

MARIO FULCHERI

L'INDIVIDUALPSICOLOGIA E GLI ANZIANI

Da qualche tempo le problematiche della terza età attirano un'attenzione crescente: inchieste, convegni, dibattiti televisivi analizzano i vari aspetti — psicologici, sociologici, economici — della condizione anziana, nel tentativo di darne una spiegazione e al tempo stesso sottolineando le difficoltà di trovare soluzioni operative. Quest'atteggiamento, per così dire, pessimista e rinunciatario, si ritrova anche nella maggior parte delle scuole di psicoterapia e di psicoanalisi, il cui interesse teorico solo raramente è accompagnato da concrete proposte di intervento.

Viceversa l'individualpsicologia, oltre all'interpretazione della crisi psicologica determinata dall'invecchiamento, si propone anche di operare un intervento terapeutico (di psicoterapia, di counseling, di gruppo, ecc.) con l'intento di ovviare, almeno parzialmente, agli effetti di tale crisi. Infatti per noi l'età avanzata non rappresenta, di per sé, un fattore limitante per un approccio psicoterapeutico, purché le facