convergent mixed method"= la fase quantitativa e quella qualitativa vengono svolte simultaneamente in maniera separata, solo in un secondo momento i dati vengono integrati al fine di identificare conferme e/o disconferme.

- *“Explanatory Sequential Mixed Methods Design”*= in questo caso viene condotta una fase di ricerca iniziale con metodi quantitativi, successivamente viene introdotta una fase qualitativa con l'intento di spiegare i risultati ottenuti con gli strumenti quantitativi.
- *“Exploratory Sequential Mixed Methods Design”*= la prima fase della ricerca prevede l'utilizzo di strumenti qualitativi e solo successivamente è previsto l'utilizzo di strumenti quantitativi.

Oltre alle proposte sopra citate, Diego Romaioli (2022), facendo riferimento ai presupposti del costruzionismo sociale, ha presentato un'altra modalità che consenta l'interazione ed il reciproco arricchimento tra fase quantitativa e fase qualitativa in un unico disegno di ricerca. Esso viene definito *“Generative and Sequential Mixed Methods Approach”* in linea con un orientamento alla ricerca generativa e *“future forming approach”* (Gergen, 2015).

Come accennato, Il *“Generative Sequential Mixed Methods Approach”* (Romaioli, 2022) è costituito da due fasi di ricerca: una quantitativa e una qualitativa impiegate in maniera sequenziale. Se la prima fase è volta ad una mappatura della situazione, ovvero all'identificazione degli aspetti critici, la seconda fase non ha l'obiettivo di spiegare i risultati trovati ma anzi di sfidarli generando interpretazioni alternative.

Questo approccio è coerente con i presupposti del costruzionismo sociale sulla base del quale non possiamo stabilire se un metodo sia più “vero”, “giusto”, “buono” di un altro, ma la nostra attenzione deve essere rivolta sulle possibili implicazioni dell'assunzione di una determinata modalità di interazione o conduzione di ricerca sia nei confronti della società nel suo complesso che sui singoli partecipanti implicati nella ricerca. Il costruzionismo sociale invita a

concentrarsi sull'interazione che si crea durante l'attività di ricerca e sui mondi che da qui si aprono (Romaioli & Contarello, 2019).

Uno scienziato sociale nel momento in cui decide di implementare tale metodologia deve prima di tutto chiedersi quali siano le dimensioni critiche del contesto di riferimento che necessitano di essere decostruiti attraverso domande generative. Per rispondere a tale quesito, la procedura prevede 3 steps (Romaioli, 2022):

- 1- Identificare uno strumento quantitativo che consenta di individuare gli aspetti critici dell'oggetto di ricerca
- 2- A partire dagli item del questionario produrre domande generative
- 3- Includere le domande generative in un protocollo di *Appreciative Inquiry*

Nel presente studio, abbiamo applicato il "*Generative and Sequential Mixed Methods Approach*" seguendo lo schema riportato nella tabella presente in figura 5: la fase quantitativa è stata condotta tramite la somministrazione di un questionario, mentre la successiva fase qualitativa è stata realizzata tramite interviste secondo il protocollo dell' "*Appreciative Inquiry*".

Indagine quantitativa	Costruzione di domande generative	Indagine qualitativa
<p><u>Procedura</u></p> <p>Somministrazione della Fraboni Scale of Ageism (Fraboni, Saltstone & Hughes, 1990; Donizzetti, 2010) al fine di individuare le criticità presenti.</p>	<p><u>Procedura</u></p> <p>Costruzione delle <i>unconditional positive questions</i> sulla base degli item relativi a dimensioni critiche presenti nel questionario somministrato</p>	<p><u>Procedura</u></p> <p>Sulla base delle risposte al questionario sono stati selezionati e contattati i partecipanti ai quali sono state somministrate interviste episodiche-generative. Sulla base</p>

		dei testi prodotti in questa fase è stata svolta un'analisi tematica
<u>Prodotti</u> Valutazione partecipanti sulle questioni critiche	<u>Prodotti</u> Protocollo interviste generative	<u>Prodotti</u> Narrazioni positive che contrastano l' <i>ageism</i>

Figura 5. Applicazione del Generative Sequential Mixed Methods Approach (Romaioli, 2022)

3.4 Metodo di raccolta dati: fase quantitativa

Seguendo quanto presentato sopra, nella prima fase della ricerca si è impiegata una metodologia quantitativa. Sono stati reclutati volontari della Croce Rossa Italiana disponibili a partecipare al nostro progetto di ricerca e coinvolti nella prima fase che prevedeva la compilazione di un questionario. L'obiettivo è stato quello di fornire una fotografia della situazione all'interno del contesto in oggetto: in questa prima fase era importante riuscire a identificare il livello di *ageism* presente nei partecipanti.

La durata complessiva per la compilazione del questionario era di 5 minuti circa, esso è stato progettato tramite Google moduli e somministrato sia fisicamente che online: la maggior parte dei partecipanti ha ricevuto un link per la compilazione online tramite i canali ufficiali dell'organizzazione, ad altri individui invece è stato somministrato grazie ad un "passa parola" ad altri ancora tramite contatti personali, come e-mail o numero di telefono, che avevano precedentemente condiviso dato l'interesse per la ricerca. Inoltre, durante degli

eventi nella sede centrale del comitato di Padova della Croce Rossa Italiana, abbiamo avuto l'occasione di somministrarlo fisicamente ai presenti.

In virtù dell'assenza di una qualsiasi manipolazione sperimentale che avrebbe previsto un'alterazione dei contenuti, ai volontari veniva fornita una breve descrizione a titolo informativo sullo scopo e sul progetto di ricerca in generale. Tuttavia, al fine di evitare alcuna influenza non è stata utilizzata la parola "pregiudizio", si è piuttosto fatto riferimento alla volontà di indagare la percezione dell'età e dell'invecchiamento.

Il questionario era costituito da 19 items, distribuiti in maniera casuale ma sempre presentati nello stesso ordine in ogni somministrazione, della Fraboni Scale of *Ageism* (Fraboni et al., 1990), tradotta e validata nel contesto italiano dalla Prof.ssa Donizzetti (2010). La scelta del suddetto strumento è stata dettata sia dalla sua natura multidimensionale che dalla presenza di una versione tradotta e validata nel contesto italiano (Donizzetti, 2010). Prima di poter rispondere a tali items, venivano chieste ai partecipanti alcune informazioni anagrafiche: età, genere, titolo di studio, orientamento religioso, status socioeconomico, stato di salute, ruolo all'interno della Croce Rossa e anni di anzianità di servizio.

Successivamente, veniva chiesto di indicare le ultime due lettere del cognome, le ultime due lettere del nome e le ultime due cifre del numero di cellulare per riuscire poi ad abbinare i risultati del questionario all'intervista.

Dopo aver risposto ai 19 items, ai partecipanti erano presentate 2 domande aperte: la prima con il fine di identificare i tratti impliciti di *ageism* presenti nelle persone in modo non sempre così consapevole, mentre la seconda aveva l'obiettivo di esplicitare i valori che la persona reputava più importanti al fine di tenerne anche conto nella fase di intervista:

1. “Scriva le prime 5 parole (o brevi frasi) che Le vengono in mente pensando a "invecchiamento"
2. “Le chiediamo di indicare i valori che Lei ritiene essere tra i più importanti nella Sua vita”

Una volta somministrato il questionario si è proceduto con l’analisi dei dati attraverso strumenti come Excel e Jasp.

Dapprima sono stati inserite tutte le risposte in un file Excel. Qui, è stato possibile analizzare il gruppo di partecipanti (vedi sezione 3.4.1 *partecipanti*).

Per ogni partecipante sono state riportate tutte le variabili anagrafiche e le risposte al questionario; è stato calcolato il livello di *ageism* attraverso la somma delle risposte a ciascuno dei 19 items presenti; tra questi, vi era la presenza di 5 items reverse, ciò significa che per questi (rispettivamente nel questionario *item 1, 5, 10, 18, 19*) la polarità è stata invertita quindi un punteggio di 1 nell’analisi corrisponde a valore 4, 2 a valore 3, 3 a valore 2 e 4 a valore 1.

3.4.1 Partecipanti

I partecipanti allo studio sono tutti volontari della Croce Rossa Italiana, Comitato di Padova. La partecipazione, per l’intero progetto di ricerca, è stata su base volontaria senza alcuna forma di retribuzione e obbligo.

In generale, hanno partecipato alla compilazione del questionario N= 281 volontari. Di questi, N= 155 erano donne (età media donne 44,48 anni) e N=126 uomini (età media 45,3 anni). L’età minima dei partecipanti coinvolti è stata 18 anni, mentre la massima 80 anni, con una media di M= 44,6 anni (DS= 15,73).

Per quanto riguarda gli anni di servizio vi è molta eterogeneità: infatti, si va da 0 anni a un massimo in N=48 anni di servizio. La media calcolata è stata di N=10,17 anni (DS= 9,04) (Fig.8).

Si è registrata una forte presenza (N= 214) di individui che dichiarano di avere uno stato di salute definito “buono”, solo 1 partecipante definisce la propria condizione “cattiva” e N= 66 individui “medio” (Fig.6). Un discorso simile riguarda lo status socioeconomico: N= 234 partecipanti hanno definito la propria condizione come “media”, N= 20 “bassa” e N=27 “alta” (Fig.6). Quindi complessivamente si potrebbe dire che la maggioranza degli individui coinvolti non presenta difficoltà economiche e fisiche.

Per quanto riguarda il titolo di studio invece, 89 partecipanti hanno dichiarato di aver conseguito la laurea, 27 “altro titolo post-laurea”, 140 il diploma e 25 la licenza media. Infine, si dichiarano credenti 178 individui, non credenti 75 e sotto la voce “altro” 28 volontari. (fig.6).

È stato interessante raccogliere tali dati per meglio identificare le caratteristiche del gruppo di partecipanti di riferimento.

In generale, 279 partecipanti riferiscono di avere costanti contatti con persone di età diversa dalla propria all'interno del contesto della Croce Rossa Italiana, tale dato è stato per noi di notevole rilevanza poiché testimonia una forte presenza di interazione intergenerazionale, la quale potrebbe essere compromessa da elevati livelli di *ageism*. D'altra parte, essendo tali dinamiche tra generazioni diverse così presenti e fondamentali per lo svolgimento delle attività abitudinarie all'interno di Croce Rossa, diviene necessario il monitoraggio e l'analisi del tema inerente il pregiudizio d'età.

Partecipanti	N	Donne	Uomini	Età media	Media anni di servizio
	281	155	126	44,6 (DS= 15,73)	10,2

Status socioeconomico	Basso	Medio	Alto
	20	234	27

Salute	Cattivo	Medio	Buono
	1	66	214

Titolo di studio	Licenza media	Diploma	Laurea	Altro Titolo post-laurea
	25	140	89	27

Religione	Credente	Non credente	Altro
	178	75	28

Figura 6. Composizione dei partecipanti

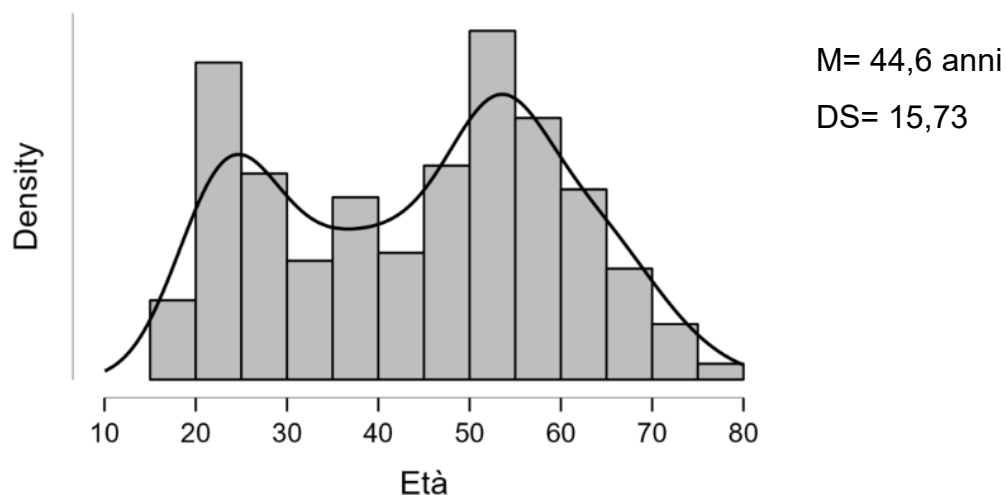


Figura 7. Distribuzione dell'età dei partecipanti

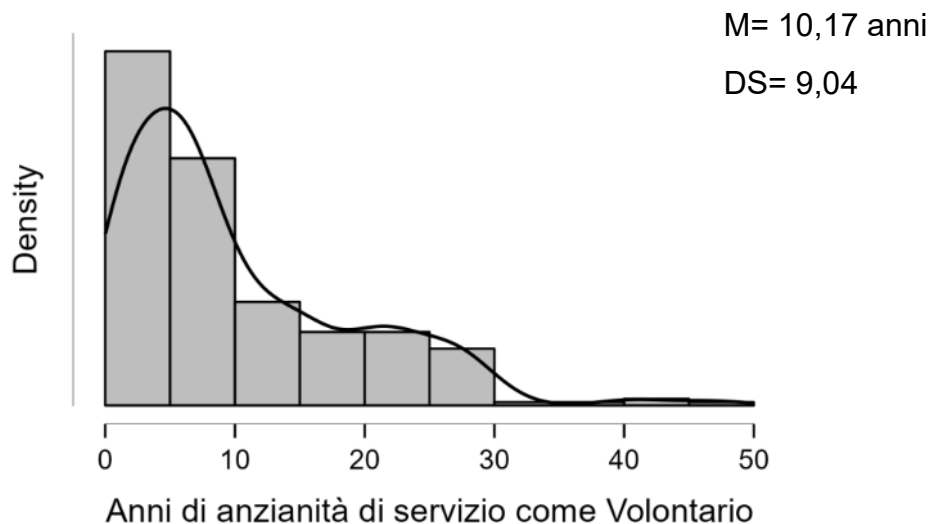


Figura 8. Distribuzione anni di anzianità di servizio dei partecipanti

3.4.2 Fraboni Scale of Ageism

La Fraboni Scale of Ageism è stata validata nel contesto italiano (Donizzetti, 2010). Come menzionato sopra, si compone di 19 items e le risposte sono strutturate su una scala di 4 punti (da 1= completamente in disaccordo a 4= completamente d'accordo). Durante il processo di validazione è stato ritenuto opportuno suddividere gli items in 3 macro-dimensioni:

- Separazione ed evitamento= qui rientrano tutti gli items con contenuti che si riferiscono a situazioni in cui viene evitato il più possibile il contatto con persone anziane, sia esso fisico, solamente visivo o verbale.
- Stereotipi e luoghi comuni= gli items appartenenti a questa componente sono caratterizzati da contenuti inerenti luoghi comuni e percezioni stereotipiche nei confronti degli anziani. Ad esempio, l'essere avari, il non essere interessati alla relazione con gli altri o ancora l'aver poca igiene personale.

- Emozioni negative e discriminazione= in questa dimensione ritroviamo gli items che si riferiscono alla dimensione affettiva ed emotiva del pregiudizio.

Di seguito, viene illustrata la suddivisione degli items:

F1: Separazione ed Evitamento

Qualche volta evito il contatto oculare con le persone anziane quando le vedo (*item 3*)

Non mi piace quando un anziano tenta di fare conversazione con me (*item 2*)

Sentirsi depressi è un sentimento comune quando si è in compagnia degli anziani (*item 11*)

È meglio che le persone anziane vivano dove non infastidiscono nessuno (*item 7*)

Non ci si può aspettare una conversazione complessa ed interessante dalla maggior parte delle persone anziane (*item 9*)

Le persone anziane non hanno realmente bisogno di usare le nostre strutture sportive comunali (*item 15*)

F2: Stereotipi e Luoghi comuni

Molti anziani vivono soltanto nel ricordo del passato (*item 4*)

Molti anziani non sono interessati a fare nuove amicizie, preferendo invece la cerchia di amici che hanno da anni (*item 6*)

Gli anziani si lamentano più delle altre persone (*item 8*)

Molti anziani sono avari e accumulano soldi e possedimenti (*item 12*)

La maggior parte degli anziani possono irritare perché raccontano più volte le stesse storie (*item 13*)

Molti anziani sono più contenti quando stanno con le persone della loro età (*item 16*)

Si sostiene che la maggior parte degli anziani abbiano poca igiene personale (*item 14*)

Alla maggior parte degli anziani non dovrebbe essere affidata la cura dei neonati (*item 17*)

F3: Emozioni negative e discriminazione

La maggior parte delle persone anziane sono interessanti * (*item 19*)

La compagnia della maggior parte delle persone anziane è piuttosto divertente * (*item 5*)

Le persone anziane dovrebbero essere incoraggiate a parlare apertamente di politica * (*item 18*)

Le persone anziane possono essere molto creative * (*item 1*)

Gli anziani dovrebbero sentirsi i benvenuti agli incontri sociali dei giovani * (*item 10*)

* *item reverse*

3.5 Metodo di raccolta dati: fase qualitativa

Per quanto riguarda la fase qualitativa, le interviste sono state progettate per evocare esperienze personali e riflessioni sul tema dell'invecchiamento che fossero utili per decostruire le narrazioni ageistiche con riferimento ai protocolli dell' *Appreciative inquiry*.

3.5.1 Interviste

Seguendo le indicazioni di Flick in "*An introduction to qualitative research*", fourth edition (2009), sono state condotte delle interviste episodiche generative semi-strutturate. La caratteristica principale di queste modalità di interviste risiede nel fatto che all'interlocutore viene costantemente richiesto di menzionare e raccontare reali situazioni ed episodi vissuti, ad esempio:

"Può raccontarci una storia riportata da una persona anziana che ha trovato particolarmente interessante?"

In questo modo i processi di costruzione della realtà divengono più facilmente accessibili rispetto ad altre modalità che mirano a risposte in senso stretto e concetti astratti. Durante questa tipologia di interviste, gli interlocutori erano

attivamente coinvolti nel tentativo di co-costruire, tramite l'interazione tra partecipante e ricercatore, una narrazione unica in quanto frutto di irripetibili dimensioni spazio-temporali (Romaioli & Contarello, 2021).

Coerentemente con i principi dell'*Appreciative Inquiry*, la prima e l'ultima domanda poste durante l'intervista erano domande generative generiche.

Esempio:

“Sa descrivermi un momento in cui, come volontario CRI, si è sentito particolarmente efficace, bravo, apprezzato?”

“Sa dirmi cosa apprezza maggiormente di sé stessa e cosa apprezza maggiormente del suo lavoro, della sua organizzazione?”

Ciò è stato fatto con il fine di orientare la ricerca verso il futuro ed avere una natura generativa (Bushe, 2010; Newbury & Hoskins, 2010). Ovvero, l'obiettivo non era la definizione di un problema, l'esplicitazione di ciò che non funziona e il porre enfasi sui problemi al fine di misurarli e controllarli. Al contrario, cominciare un'intervista con queste domande predispone l'individuo ad enfatizzare quali sono gli elementi che funzionano e come le cose potrebbero essere esplicitando potenzialità intrinseche e non ancora esplorate. È una metodologia che mira a co-costruire narrative nuove, che creino i presupposti per far sì che emergano nuovi racconti focalizzati su elementi positivi. Inoltre, queste domande mirano ad introdurre l'argomento di interesse facendo sì che siano i partecipanti a ricostruire la propria storia scegliendo i propri punti salienti. Successivamente, il conduttore elabora domande più specifiche per meglio chiarire e comprendere gli elementi rilevanti. Ad esempio:

“Come è possibile secondo lei che si tende a diventare più generosi con l'avanzare dell'età?”

Essendo la fase qualitativa successiva a quella quantitativa, la prima oltre ad essere stadio fondamentale per l'individuazione di criticità e, in questo caso, gli effettivi livelli di *ageism*, è stata anche la base dalla quale sono state elaborate le domande poste durante l'intervista. Infatti, partendo dalle risposte raccolte con la somministrazione della Fraboni Scale of *Ageism* (Donizzetti, 2010; Fraboni et al., 1990) sono state sviluppate delle *unconditional positive questions* con l'obiettivo di stimolare la generazione di narrazioni anti-*ageism*. Queste sono così denominate perché la struttura con cui vengono formulate permette una focalizzazione sulle proprie risorse e capacità, orientando la narrazione su aree di maggior competenza e autoefficacia.

Di seguito sono riportati gli items convertiti in domande generative:

Item relativi alle dimensioni critiche della Fraboni Scale of *Ageism* (ver. ita Donizzetti, 2010) ***Unconditional positive questions: domande generative***

Le persone anziane possono essere molto creative (Item 1)

▪ *Secondo lei, in che modo le persone anziane possono essere creative?*

▪ *Hai voglia di raccontarmi una situazione in cui una persona anziana si è dimostrata creativa?*

Non mi piace quando un anziano tenta di fare conversazione con me (Item 2)

▪ *Può raccontarci un esempio in cui ha trovato una conversazione con una persona anziana particolarmente arricchente?*

▪ *Mi racconti una conversazione che ha avuto con una persona anziana e che ha trovato interessante.*

▪Può raccontarci un episodio nel quale ha trascorso un tempo piacevole in compagnia di una persona anziana?

Qualche volta evito il contatto oculare con le persone anziane quando le vedo (Item 3)

▪Immagini di passeggiare tra le vie della sua città: incontra una persona anziana che incrocia il suo sguardo, le ricambia un sorriso. Che sensazioni può provare in quel momento?

Molti anziani vivono soltanto nel ricordo del passato (Item 4)

▪Si dice che la consapevolezza del passato sia indispensabile per affrontare al meglio il futuro. In che modo, secondo lei, gli anziani che hanno molta esperienza possono essere una risorsa per il futuro? Avrebbe un episodio da raccontarci?

▪Mi racconti un consiglio che le è stato dato da una persona più adulta in virtù della sua esperienza.

La compagnia della maggior parte delle persone anziane è piuttosto divertente (Item 5)

▪Ricorda un episodio divertente in era coinvolta lei e una persona più anziana?

▪Come può essere divertente la compagnia di un anziano?

Molti anziani non sono interessanti a fare nuove amicizie, preferendo invece la cerchia di amici che hanno da anni (Item 6)

▪Può raccontarci l'esempio di una persona più anziana che ha visto particolarmente socievole e interessata a fare nuove amicizie?

▪All'interno della Cri ci sono volontari di varie età e avvengono ogni anno nuovi inserimenti, come pensa che

questo possa influire positivamente per la Cri?

È meglio che le persone anziane vivano dove non infastidiscono nessuno (Item 7)

▪Secondo Lei, che benefici possono trarre le persone anziane dalla condivisione con giovani e adulti?

▪In che modo la compagnia di una persona anziana potrebbe arricchirla?

▪Può raccontarci un episodio in cui ha trovato piacevole la compagnia di una persona anziana?

Gli anziani si lamentano più delle altre persone (Item 8)

▪Come mai, secondo lei, le persone più anziane guadagnano uno sguardo più benevolo verso gli altri e la vita in generale?

▪Ci sono diversi studi che dimostrano come in età anziana si sviluppi una maggiore serenità. Secondo lei come è possibile questo?

Non ci si può aspettare una conversazione complessa ed interessante dalla maggior parte delle persone anziane (Item 9)

▪Mi racconti una conversazione che ha avuto con una persona anziana e che ha trovato interessante.

▪Può raccontarci un esempio in cui ha trovato una conversazione con una persona anziana particolarmente arricchente?

▪Può raccontarci un episodio nel quale ha trascorso un tempo piacevole in compagnia di una persona anziana?

- Gli anziani dovrebbero sentirsi i benvenuti agli incontri sociali dei giovani (Item 10)
- *Quali possono essere i vantaggi di un gruppo formato da persone con età molto diverse tra di loro?*
 - *Può raccontarci un episodio in cui ha visto una persona anziana socializzare con altre più giovani?*
- Il sentirsi depressi è un sentimento comune quando si è in compagnia degli anziani (Item 11)
- *Mi indichi alcuni sentimenti positivi che la compagnia degli anziani le suscitano*
 - *Secondo alcuni studi gli anziani sono più capaci di provare gioia e di godersi la vita. Come ci riescono secondo lei? Può raccontarci l'episodio di qualcuno che ha incontrato nella sua vita?*
- Molti anziani sono avari e accumulano soldi e possedimenti (Item 12)
- *Può raccontarci un episodio in cui ha notato la generosità di una persona anziana?*
- La maggior parte degli anziani possono irritare perché raccontano più volte le stesse storie (Item 13)
- *Può raccontarci uno scambio che ha avuto con una persona più anziana e che considera lungimirante?*
 - *Può raccontarci una storia riportata da una persona anziana che ha trovato particolarmente interessante?*
- Si sostiene che la maggior parte degli anziani abbiano poca igiene personale (Item 14)
- *Può raccontarci l'esperienza di una persona anziana che considera particolarmente capace di prendersi cura di sé? Come ci riesce? Secondo lei, perché l'abilità di prendersi cura di sé potrebbe incrementarsi con l'avanzare dell'età?*

- Le persone anziane non hanno realmente bisogno di usare le nostre strutture sportive comunali (Item 15) *▪Può raccontarci l'esempio di una persona anziana che ha visto praticare sport? Secondo lei quali benefici potrebbero esserci nel praticare sport anche in età più avanzate?*
- Molti anziani sono più contenti quando stanno con le persone della loro età (Item 16) *▪Quali possono essere i vantaggi di un gruppo formato da persone con età molto diverse tra di loro?
▪Può raccontarci un episodio in cui ha visto una persona anziana socializzare con altre più giovani?*
- Alla maggior parte degli anziani non dovrebbe essere affidata la cura dei neonati (Item 17) *▪In che modo, secondo lei, una figura anziana può contribuire allo sviluppo di un giovane in crescita?*
- Le persone anziane dovrebbero essere incoraggiate a parlare apertamente di politica (Item 18) *▪Quale è, secondo lei, il vantaggio di avere persone anziane nella nostra classe politica?
▪Come secondo lei, l'esperienza di una persona anziana, può contribuire al dibattito in temi sociali, politici e ambientali?*
- La maggior parte delle persone anziane sono interessanti (Item 19) *▪Quale è il valore aggiunto che può avere in una conversazione con un anziano?*

Figura 9. Items e domande generative

Le interviste non erano identiche per ogni partecipante ma esse sono state personalizzate in virtù del profilo del candidato; infatti, grazie al codice identificativo presente sul questionario (ultime due lettere del cognome, ultime

due lettere del nome e ultime due cifre del numero di telefono) è stato possibile risalire alle risposte e, di conseguenza, strutturare l'intervista. Le domande poste venivano scelte in virtù degli items che avevano registrato un maggior livello di *ageism*. Inoltre, venivano tenute conto le risposte dei partecipanti alla prima domanda aperta presente nel questionario: "Scriva le prime 5 parole (o brevi frasi) che Le vengono in mente pensando a "invecchiamento", ciò era funzionale soprattutto nelle situazioni in cui vi era un basso punteggio di *ageism* nel questionario in generale, mentre nella domanda aperta le parole segnalate erano significativamente negative.

I partecipanti coinvolti nella seconda fase della ricerca sono stati selezionati tra coloro i quali avevano partecipato alla fase quantitativa e che dimostrassero: bassi, medi o alti livelli di *ageism*, la soglia utilizzata corrisponde alla media dei livelli di *ageism* (M=32). Abbiamo deciso di considerare anche coloro che presentassero bassi livelli di *ageism* poiché è stato ritenuto utile l'analisi e l'approfondimento di narrazioni anti-*ageism* già presenti.

3.5.2 Partecipanti

Dopo aver raccolto ed elaborato i dati emersi grazie alla fase quantitativa, sono stati coinvolti 40 partecipanti che avessero già compilato il questionario per procedere alla seconda fase della ricerca. Gli individui avevano un'età compresa tra 19 anni e i 72 anni.

DONNE			UOMINI		
Età	Liv. Ageism	Anni di servizio	Età	Liv. Ageism	Anni di servizio
19	31	4	21	31	6
21	30	1,5	21	32	3
21	29	4	24	52	2
24	28	11	25	42	9
24	40	0	25	44	5
24	48	1	26	36	8
24	29	6	26	41	7
26	35	7	27	33	2
29	34	1	27	30	8
30	39	8	40	28	17
46	32	24	42	38	4
47	32	2	50	28	12
47	34	3	32	33	15
52	29	8	56	21	31
54	32	8	56	51	7
58	35	0	57	40	26
61	33	5	57	31	10
64	37	1	67	33	15
64	30	25			
65	37	1			
68	32	20			
72	26	16			

Figura 10. Composizione partecipanti fase

Hanno partecipato complessivamente 22 donne e 18 uomini. Per le prime è stata rilevata un'età compresa tra i 19 e i 72 anni con media 42,72 anni (SD= 18,59), mentre per quanto riguarda il livello di ageism la media femminile si è registrata intorno al valore di 33,27 (SD= 4,87). Infine, per quanto concerne gli anni di servizio, la media delle donne è stata di 7,11 anni (DS = 7.6).

Per quanto riguarda gli uomini, invece, il range d'età dei partecipanti si è posizionato tra i 21 e i 67 anni, con una media 37 anni (SD= 15,43). Il livello di ageism medio registrato è stato 35,77 (SD= 8,07) e la media degli anni di servizio si è osservato un valore di 10,38 (DS = 7.96).

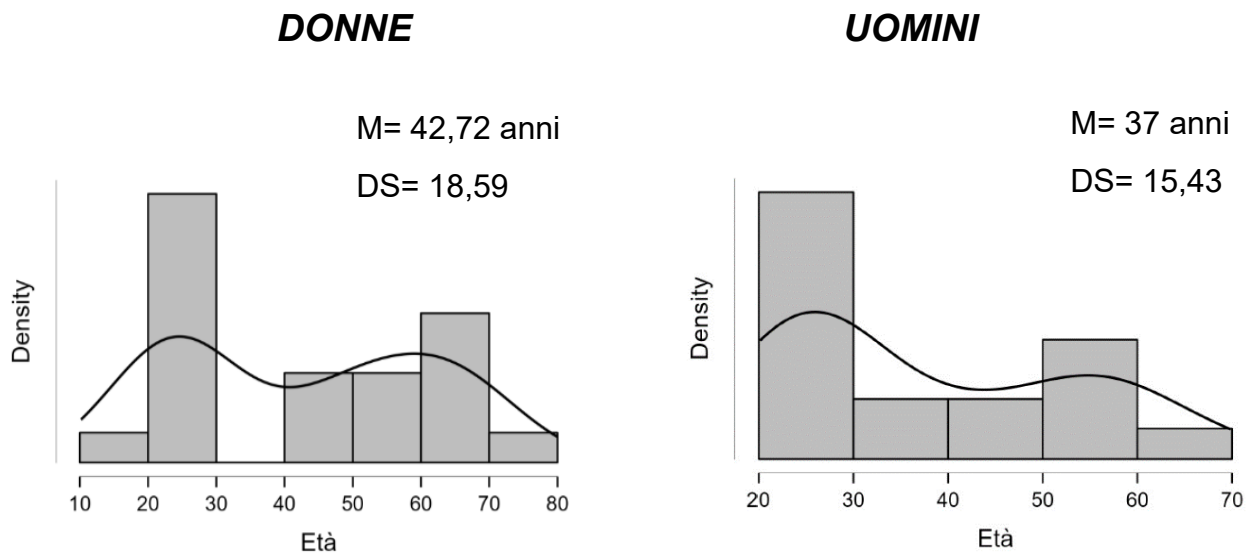


Figura 11. Distribuzione dell'età suddivisa per genere

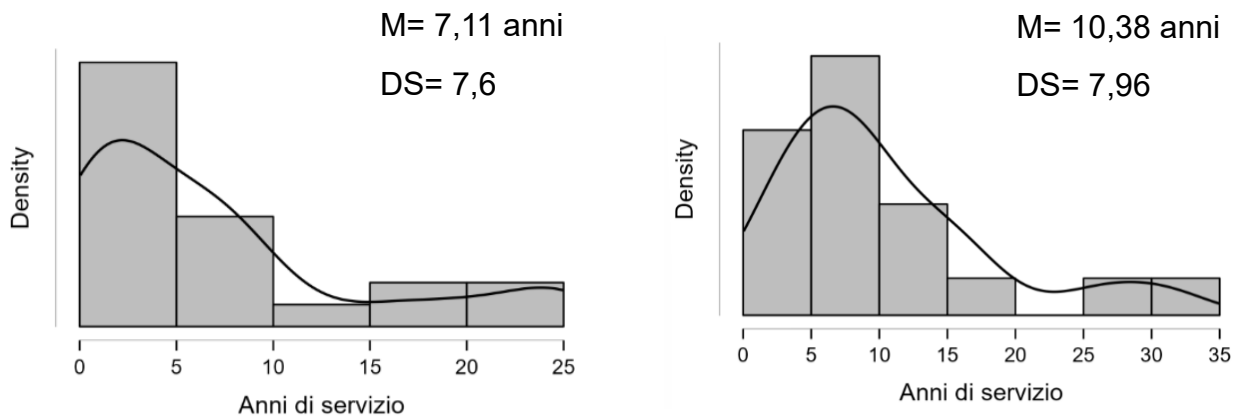


Figura 12. Distribuzione degli anni di servizio suddivisi per genere

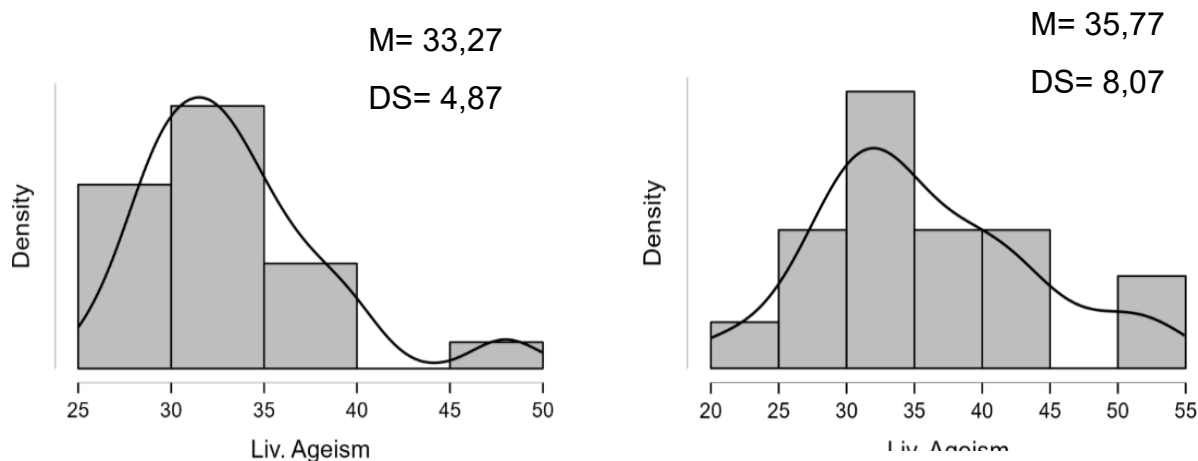


Figura 13. Distribuzione dei livelli di ageism suddivisi per genere

3.5.3 Setting

Per lo svolgimento delle interviste, orari e luoghi sono stati concordati con i partecipanti. Esse si sono svolte sia fisicamente che online, con una maggiore frequenza per la seconda modalità. Entrambe le modalità hanno tuttavia garantito la massima riservatezza e la possibilità ai partecipanti di esprimersi in maniera completa ed esaustiva. Per quanto riguarda le interviste svolte online, le piattaforme utilizzate sono state *Microsoft teams* e *zoom.it.*; queste hanno permesso, grazie alla presenza della telecamera, di avere uno scambio comunicativo completo dove fosse possibile osservare linguaggio verbale e non verbale.

Inizialmente, il conduttore si è preoccupato di creare un clima favorevole alla condivisione, in cui l'intervistato si sentisse a proprio agio e fosse di conseguenza disposto ad aprirsi e raccontare le proprie esperienze ed il proprio punto di vista. Dati i presupposti socio-costruzionisti e, in particolare, l'approccio dell'*Appreciative Inquiry* evidenziato sopra, il rapporto che si instaura tra ricercatore e partecipante è determinante per l'esito dell'intervista poiché l'idea di

base è quella di una realtà generata dall'interazione, le persone coinvolte co-costruiscono le narrazioni che emergono.

Dopo questo breve momento iniziale, l'interlocutore veniva subito informato della normativa privacy, inoltrato il documento per il consenso informato e richiesta la possibilità di registrare. Successivamente, il documento veniva restituito firmato. Da quel momento iniziava la vera e propria intervista; la durata è oscillata tra i 40 e 60 minuti.

Una volta terminata la fase di conduzione delle interviste, queste sono state trascritte parola per parola in documenti *Word*. Tale passaggio è stato fondamentale per permettere successivamente l'analisi testuale, svolta con il supporto del software atlas.it.

3.5.4 *Analisi tematica*

L'analisi tematica è stata condotta sui testi delle interviste con il fine di identificare i nuclei tematici principali attorno ai quali si sviluppano le narrative riferite all'invecchiamento dei partecipanti intervistati. Essa viene definita come un metodo per identificare, analizzare e segnalare modelli presenti all'interno dei dati raccolti (Braun & Clarke, 2006).

Le studiose Virginia Braun e Victoria Clarke (Braun & Clarke, 2021) hanno descritto diverse tipologie ed approcci dell'analisi tematica, quella più pertinente al presente progetto di ricerca è "L'analisi tematica riflessiva". Questo approccio riconosce il ruolo attivo del ricercatore nell'interpretazioni dei testi e di conseguenza nell'identificazione dei codici, ovvero essi non "emergono" semplicemente dai testi. Infatti, i dati vengono analizzati ed interpretati dai ricercatori e non semplicemente riassunti, descritti o parafrasati. Il processo di

codifica deve essere approfondito e completo, poiché una volta identificati i codici, questi vengono raggruppati ed astratti in temi, ovvero concetti organizzativi centrali che rappresentano i nuclei tematici principali presenti nelle narrazioni raccolte (Braun & Clarke, 2023b).

Seguendo i sei steps caratterizzanti il processo dell'Analisi tematica secondo Braun e Clarke (Braun & Clarke, 2006), nel presente studio è stato seguito il seguente iter:

1. "Familiarizzare" = innanzitutto è necessario trascrivere i dati, rileggendoli più volte al fine di conoscerli ed avere una panoramica generale dei testi raccolti prima di iniziare la fase di codifica.
2. "Generazione iniziale dei codici" = codificare significa evidenziare porzioni di testo (parole, frasi o periodi) e trovare etichette per descriverne il contenuto.

Inizialmente i testi sono stati codificati dai ricercatori separatamente attraverso un processo bottom-up cercando di rimanere quanto più possibile attinenti alle parole riportate dagli intervistati, utilizzando come etichette dei codici le parole stesse dei partecipanti. Proseguendo con le analisi e la generazione dei codici è subentrato anche un processo top-down che consentiva l'identificazione nel testo di codici già individuati; è infatti capitato di riscontrare il medesimo codice più volte. Ad esempio, il codice "esperienze di vita degli anziani" è stato individuato 19 volte, così come il codice "confronto e contributo positivo tra età diverse" è stato citato 25 volte.

In questa fase, i testi delle interviste venivano letti interamente ed analizzati in maniera indipendente, solo successivamente è stato previsto

un momento di confronto tra i ricercatori al fine di risolvere eventuali conflitti relativi ai codici individuati (Charmaz, 2014).

3. “Ricerca i temi”= una volta identificati tutti i codici essi sono stati raggruppati in temi potenziali. Durante questa fase, alcuni codici possono anche essere eliminati perché ritenuti poco rilevanti o perché effettivamente non appaiono così spesso nei dati. Oppure dei codici potrebbero diventare dei temi a sé stanti.
4. “Rivedere i temi”= in questa fase del processo è stato verificato che i temi fossero effettivamente accurati e rappresentassero i dati in modo esaustivo.
5. “Definire e dare un nome ai temi”= sono state analizzate le specifiche di ogni tema, generando definizioni chiare e nomi sintetici e comprensibili.
6. “Produrre un report”= dopo aver identificato i temi dominanti, sono stati selezionati gli estratti pertinenti e convincenti che fungessero da esempi esplicativi e che potessero essere ricondotti alla domanda di ricerca ed alla letteratura.

Una caratteristica saliente dell’analisi tematica è la flessibilità. Infatti, gli steps sopra riportati non sono regole rigide che vanno seguite in maniera pedissequa, ma anzi ai ricercatori è richiesta la capacità di adattare queste linee guida alle domande di ricerca e ai dati specifici del caso in oggetto (Braun & Clarke, 2006).

3.6 Fase di restituzione

In accordo con i presupposti socio-costruzioni ed al fine di evitare che le buone storie generate durante la seconda fase del presente progetto di ricerca rimangano aneddotiche, sono stati previsti dei momenti di restituzioni e

condivisione di queste tramite dei focus group. Lo scopo è di attivare processi di interazione sociale virtuosi tra i volontari e capaci di rafforzare il pensiero anti-ageistico. Ciò consentirebbe di modificare la percezione che gli individui hanno l'un l'altro mantenendo vive narrative age-friendly.

Capitolo 4

RISULTATI

4.1 Analisi e risultati fase quantitativa

Attraverso il supporto di strumenti come Jasp ed Excel sono stati analizzati i dati raccolti grazie al questionario. Trattandosi di una scala likert a 4 punti, il range teorico del punteggio è compreso tra 19 e 76 (19 per tutte risposte da 1 punto e 76 per tutte risposte da 4 punti).

Attraverso il supporto di Jasp sono state svolte le analisi descrittive al fine di analizzare ed interpretare i dati raccolti nel gruppo dei partecipanti ed inoltre un T-test a campione unico.

I range dei valori riferiti al livello di *ageism* riscontrato tra i partecipanti oscillano tra un minimo di 19 e un massimo di 68, il valore medio è risultato $M= 32,47$ con una deviazione standard di $SD= 6,76$. Come si evince chiaramente dal grafico della figura 15, rispetto alla normalità della distribuzione, si può osservare che essa presenti una lieve asimmetria positiva $a= 1,34$ ciò significa che i punteggi registrati si posizionano prevalentemente al di sotto della media teorica dei livelli di ageism: essendo quindi i valori raggruppati nella parte sinistra, si verifica un allungamento nella sezione dei valori maggiori osservando un'asimmetria a destra. In aggiunta, a giustificare una distribuzione leggermente appuntita rispetto alla distribuzione normale, è il valore di curtosi che risulta $k= 3,78$: abbiamo quindi il caso di una forma leptocurtica, il che significa minore presenza di valori agli estremi (coda) della distribuzione.

Con l'intento di fare ulteriore verifica rispetto alla normalità della distribuzione, si è condotto il test di normalità Shapiro-Wilk che ha condotto ad un risultato significativo, ovvero $W= 0,92$ ($p <.001$), testimoniando uno scarto significativo

dalla condizione di normalità. Se si osserva il grafico presente nella figura 16 che riporta la rappresentazione grafica dei quantili della distribuzione, è possibile notare un lieve, sebbene non influente, distanziamento dalla distribuzione normale dei punteggi.

	Ageism	F1	F2	F3
Valid	281	281	281	281
Missing	0	0	0	0
Mode	33.000	6.000	16.000	10.000
Median	32.000	7.000	15.000	9.000
Mean	32.466	7.836	15.690	8.940
Std. Deviation	6.762	2.611	3.882	2.433
Variance	45.721	6.816	15.072	5.921
Skewness	1.336	2.531	0.722	0.501
Std. Error of Skewness	0.145	0.145	0.145	0.145
Kurtosis	3.783	8.837	1.335	0.433
Std. Error of Kurtosis	0.290	0.290	0.290	0.290
Shapiro-Wilk	0.923	0.708	0.966	0.960
P-value of Shapiro-Wilk	< .001	< .001	< .001	< .001
Minimum	19.000	6.000	8.000	5.000
Maximum	68.000	24.000	32.000	18.000

Figura 14. Analisi descrittive

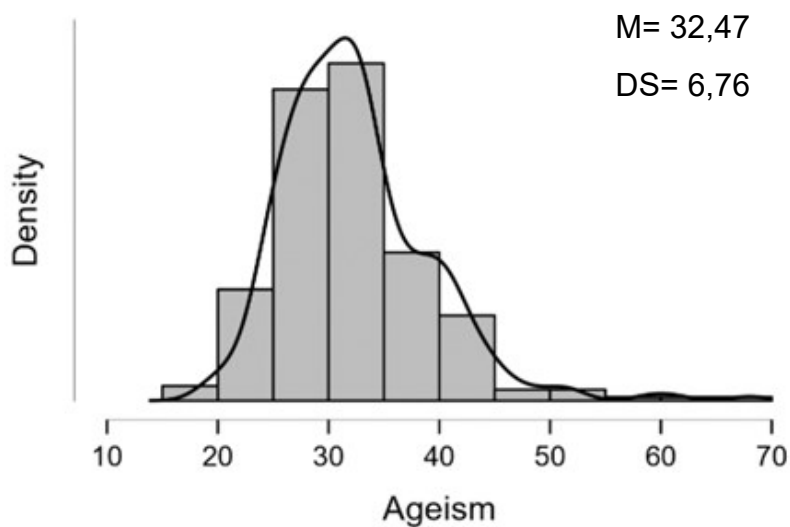


Figura 15. Distribuzione punteggi ageism

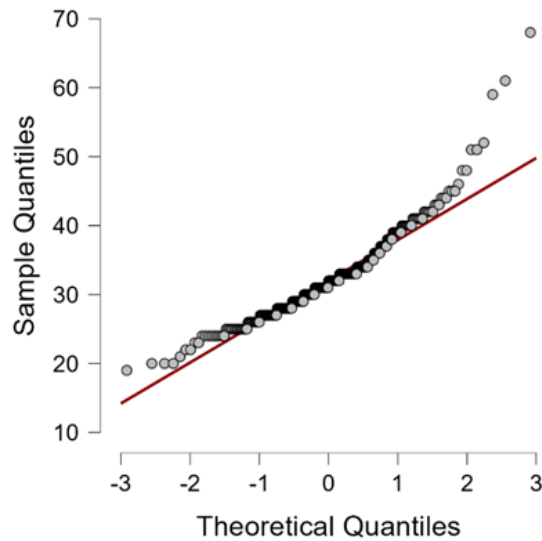


Figura 16. Q-Q plot punteggi ageism

Per quanto riguarda le tre macro-dimensioni sopra descritte: separazione ed evitamento, stereotipi e luoghi comuni ed emozioni negative e discriminazione, sono state svolte le medesime analisi per studiarne la distribuzione. Come testimoniato dai grafici presenti in figura 17, i risultati registrati in tutte e tre le dimensioni sono distribuiti in maniera significativamente differente rispetto alla distribuzione normale con una notevole asimmetria positiva. Infatti, questo è stato confermato dal test di Shapiro-Wilk condotto per ogni dimensione che ha riportato un risultato significativo ($p < .001$), così come è stato confermato dagli indici di curtosi e di asimmetria (skewness) (fig. 14). Proseguendo nell'osservazione del grafico, si osserva che la dimensione F3: "emozioni negative e discriminazione" è quella che ha riscontrato punteggi maggiori e presenta la minore asimmetria positiva $a(F3) = 0,51$ se confrontata con le altre dimensioni ed il punteggio totale di *Ageism*. Allo stesso modo, la dimensione F1 "Separazione ed evitamento" si colloca invece al polo opposto in quanto si sono riscontrati i punteggi minori $a(F1) = 2,53$

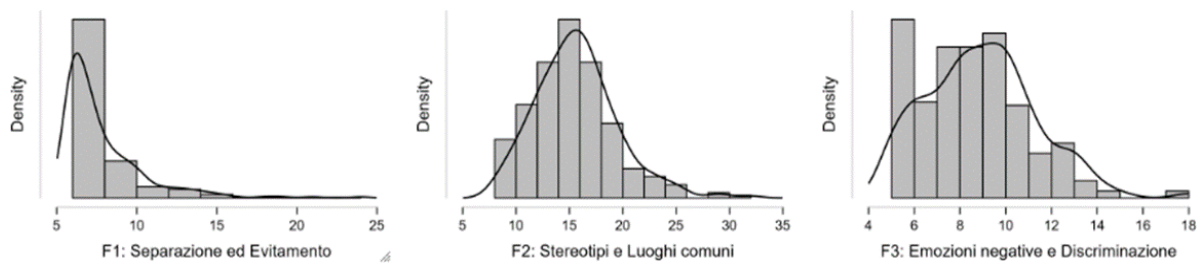


Figura 17. Distribuzione dei punteggi nelle varie dimensioni
**Item a polarità invertita, successivamente rinvertita in fase di analisi*

Considerato quanto sopra e rammentato il nostro contesto di riferimento che ricordiamo essere un'organizzazione no-profit costituita da volontari, questi risultati ci appaiono coerenti con un altro dato rivelato dalle informazioni anagrafiche raccolte dei partecipanti, ovvero che un elevato numero di loro (279) dichiara di avere rapporti intergenerazionali. Da qui ne consegue che essi si trovino a dover necessariamente interfacciarsi con individui più anziani, ad avere contatti di varia origine con loro e quindi la tendenza a registrare più raramente comportamenti\atteggiamenti di separazione ed evitamento (F1).

Una volta identificata la media dei livelli di *ageism* tra i partecipanti è stato eseguito il T-Test a campione unico al fine di verificare se la media riscontrata nel presente studio fosse significativamente diversa dalla media teorica.

La media teorica considerata è di $\mu = 47.5$. questa è stata calcolata considerando il valore medio della scala likert a 4 punti (PM= 2,5) e moltiplicato per il numero di item componenti la scala (19). Calcolato il t di *student* con *gdl* (gradi di libertà)= 280, si è proceduto con il T-Test. Esso è risultato negativo e statisticamente significativo con $t = -37,27$ ($p = <.001$) con un notevole effect size negativo $d = -2,22$ ($d > .8$) calcolato mediante il d di Cohen. Si può quindi desumere che il gruppo di partecipanti oggetto di questo studio presenta bassi livelli di ageism

rispetto alla media teorica, sebbene resti presente una minoranza con livelli di ageism medi o medio alti. Infatti, la media osservata (M=32,47) è significativamente più bassa di quella teorica (47,5).

Inoltre, con lo scopo di confermare quanto sopra è stata condotta un'ulteriore analisi rispetto alla mediana per verificare se vi fossero differenze significative nei valori mediani. Grazie, infatti, al Wilcoxon test si è osservato che la mediana osservata (m= 32) si discosta in maniera significativa dal punto centrale $W = 414.000$ ($< .001$). Confermando quanto già desunto sopra.

Con questi ultimi dati possiamo notare che media e mediana sono significativamente inferiori alle rispettive teoriche.

	Test	Statistic	Df	P	Effect size	SE	Effect Size
AGEISM	Student	-37.270	280	<.001	-2.223	0.111	
	Wilcoxon	414.000		<.001	-0.979	0.069	

Figura 18. Valori T- test e Wilcoxon test

** Note. For the Student t-test, effect size is given by Cohen's d For the Wilcoxon test, effect size is given by the matched rank biserial correlation.*

** Note. For the Student t-test, the alternative hypothesis specifies that the mean is different from 47.5. For the Wilcoxon test, the alternative hypothesis specifies that the median is different from 47.5.*

4.2 Analisi e risultati fase qualitativa

Come menzionato nel capitolo 3, l'analisi dei dati qualitativi è stata svolta con il supporto del software Atlas.it. Grazie ai codici identificati attraverso il processo di codifica caratterizzante l'analisi tematica sono stati individuati sei temi principali utilizzati dai volontari al fine di contrapporsi a un pensiero ageistico.

I TEMA: Vitalità, intraprendenza e molte risorse a disposizione

Codici di riferimento	Numero di interviste in cui compare il codice
Anziani vitali: molti hobby ed interessi, impegnati in numerose attività	33
Anziani desiderano migliorare e imparare cose nuove	12
Anziani aperti alle novità	10
Opportunità date dall'anzianità	7
Grazie all'esperienza gli anziani hanno migliorato caratteristiche personali e abilità	28

Il primo tema identificato è “Vitalità, intraprendenza e molte risorse a disposizione”, i partecipanti hanno spesso raccontato dell'invecchiamento come una fase di vita caratterizzata da proattività e voglia di fare, ben lontana dallo stereotipo di periodo in cui diminuiscono passioni ed interessi. Questo contribuisce a “dare senso allo scorrere del tempo” e a “godersi ciò che della vita rimane”.

“Mantenersi in forma e avere interessi è come per i giovani, voglio dire devi avere degli interessi sennò nella vita niente, diventa una cosa così piatta che non ha più un senso, e invece magari interessi, fare sport, andare in giro, avere rapporti con gli altri, fare cose che ti

piacciono, leggere, andare al cinema, andare al teatro... è ovvio che ti stimola!” (donna, 64 anni)

Sono diversi gli episodi in cui viene raccontato di persone anziane che si sono iscritte a corsi formativi, ad esempio di inglese o informatica, così come partecipano a balli di gruppo e non solo. Ciò è dettato sia dalla possibilità di avere più tempo libero a disposizione da investire a piacimento (si veda tema successivo), sia da sogni e desideri che sono stati repressi a causa di priorità lavorative, familiari, etc.

“A un certo punto si è messo a fare sport, ha ripreso a studiare, si sta laureando, va a fare le maratone” (donna, 58 anni)

È una fase di vita in cui possono cambiare gli interessi e le passioni ma non per questo diminuisce l'entusiasmo per una “vita attiva”. Chiaro è che ci possono essere delle limitazioni dovute a cambiamenti fisici ma, in virtù delle interviste fatte, possiamo dire che ciò non limita o compromette il desiderio di fare attività in maniera così determinante; seppure con tempi e modalità differenti, gli anziani “sono persone molto attive” (donna, 64 anni).

“...Ne conosco di 80-82-84 anni che vanno al cinema, si sono iscritti in palestra. Fanno nuoto. Vanno fuori, mangiano, prenotano. Arrivare a quell'età così! Questi si divertono proprio! È quello che io vorrei fare. Questo è godersi la vita.” (donna, 61 anni)

Come una volontaria donna di 65 anni racconta, non si tratta solo di “fare attività” ma di avere cura di farle in maniera accurata e precisa.

“Alle 06:30 inizia, si rifà tutti i letti, le camerate, perché dice che sennò le pieghe del letto le danno fastidio, poi scopa, riordina, mette, pulisce eccetera. Poi comincia a fare centralino, finisce alle tre. Poi lei deve finire tutto bene.” (donna, 65 anni).

Il TEMA: Tranquillità e benessere psico-fisico

Codici di riferimento	Numero di interviste in cui compare il codice
Con l'anzianità aumenta la serenità e la soddisfazione della propria vita in generale	27
Anzianità come fase di vita in cui hai meno impegni, preoccupazioni e sei più felice	21
Stare bene nonostante i cambiamenti fisici e mentali	11
Importanza dello sport nella vita degli anziani: apporta numerosi vantaggi da un punto di vista fisico ed emotivo	12

Tra le narrazioni raggruppate sotto questo tema, emergono quelle che hanno evidenziato la quiete e la serenità che caratterizzano questa fase di vita. Con il passare degli anni, gli impegni e gli obblighi diminuiscono, di conseguenza anche le responsabilità. Questo fa sì che la persona possa rilassarsi ed avere meno preoccupazioni.

“Si sviluppa una certa serenità con l'avanzare dell'età, perché si tende ad avere meno preoccupazioni (...). Poi di solito se si hanno figli ormai sono grandi e autonomi e indipendenti, ovviamente, si è sempre preoccupati per i figli, o i nipoti o chiunque sia, però si allevia molto lo stress non avendo più dei bambini e degli adolescenti in casa da crescere. Sapendo che comunque ti avvicini sempre di più alla pensione, non devi più andare a lavorare tutti i giorni. Boh. Le preoccupazioni in generale diminuiscono.” (donna, 21 anni)

Le preoccupazioni non riguardano solamente doveri e oneri pratici che non ci sono più, ma si riferiscono anche alla dimensione sociale: c'è meno bisogno di rendere conto al prossimo ed interesse all'idea che l'altro di fa.

“(...) che non deve ogni mattina presentare il conto al mio datore di lavoro, ai bambini (...) non dover sempre rispondere alla frenesia anche a livello sociale... a queste pressioni (...) li vedo sempre i miei genitori...sembrano sempre in vacanza (...) hanno proprio tranquillità proprio... sono tranquilloni! Quindi smettono secondo me di dover rendere conto.” (donna, 29 anni)

“Un po' fregarsene maggiormente delle cose...nel senso che proprio lo vedo personalmente (...) di non prendere proprio tutto di petto e tutto sul personale...quindi sapere anche lasciare andare le cose” (donna, 54 anni)

Un intervistato di 27 anni sostiene che *“con il tempo se sopravvivi capisci che è più conveniente essere più sereni”*. Infatti, una volontaria di 24 anni riporta come *“gli anziani proprio ti ispirano tranquillità”*.

Come in parte già evidenziato nel tema precedente, lo sport è un'attività presente nella vita delle persone anziane.

“Il nonnino incurvato sulla panchina è una figura che sta man mano scomparendo” (uomo, 21 anni)

Le ragioni evidenziate sono diverse: dalla nascita di nuove passioni, alla possibilità di investire tempo in attività che fino a prima non era possibile, al sempre sfogo.

“Ho visto delle persone che dentro nelle strutture oppure nelle abitazioni, dove andiamo a prenderle, che seguono in televisione la ginnastica, fanno movimento ogni mattina (...) noi siamo andati a prendere una signora (...) e lei che non ci guardava nemmeno perché era impegnata a fare ginnastica.” (donna, 61 anni)

Attraverso le nostre interviste è emerso che l'invecchiamento è anche quella fase di vita in cui si fa una sorta di bilancio del proprio percorso. Sebbene qualche volta si possano riscontrare dei rimpianti, dovuti sia a decisioni che potevano

essere differenti, sia alla consapevolezza di non aver più la possibilità di fare determinate cose, in generale le narrazioni raccolte riportano un notevole grado di soddisfazione per la propria vita in generale.

“Hanno uno sguardo più benevolo del mio sulla vita, perché io ho davanti a me tanti anni di un mondo molto critico e loro invece guardano alle spalle le soddisfazioni di una vita”. (donna, 26 anni)

Contrariamente ai diffusi luoghi comuni, abbiamo osservato che l'invecchiamento comporta una cura di sé (vedi tema successivo) non minore, rispetto a prima, sebbene restino innegabili eventuali limitazioni fisiche. A testimonianza di questo vi è lo sport: l'attività fisica viene intrapresa come passione e simbolo di intraprendenza, ma anche con il fine di mantenersi sani e in forma.

“...mantenersi attivi si sa essere comunque una cosa positiva anche a livello proprio della senilità, nel senso che c'è una riduzione della, della vecchiaia, dell'invecchiamento cellulare. Ma anche a livello di umore perché comunque si sa che lo sport è correlato ad emozioni positive e quindi anche a una certa età farlo significa potenziare anche l'umore e rafforzare le emozioni positive” (donna, 24 anni)

III TEMA: Indipendenza, autonomia e capacità autoregulative

Codici di riferimento	Numero di interviste in cui compare il codice
Con l'avanzare dell'età si resta autonomi e attivi mentalmente e fisicamente	15
Gli anziani si prendono cura della propria persona sotto ogni punto di vista: estetica, salute e igiene	20
Avere maggiore consapevolezza della propria vita e saperla gestire	19

Anziani liberi di fare le proprie scelte e non subire il giudizio altrui	8
L'anzianità non è uno stigma né un limite, ma un'età come un'altra	18

Nel capitolo 1 è stato più volte sottolineato come la letteratura associ l'invecchiamento all'idea di declino e deterioramento sia fisico che mentale. In realtà, nel corso del presente studio, sono emerse diverse narrazioni in direzione opposta. Sebbene siano innegabili dei cambiamenti dovuti allo scorrere del tempo, questi non necessariamente sono vissuti in maniera peggiorativa. A livello fisico, viene riscoperta una nuova bellezza caratterizzata da rughe e capelli bianchi.

“Si metteva il suo profumo e gli orecchini e non ha mai smesso. Io credo che riuscire a fare tutto, a curarti, ti fa sentire più pagata, ti senti più felice ti senti sicura di te, anche se la persona è anziana”.
(donna, 61 anni)

La cura per sé stessi non necessariamente diminuisce con l'età e questo è stato confermato anche dalla diffusa pratica sportiva evidenziata sopra, simbolo di premurosità nei confronti di sé stessi.

I fattori determinanti dell'atteggiamento di cura verso sé stessi sono diversi fattori, tra cui, come evidenziato da un volontario di 27 anni, *“l'esperienza, la capacità di gestire le situazioni, e la capacità di filtrare”* che consentono una miglior gestione della vita in generale: gli anni vissuti e le esperienze fatte rendono la persona più consapevole dei propri bisogni e desideri, è più facile identificare quelli che sono pericoli e possibili sofferenze, evitandole e agevolando le situazioni fonti di benessere.

“L’esperienza che fai da giovane ti fa imparare a capire di cosa hai bisogno, con il tempo ti conosci sempre più e alla fine arrivi ad essere più efficiente nella gestione di te stesso” (uomo, 27 anni)

Inoltre, gli episodi condivisi testimoniano la volontà delle persone anziane di contrastare lo stereotipo dell’anzianità come deterioramento intraprendendo un ruolo attivo nel mantenersi autonomi e attivi mentalmente, non considerando l’età un problema.

“L’età è un limite solo se uno si mette se se lo impone questo limite. io dico ho cinquant’anni, sessanta, settanta ma me ne sento che ne ho 30 e se fisicamente riesco a fare qualcosa perché non posso farlo? Anziano non vuol dire casa di riposo, non vuol dire patronato e l’ombra, vuol dire che una persona come tutti come ci auguriamo tutti invecchieremo e quello che è lui adesso lo sarò io fra qualche anno”. (uomo, 32 anni).

IV TEMA: Socialità positiva e capacità relazionali

Codici di riferimento	Numero di interviste in cui compare il codice
Gli anziani hanno voglia e traggono piacere dal dialogo con tutti	28
Rappresentazione dell’anziano come persona affabile, calorosa, accogliente e riconoscente	30
Gli anziani sono una compagnia piacevole e divertente	34
Con gli anziani è possibile instaurare relazioni piacevoli e durature	20
Anziani come persone incluse in un contesto familiare o gruppale	8

Un altro tema fortemente presente nei testi analizzati si riferisce alla dimensione della socialità. Infatti, sono molteplici le narrazioni testimonianti l'aumento della predisposizione al dialogo e della convivialità durante l'invecchiamento.

“Con l'età anche questa voglia di interagire con le altre persone sicuramente secondo me aumenta” (uomo, 32 anni)

“Al di fuori mi capita sempre per lavoro di incrociare degli anziani che abbiano tanta voglia di stare con gli altri” (donna, 46 anni)

Gli anziani cercano la dimensione del confronto e della condivisione: numerosi sono gli episodi riportati di persone che, nella fase dell'invecchiamento, amano chiacchierare e stare in compagnia, avendo sempre argomentazioni e racconti da condividere. Ciò evidenzia notevole capacità relazionale.

“Non sono riuscita a stare da sola perché c'erano tutti i signori di una certa età dai settantacinque in su.... E non c'è stato verso ...lo dovevo bere lo spritz Ma dicevo “ragazzi non bevo alcolici”, e loro “ma dai che non ti fa male!”. Ho giocato a carte tutte le sere. Poi facevano le quattro tutte le sere.... La passeggiata poi con una che non camminava “dai oggi prendiamo il trenino così vieni lo stesso”. (donna, 46 anni)

Come racconta una donna volontaria di 52 anni, con loro è possibile parlare di ogni cosa: *“mi trovo a parlare e discutere delle problematiche...di tutto quanto.”* In questo modo, la loro compagnia è vissuta come molto piacevole. Un uomo volontario di 56 anni sostiene uno *“star bene in presenza dell'anziano”*.

“E c'era sto signorotto che era simpaticissimo (...). E lui era sempre, sempre nel gruppo, era sempre con noi, con noi altri giovani, ci spiegava le cose, ci diceva come sistemare magari la motosega, come sistemare quella parte del camion. Tutte queste cose qua. Era sempre molto lanciato, diciamo”. (uomo, 24 anni)

Un altro aspetto emerso come caratterizzante questa fase di vita è l'ironia. Probabilmente alleggeriti dai pesi della vita e fatta esperienza di diverse difficoltà, riescono in questa fase ad ironizzare di più: dimostrano umorismo nei confronti di loro stessi e della vita in generale. Anche questo aspetto viene descritto come elemento che rende ancora più piacevole la conversazione e la relazione con le figure anziane.

“(...) c'erano anche tanti aneddoti divertenti, lei perché poi era una donna piena di ironia, quindi te la raccontava anche di cose da ridere” (donna, 47 anni)

Con l'invecchiamento si diventa inoltre più calorosi ed affettuosi, sono diversi gli aneddoti a conferma di ciò.

“Ti da affetto, ti da amore, si preoccupa” (donna, 21 anni)

V TEMA: Generosità, altruismo, supporto ed attenzione al prossimo

Codici di riferimento	Numero di interviste in cui compare il codice
Gli anziani sono fonte di supporto	30
Gli anziani sono un punto di riferimento	22
Anziano come persona volta al prossimo che condivide risorse tangibili e intangibili	34
Gli anziani possono apportare valore aggiunto nella crescita dei bambini	11

I partecipanti alle interviste, attraverso gli aneddoti condivisi, evidenziano come con l'invecchiamento si diventi anche “fonte di supporto”: i volontari che invecchiano si dimostrano molto propensi ad essere un appoggio per i giovani che entrano in Croce Rossa: li sostengono e indirizzando nei momenti di

difficoltà, sia durante le uscite e i soccorsi, sia durante le riunioni e le esercitazioni in sede. Come verrà evidenziato anche nel tema successivo, essi sono molto disponibili ad insegnare rendendosi in questo modo molto rassicuranti.

“(...) è un uomo molto aperto e anche che ci sostiene molto nelle nostre attività, anche dove magari a volte in Consiglio facciamo un po’ fatica a farci sentire” (donna, 30 anni)

L’anziano viene visto come individuo più esperto, che grazie al tempo vissuto e le esperienze fatte diviene un punto di riferimento

“Magari sei un punto di riferimento, a volte la persona anziana può esserlo se io vado a chiedere so perché so che loro ne sanno tanto e quindi hanno tante cose che possono spiegarmi.” (donna, 24 anni)

“Può contribuire insegnando cinquemila cose dal burraco, sul divertimento... fino anche a fare non so, un intaglio del legno, le cose manuale...oltre a tutto il supporto che di solito danno gli anziani.” (donna, 46 anni)

Un tratto spesso evidenziato è quello della generosità: come testimonia una volontaria di 46 anni invecchiando si diventa più generosi: *“diventino generosi, ma non soltanto a livello materiale. Intanto anche a livello affettivo diventano molto più generosi”*.

In riferimento allo specifico contesto della Croce Rossa sono stati riportati diversi episodi in cui emergeva chiaramente la generosità di utenti anziani: i volontari raccontano che, quando si trovano ad interfacciarsi con individui anziani questi sono fortemente preoccupati di ricambiare l’aiuto che stanno ricevendo, si dimostrano generosi offrendo viveri e piccole ricompense.

“La signora ha voluto a tutti i costi che ci portassimo a casa del cioccolato e ha detto “Adesso voi non uscite di qui finché non vi

portate a casa la cioccolata” e ha regalato una stecca di cioccolato a testa. Ti giuro” (uomo, 40 anni)

“Neanche il tempo di alzarlo un attimo a controllare se era tutto a posto e appena l'abbiamo alzato ha iniziato ad andare in giro per casa, voleva assolutamente regalarci una bottiglia di vino (...) ha aspettato che entrasse con la bottiglia di vino in mano, l'ha guardato e fa “lei, si tolga la divisa e accetti questa bottiglia di vino” Allora lui disse “no sono anche l'unico che guida davvero non posso” ma lui fa “mica deve berla per forza oggi” Voleva a tutti i costi darci sta bottiglia” (donna, 24 anni)

Inoltre, gli anziani sono raccontati come sempre pronti ad aiutare il prossimo e a mettere prima l'altro di sé stesso:

“Nel senso che anche lui magari in quel momento non si stava proprio divertendo però per tirarmi su ha fatto questa cosa” (donna, 25 anni).

VI TEMA: Portatori di esperienza, risorsa per la comunità

Codici di riferimento	Numero di interviste in cui compare il codice
Il bagaglio di esperienza degli anziani e gli anziani stessi sono una risorsa	40
Gli anziani hanno molto da raccontare e insegnare grazie alla loro esperienza	38
I racconti degli anziani sono preziosi: fanno riflettere, emozionare e aumentare la consapevolezza	29
La relazione tra età diverse apporta numerosi vantaggi: affettivi, cognitivi e pratico-operativi	39

L'elemento centrale del tema "portatori di esperienza, risorsa per la comunità" è il valore dell'esperienza. Nella maggior parte delle narrazioni raccolte l'anziano è considerato come risorsa in virtù dell'esperienza accumulata negli anni. A differenza del Tema 5, anche in questo caso si può parlare di contributo attivo degli anziani alla comunità, ma nello specifico in relazione al bagaglio di conoscenze posseduto piuttosto che per un'attitudine caratteriale. Essi *"hanno un bagaglio esperienziale che è pazzesco"* (uomo, 40 anni).

"Credo che una persona anziana possa dare molto in termini di bagaglio di cose vissute e conosciute." (uomo, 40 anni)

"L'anziano può dare esperienza, può dare una capacità, una preparazione, questa è la cosa importante" (uomo, 67 anni)

Grazie all'esperienza accumulata e alla predisposizione relazionale evidenziata nei temi precedenti, stando alle narrazioni raccolte, l'invecchiamento porta ad una maggiore predisposizione all'insegnamento inteso come disponibilità a tramandare conoscenze e competenze: i volontari più anziani non perdono occasione quando vedono la necessità di trasferire una conoscenza o un consiglio.

"I nostri tutor che sono più anziani, i nostri insegnanti che si mettono lì proprio a spiegarci ogni manovra, ogni passaggio, ogni qualsiasi cosa, e sì cioè si stendono proprio a terra con noi pur di farci vedere come si fa e come farlo al meglio soprattutto per far sentire meno a disagio le persone che poi andiamo a soccorrere o comunque a cui andiamo a dare una mano". (donna, 24 anni)

L'esperienza dei volontari più anziani è percepita di estremo valore da quelli più giovani: è preziosa perché evita di commettere certi errori rendendo l'attività più efficiente

"La furbizia nel vedere certe cose, anticipare certe cose, quella è l'esperienza. È una grande cosa. Da avere un giovane non potrà avercela mai. La cosa più utile sarebbe, come già succede perché le persone con più esperienza alla fine sono quelle che fanno i corsi, tramandare alle "nuove generazioni" questo tipo di cose e questo tipo di "segreti del mestiere", facendo gli istruttori durante i corsi, credo sia la cosa più funzionale e più efficace, per chi ha tanta esperienza. Sennò viene perduta" (uomo, 27 anni)

Gli anziani condividono così molti racconti e, secondo una volontaria donna di 54 anni, *"è affascinante sentire come raccontare le storie a questi giovani"*. Questi racconti *"fanno riflettere"* (donna, 18 anni), vengono apprezzati e vissuti piacevolmente

"A me piace quindi il fatto che mi raccontasse tutte queste cose"
(donna, 25 anni)

Tutto questo agevola la relazione intergenerazionale. Infatti, tra i volontari della Croce Rossa, ci sono molteplici momenti di scambio tra individui appartenenti a generazioni diverse; questi, sono vissuti come momenti piacevoli e di arricchimento, secondo un volontario di 86 anni *"aiutano a leggere la realtà con occhi diversi"*

"Io penso sia molto vantaggioso avere delle persone di una, diciamo nessuno, di svariate età (...). Il confronto (...) è sempre positivo e può avere un, diciamo, un valore aggiunto rispetto a una persona che tipo. Supponiamo una squadra di 5 persone di trent'anni, OK? Vedono la cosa nello stesso modo (...) quando ci sono svariate vedute, invece se ci sono età diverse può esserci un confronto e secondo me diciamo, ci può essere qualcosa di insomma di aggiunto" (uomo, 41 anni)

"Se tu hai la possibilità di fare un incontro con giovani e anziani e parlare, diciamo della vita confrontandoci fra di loro, gli anziani, le

*persone più mature e i giovani cominciano a creare un legame.
Capiscono cosa vuol dire vivere” (uomo, 57 anni)*

4.3 Comparazione risultati quantitativi e qualitativi

Come anticipato, durante le interviste il focus è stato posto deliberatamente sulle dimensioni positive dell’esperienza dei partecipanti. Con tale orientamento, la fase qualitativa non aveva l’obiettivo di spiegare e supportare i risultati emersi durante la fase quantitativa, ma, al contrario, sfidarli generando visioni alternative, co-costruendo narrazioni age-friendly. Partendo dagli items della *Fraboni Scale of Ageism (FSA)* sono state generate le “*unconditional positive questions*” che hanno consentito la costruzioni di narrazione contrastanti le dimensioni dell’ FSA.

Di seguito, una visione dei dati integrati raccolti attraverso il “*Generative and Sequential Mixed Methods Approach*” (Romaioli, 2022):

<i>Items relativi alle dimensioni critiche rilevate tramite la Fraboni Scale of ageism</i>	<i>“Unconditional positive questions”, citazioni\temi emersi durante le interviste generative</i>
<i>Item 5</i> <i>“La compagnia della maggior parte delle persone anziane è piuttosto divertente”</i> (F3: Emozioni negative e discriminazione)	<i>“Ricorda un episodio divertente in era coinvolta lei e una persona più anziana?”</i> <i>“Nel montare i pacchi ci sarebbe bisogno di una linea organizzata, diciamo invece era un po’ nel caos questa cosa e la cosa era molto divertente e ridevamo io e questa persona anziana, una da una parte e l’altra dall’altra del tavolo, cercando di</i>

	<p><i>rubarci a vicenda le cose. Insomma, ci siamo divertiti” (donna, 58 anni)</i></p> <p>[Socialità positiva e capacità relazionali]</p>
<p>Item 8</p> <p><i>“Gli anziani si lamentano più delle altre persone”</i></p> <p>(F2: Stereotipi e Luoghi comuni)</p>	<p>“Come mai, secondo lei, le persone più anziane guadagnano uno sguardo più benevolo verso gli altri e la vita in generale?”</p> <p><i>“...hanno capito con il tempo come convenisse gestire le proprie emozioni o comunque gli eventi nella vita in generale, li riescono a vedere in maniera più positiva perché hanno imparato a gestire la vita e ad autogestirsi” (uomo, 27 anni)</i></p> <p>[Indipendenza, autonomia e capacità autoregolative]</p>
<p>Item 9:</p> <p><i>“Non ci si può aspettare una conversazione complessa ed interessante dalla maggior parte delle persone anziane”</i></p> <p>(F1: Separazione ed evitamento)</p>	<p>“Può raccontarci un esempio in cui ha trovato una conversazione con una persona anziana particolarmente arricchente?”</p> <p><i>“I miei studi tecnici che ho avuto, forse se penso siano dovuti anche a lui. diciamo i suoi insegnamenti e perché comunque io trovo che sia una persona che quando parlava, cioè mi incantavo perché mi faceva vedere i video, mi diceva si fa così, poi vi faccio vedere anche vari bricolage, lui praticamente. Diciamo molti lavori, diciamo con legno, ma anche col gesso, ad esempio, faceva lavori e ti</i></p>

	<p><i>dico lui quando parlavo con lui era bellissimo (...) non mi annoiavo rispetto magari a un'altra persona che mi parla (...). Poi mi faceva pure provare e quindi diciamo, io ero felicissimo, quando cioè lo vedevo. Degli studi che io ho fatto, secondo me, ha influito proprio lui.”</i> (uomo, 41 anni)</p> <p>[Portatori di esperienza, risorsa per la comunità]</p>
<p>Item 12: <i>“Molti anziani sono avari e accumulano soldi e possedimenti”</i> (F2: Stereotipi e Luoghi comuni)</p>	<p>“Può raccontarci un episodio in cui ha notato la generosità di una persona anziana?”</p> <p><i>“Voleva assolutamente regalarci una bottiglia di vino (...) c'era un altro collega maschio che era uscito (...) ha aspettato che entrasse con la bottiglia di vino in mano, l'ha guardato e fa “lei, si tolga la divisa e accetti questa bottiglia di vino” Allora lui disse “no sono anche l'unico che guida davvero non posso” ma lui fa “mica deve berla per forza oggi” Voleva a tutti i costi darci sta bottiglia”</i> (donna, 24 anni)</p> <p>[Generosità, altruismo, supporto ed attenzione al prossimo]</p>
<p>Item 16 <i>Molti anziani sono più contenti quando stanno con le persone della loro età”</i> (F2: Stereotipi e Luoghi comuni)</p>	<p>“Quali possono essere i vantaggi di un gruppo formato da persone con età molto diverse tra di loro?”</p> <p><i>“Io credo che una persona, tutte le persone in base all'età, possono</i></p>

	<p><i>portare cose diverse. (...), quando fai questa attività qui lavori proprio con la ragazza di vent'anni e con quello che è in pensione da 10 e ne ha 70. E per me è una cosa estremamente piacevole nel momento in cui tu riesci in qualche modo a lavorare con ma anche calibrando le persone che hai di fianco.(...) per certi versi il ragazzo di vent'anni, può portare delle cose in più, come pure l'anziano. In genere, lo credo che veramente che ogni persona possa portare qualcosa di buono, non è un modo di dire, ma è proprio l'età della vita che ti dà un approccio diverso sulle cose.” (uomo, 57 anni)</i></p> <p><i>[Portatori di esperienza, risorsa per la comunità]</i></p>
<p>Item 19</p> <p><i>“La maggior parte delle persone anziane sono interessanti”</i></p> <p>(F3: Emozioni negative e discriminazione)</p>	<p>“Quale è il valore aggiunto che può avere in una conversazione con un anziano?”</p> <p><i>“I discorsi che vengono fuori, magari anche in Croce Rossa con persone anziane, sono principalmente di eventi della loro infanzia, cioè discorsi che io trovo molto arricchenti da quel punto di vista sono esperienza, cioè legate alle loro esperienze del passato e della loro famiglia, dei ricordi che hanno avuto durante il periodo della scuola di quindi tutte cose legate alla loro esperienza passata, che io poi</i></p>

	<p><i>confronto con le mie e quindi faccio questo confronto, mi arricchisce"</i> (donna, 19 anni) [Portatori di esperienza, risorsa per la comunità]</p>
--	--

Figura 19. Risultati integrati fase quantitativa e qualitativa

Capitolo 5

DISCUSSIONE

Il presente contributo espone una ricerca-intervento di taglio socio-costruzionista (Gergen, 2015) svolta all'interno di una organizzazione no-profit con il fine di decostruire il pregiudizio d'età dei volontari ed incoraggiare un'integrazione intergenerazionale. Lo studio condotto ci ha permesso di generare buone storie intorno al tema dell'invecchiamento che verranno, in un secondo momento, condivise all'interno del contesto di riferimento. L'aver adottato un approccio *Mixed Methods* Generativo ci ha consentito di verificare inizialmente le criticità presenti nel contesto prescelto, tramite la somministrazione del questionario e successivamente, partendo da queste e attraverso delle interviste, di generare narrazioni *anti-ageism*. Grazie alla fase quantitativa si è osservato che la media dei livelli di *ageism* nei partecipanti di riferimento è leggermente inferiore rispetto alla media teorica, seppur con minoranze in controtendenza. Questo dato è piuttosto interessante se si confronta con i risultati presenti in letteratura in riferimento alla diffusione dell'*ageism* nei contesti lavorativi, la quale testimonia una notevole tendenza allo sviluppo di pregiudizio nei confronti di lavoratori anziani con le relative conseguenze negative, evidenziate nel capitolo uno, che ne derivano (Macdonald & Levy, 2016).

Tramite le interviste, si sono sfidate le costruzioni della cultura tradizionale mainstream che dipingono l'invecchiamento come declino, forgiando un nuovo dominio di significato. Intorno all'invecchiamento si sono generati nuovi criteri di valore, di significatività e della concezione dell'età stessa (Gergen & Gergen, 2000). In particolare, nel presente studio, essi si sviluppano intorno a sei temi specifici.

In riferimento al tema “Tranquillità e benessere psico-fisico” è emersa la possibilità di vivere condizioni di benessere sia fisico che psichico, nonostante i cambiamenti che si verificano in virtù dell’invecchiamento. Meno impegni e doveri contribuiscono ad uno stile di vita più rilassato.

Il tempo a disposizione che aumenta in questa fase è stato presentato dagli intervistati come un’ottima risorsa. Per le famiglie con genitori lavoratori e figli, avere vicino persone anziane che hanno a disposizione del tempo è un dono prezioso; infatti, i nonni stanno diventando figure sempre più centrali nella vita dei bambini (Gergen & Gergen, 2000). Non solo, la letteratura conferma quanto riscontrato durante la fase delle interviste del presente studio: il maggior tempo libero caratterizzante la fase di invecchiamento è preferibilmente investito in organizzazioni caritatevoli, con l’intento di contribuire al benessere della collettività. Diverse attività di miglioramento civico, come programmi di alfabetizzazione di scuole domenicali e strutture ricreative dei centri per anziani sono in gran parte gestiti da cittadini anziani. K.J. Gergen e M.M. Gergen nell’articolo *“The New Aging: Self Construction and Social Values”* (2000) riportano l’esempio di organizzazioni no-profit internazionali con ampio numero di volontari anziani, questi contesti consentono loro di mettere in campo esperienze, capacità e competenze per migliorare la condizione umana; gli anziani hanno infatti gestito un progetto di riciclaggio della carta a Bogotá, insegnato ai bambini in Dakar a leggere e scrivere e migliorato i sistemi di drenaggio per la crescita delle foreste in Gambia.

La testimonianza di queste attività di volontariato si collega ad un altro tema emerso nelle narrazioni dei partecipanti: “generosità, altruismo, supporto ed attenzione al prossimo”. Anche la letteratura, infatti, testimonia che con l’invecchiamento aumentano i gesti altruistici: i valori di cura e amore diventano

salienti in contrasto al principio individualista diffuso nella società occidentale odierna (Gergen & Gergen, 2001). Sono stati raccolti diversi aneddoti di anziani che si sono attivamente impegnati nel fornire sostegno o si sono dimostrati generosi nella condivisione col prossimo sia di elementi tangibili che non, dimostrando attenzione e preoccupazione al benessere altrui.

Questa predisposizione agevola le relazioni sociali e aumenta la percezione positiva dei rapporti con individui anziani. Tale concetto caratterizza il tema “Socialità positiva e capacità relazionali” dove il tempo trascorso con persone anziane è stato descritto come divertente e gradevole. L’invecchiamento aumenta la predisposizione al dialogo, gli aneddoti raccolti raccontano di una fase di vita in cui si ricerca il momento di convivialità, si ha voglia di chiacchierare, raccontando storie divertenti e contraddistinte da umorismo. Trasversale a tutte le interviste è emersa la capacità relazionale degli anziani. Tale dato è confermato anche nella letteratura sull’invecchiamento positivo in cui viene sottolineata l’apertura verso nuovi legami pur coltivando quelli già esistenti (Gergen & Gergen, 2001).

Un altro tema dominante nel presente studio e coerente con ciò che emerge in letteratura è “vitalità, intraprendenza e molte risorse a disposizione”, ovvero il fatto che l’invecchiamento non per forza rappresenta una fase di vita caratterizzata da inattività e riduzione di passioni e interessi. Anzi, come sottolineato nelle narrazioni raccolte, in questo periodo di vita le persone, in conformità con caratteristiche e predisposizioni individuali, si contraddistinguono per intraprendenza e voglia di fare. Infatti, dalle nostre analisi è emerso ciò che Gergen (2000) aveva già evidenziato: una spiccata propensione degli anziani a ricercare ed intraprendere attività ricreative e/o considerate piacevoli. Non solo, come Diego Romaioli e Alberta Cottarello hanno fatto presente nell’articolo

“Resisting ageism through lifelong learning. Mature students’ counter-narratives to the construction of aging as decline” (2021) lo studio ritorna un’attività saliente in questa fase di vita; nonostante l’invecchiamento le persone si dimostrano curiose e appassionate ed attribuiscono grande valore alla conoscenza e alla cultura.

L’invecchiamento consente di sviluppare una maggior consapevolezza di sé, dei propri bisogni e necessità. Ciò favorisce una miglior capacità di prendersi cura di sé sapendo chiaramente quello che è meglio evitare o ricercare per il proprio benessere. Il tema “indipendenza, autonomia e capacità autoregulative” è centrale nelle narrazioni raccolte durante il presente studio: nonostante le possibili limitazioni fisiche, c’è una forte determinazione da parte degli individui anziani nel rimanere autonomi ed autosufficienti. Ci sono inevitabilmente delle variazioni fisiche e mentali, nel corso della vita sono in atto continui cambiamenti che non devono necessariamente essere definiti come “perdite” o “guadagni”, semplicemente cambiamenti naturali senza giudizi che consentono di cessare alcune attività per iniziarne altre (Gergen & Gergen, 2010).

L’invecchiamento è spesso associato all’idea di saggezza sviluppata in virtù delle esperienze accumulate che si rivela estremamente utile per la crescita degli individui più giovani. Questo è ciò che viene racchiuso sotto il tema “Portatori di esperienza, risorsa per la comunità”; gli anziani sono inoltre considerati “testimoni storici” di epoche e vissuti passati (Gergen & Gergen, 2000): avendo vissuto altri tempi e luoghi affrontano il presente con un bagaglio di conoscenze e competenze che si dimostra una risorsa di estremo valore. Le narrazioni raccolte evidenziano come il grande patrimonio esperienziale sviluppato con l’invecchiamento renda arricchenti i racconti condivisi da individui anziani, capaci di far riflettere e di insegnare.

I temi appena citati raggruppano contro-narrative generate rispetto alle dimensioni della *Fraboni Scale of Ageism* (FSA): ad esempio, nel primo, nel quarto e nel quinto tema sono raccolte narrative che contrastano la prima dimensione della scala: F1 "Separazione ed evitamento". Questo in quanto si oppongono all'idea dell'anziano come persona inattiva, depressa e di spiacevole compagnia; nel secondo e terzo tema vi è un richiamo alla seconda dimensione della FSA: F2 "Stereotipi e luoghi comuni" poiché viene contrastata l'immagine dell'anziano come persone avaro, ripetitive e dipendenti. Nell'ultimo tema vi è riferimento alla terza dimensione: F3 "Emozioni negative e discriminazione" promuovendo una visione dell'anziano come risorsa per l'intera comunità. Resta comunque indubbio che in ogni tema sono presenti contro-narrative che si riferiscono a tutte e tre le dimensioni della scala.

In accordo con K.J. Gergen e M.M. Gergen (2000) è innegabile che l'invecchiamento possa portare con sé delle problematiche sia fisiche che sociali e non è qui l'intento di oscurarle; tuttavia, è riduttivo ricondurre quest'intera fase di vita ad una mera immagine di declino e difficoltà quando in realtà vi sono svariate opportunità di nuove forme di invecchiamento che necessitano di essere messe in risalto senza oscurare alcuna problematica.

Attualmente in letteratura ci sono diverse proposte al fine di identificare le modalità per poter valutare la qualità di una ricerca qualitativa. In riferimento ai risultati ottenuti con il presente studio si può parlare di "trasferibilità" in quanto è stata fornita una descrizione dettagliata del contesto in cui si è svolta la ricerca e di come questo abbia influenzato i risultati, questo unitamente ai collegamenti evidenziati con la letteratura esistente, rende possibile trasferire considerazioni e risultati in altri contesti o gruppi. La triangolazione viene definita da Flick in "*An introduction to qualitative research*", fourth edition (2009), come un'alternativa

alla validazione della ricerca e si riferisce alla combinazione di diversi metodi e prospettive nell'affrontare un fenomeno. Nel presente lavoro essa si può osservare per quanto concerne i ricercatori poiché in continua relazione e confronto tra loro. Questo consente di definire il presente studio come un esempio di ricerca di "buona qualità". A conferma di ciò vi è il fatto di aver tenuto conto del principio della "*credibility*" (Stenfors et al., 2020) secondo cui la metodologia deve essere sufficientemente esplicitata e giustificata (vedi capitolo 3) affinché vi sia un completo allineamento tra teoria, domande di ricerca, raccolta dati, etc. Infine, con la consapevolezza del ruolo centrale svolto dal ricercatore nella generazione dei risultati di una ricerca, affinché sia essa di alta qualità è necessario perseguire il principio della "*reflecivity*" secondo cui, essendo che il ricercatore influenza la ricerca stessa, esso deve riflettere ed esplicitare il proprio ruolo (Stenfors et al., 2020).

Capitolo 6

CONCLUSIONI

6.1 Limiti e prospettive di ricerche future

Lo studio presentato ha raggiunto l'obiettivo prefissato di co-costruire narrative che contrastassero apertamente il pregiudizio d'età e che permettessero ai rispondenti di intravedere un'idea di sé come persone age-friendly con una visione positiva dell'invecchiamento, consentendo così di agevolare le relazioni intergenerazionali. Per raggiungere tale fine è stato impiegato un approccio *Mixed Methods* Generativo che, come già chiaramente specificato in precedenza, prevede l'integrazione tra metodi quantitativi e qualitativi. Tuttavia, nel presente contributo è stato apportato un perfezionamento al suddetto metodo, ovvero l'utilizzo di domande specifiche sulla base delle risposte date dai partecipanti ai singoli item (vedi fig.9), calibrando così le interviste sulla base del partecipante specifico. Ciò nonostante, essendo gli items del questionario inevitabilmente delimitati, un limite riscontrabile potrebbe riguardare le dimensioni non indagate: ci potrebbero infatti essere dimensioni non esplorate della scala ma altrettanto rilevanti. In virtù di ciò, uno sviluppo futuro riguarda l'implementazione di metodi di analisi al fine di identificare ulteriori criticità negli individui che hanno preso parte allo studio non rilevate tramite le domande chiuse presenti nel questionario prescelto.

Un secondo limite riguarda il numero di partecipanti coinvolti. Nella fase quantitativa il gruppo di partecipanti rappresenta il 18% (281 su 1550) degli appartenenti all'organizzazione nella sezione di Padova e non tutti gli individui hanno dimostrato disponibilità a partecipare alla seconda fase di ricerca. Un possibile sviluppo futuro potrebbe essere l'implementazione degli individui di

riferimento e, inoltre, l'attuazione del progetto di ricerca in ulteriori contesti no-profit e non solo.

Un ulteriore limite evidenziabile riguarda il fatto che le buone storie che sono state costruite durante le interviste rischiano di rimanere aneddotiche. Da qui l'esigenza, seguendo la logica costruzionista, di renderle condivise all'interno di gruppi più estesi di conversazione, allo scopo di attivare processi di interazione sociale virtuosi tra i volontari e capaci di rafforzare il pensiero anti-ageistico, costruendo identità locali che mantengano vive le contro-narrative all'ageism.

In ottica di sviluppo per ricerche future, potrebbero essere svolte ulteriori analisi statistiche per quanto riguarda le correlazioni tra il fenomeno oggetto di studio e le variabili anagrafiche, questo sia per quanto riguarda la prima fase di ricerca che la seconda: svolgendo ulteriori analisi sarebbe infatti possibile osservare se determinate narrazioni sono correlate a specifiche caratteristiche del gruppo di partecipanti coinvolto.

Infine, oltre all'analisi tematica svolta sui testi raccolti durante le interviste, ricerche future potrebbero eseguire anche un'analisi narrativa per evidenziare le tipologie di contro-narrative presenti.

Capitolo 7

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Allport, G. W., Clark, K., & Pettigrew, T. (1954). *The nature of prejudice*.
- Ayalon, L., & Tesch-Römer, C. (2018). Contemporary perspectives on ageism. *Springer Nature*.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77–101.
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). Can I use TA? Should I use TA? Should I *not* use TA? Comparing reflexive thematic analysis and other pattern-based qualitative analytic approaches. *Counselling and Psychotherapy Research*, 21(1), 37–47.
- Braun, V., & Clarke, V. (2023a). Is thematic analysis used well in health psychology? A critical review of published research, with recommendations for quality practice and reporting. *Health Psychology Review*, 1–24.
- Braun, V., & Clarke, V. (2023b). Toward good practice in thematic analysis: Avoiding common problems and be(com)ing a knowing researcher. *International Journal of Transgender Health*, 24(1), 1–6.
- Bushe, G. (2007). Appreciative inquiry is not about the positive. *OD practitioner*, 39(4), 33–38.
- Butler, R. N. (1980). Ageism: A Foreword. *Journal of Social Issues*, 36(2), 8–11.
- Byrne, D., Gouaux, C., Griffitt, W., Lamberth, J., Murakawa, N., Prasad, M., Prasad, A., & Ramirez III, M. (1971). The ubiquitous relationship: Attitude similarity and attraction: A cross-cultural study. *Human Relations*, 24(3), 201–207.

- Bugental, D. B., & Hehman, J. A. (2007). Ageism: A review of research and policy implications. *Social Issues and Policy Review*, 1(1), 173-216.
- Castiglioni, M., & Faccio, E. (2010). *Costruttivismi in psicologia clinica. Teorie, metodi, ricerche*. Utet Universita.
- Charmaz, K. (2014). *Constructing grounded theory*. sage.
- Coombs, R. H. (1991). Marital status and personal well-being: A literature review. *Family relations*, 97–102.
- Cooperrider, D. L., Stavros, J. M., & Whitney, D. (2008). *The appreciative inquiry handbook: For leaders of change*. Berrett-Koehler Publishers.
- Crary, A. (2002). The Happy Truth: J. L. Austin's How To Do Things With Words. *Inquiry*, 45(1), 59–80.
- Creswell, J. W., & Clark, V. L. P. (2017). *Designing and conducting mixed methods research*. Sage publications.
- Delboni, B. S., Joaquim, S. B., Ploner, K. S., & Rangel Cyrino, L. A. (2013). Gerascofobia – o medo de envelhecer na contemporaneidade. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 10(2).
- Donizzetti, A. (2010). Assessing the ageism: The Fraboni Scale of Ageism's Italian validation and analysis of differences by gender and age [Misurare il pregiudizio verso gli anziani: Validazione italiana della Fraboni Scale of Ageism e analisi delle differenze per genere ed eta]. *Giornale Psicol*, 4, 262–274.
- Donizzetti, A. R. (2019). Ageism in an Aging Society: The Role of Knowledge, Anxiety about Aging, and Stereotypes in Young People and Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(8), 1329.

- Uwe, F. (2009). *An Introduction Qualitative Research* Fourth Edition Sage.
London: Oliver's Yard.
- Fraboni, M., Saltstone, R., & Hughes, S. (1990). The Fraboni Scale of Ageism (FSA): An attempt at a more precise measure of ageism. *Canadian Journal on Aging/La revue canadienne du vieillissement*, 9(1), 56–66.
- Gastaldi, A., & Contarello, A. (2007). Una questione di età: Rappresentazioni sociali dell'invecchiamento in giovani e anziani. *Ricerche di Psicologia*, 2006/4.
- Gendron, T. L., Welleford, E. A., Inker, J., & White, J. T. (2016). The Language of Ageism: Why We Need to Use Words Carefully. *The Gerontologist*, 56(6), 997–1006.
- Gergen, K. J. (2015). From Mirroring to World-Making: Research as Future Forming: From Mirroring to World-Making: Research as Future Forming. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 45(3), 287–310.
- Gergen, K. J. (2023). The social sciences as future forming. *Possibility Studies & Society*, 1(1-2), 81-86.
- Gergen, K. J., & Gergen, M. M. (2000). The New Aging: Self Construction and Social Values.
- Gergen, K. J., & Gergen, M. M. (2010). Positive aging: Resilience and reconstruction. In P. S. Fry & C. L. M. Keyes (A c. Di), *New Frontiers in Resilient Aging* (1^a ed., pp. 340–356). Cambridge University Press.
- Gergen, M. M., & Gergen, K. J. (2001). Positive aging: New images for a new age. *Ageing International*, 27(1), 3–23.
- Gergen, K. J., & McNamee, S. (1992). *Therapy as Social Construction*, 1–240.

- Hagestad, G. O. (1992). The aging society as a context for family life. In *Aging and ethics: Philosophical problems in gerontology* (pp. 123–146). Springer.
- Hochschild, A., & Machung, A. (1989). Working parents and the revolution at home. *New York: Viking*.
- Ili, G., & Andrei, V. (2018). Age stereotypes and ageism at the workplace—#ageisjustanumber. 9(2).
- Iversen, T. N., Larsen, L., & Solem, P. E. (2009). A conceptual analysis of ageism. *Nordic Psychology*, 61 (3), 4–22. DOI, 10
- Macdonald, J. L., & Levy, S. R. (2016). Ageism in the Workplace: The Role of Psychosocial Factors in Predicting Job Satisfaction, Commitment, and Engagement: Ageism in the Workplace. *Journal of Social Issues*, 72(1), 169–190.
- McNamee, S. (2010). Research as Social Construction: *Transformative Inquiry*.
- Nelson, T. D. (2016). The age of ageism. *Journal of social issues*, 72(1), 191–198.
- Peirce, R. S., Frone, M. R., Russell, M., Cooper, M. L., & Mudar, P. (2000). A longitudinal model of social contact, social support, depression, and alcohol use. *Health Psychology*, 19(1), 28.
- Posthuma, R. A., & Campion, M. A. (2009). Age stereotypes in the workplace: Common stereotypes, moderators, and future research directions. *Journal of management*, 35(1), 158–188.
- Power, S. A., Zittoun, T., Akkerman, S., Wagoner, B., Cabra, M., Cornish, F., ... & Gillespie, A. (2023). Social psychology of and for world-making. *Personality and Social Psychology Review*.

- Previtali, F., Keskinen, K., Niska, M., & Nikander, P. (2022). Ageism in working life: A scoping review on discursive approaches. *The Gerontologist*, *62*(2), e97-e111.
- Romaioli, D. (2022). A Generative Sequential Mixed Methods Approach Using Quantitative Measures to Enhance Social Constructionist Inquiry. *Journal of Mixed Methods Research*, *16*(2), 207–225.
- Romaioli, D., & Contarello, A. (2019). Redefining agency in late life: The concept of 'disponibility'. *Ageing & Society*, *39*(1), 194–216.
- Romaioli, D., & Contarello, A. (2021). Resisting ageism through lifelong learning. Mature students' counter-narratives to the construction of aging as decline. *Journal of Aging Studies*, *57*, 100934.
- Romaioli, D., Nencini, A., & Meneghini, A. M. (2016). How to foster commitment among volunteers: A social constructionist study in Italian nonprofit organizations. *Journal of Social Service Research*, *42*(5), 718–728.
- Salvini, A., Dondoni, M., & Armezzani, M. (2011). *Psicologia clinica dell'interazione e psicoterapia*. Giunti.
- Sik Hung Ng. (2007). Language-Based Discrimination: Blatant and Subtle Forms. *Journal of Language and Social Psychology*, *26*(2), 106–122.
- Stavros, J. M., Godwin, L. N., & Cooperrider, D. L. (2015). Appreciative inquiry: Organization development and the strengths revolution. *Practicing organization development: Leading transformation and change*, 96-116.
- Stenfors, T., Kajamaa, A., & Bennett, D. (2020). How to... assess the quality of qualitative research. *The clinical teacher*, *17*(6), 596-599.
- Voci A., Pagotto L., (2010). *Il pregiudizio. Che cosa è, come si riduce*

Whitney, D., & Cooperrider, D. L. (1998). The appreciative inquiry summit: Overview and applications. *Employment Relations Today*, 25(2), 17–28.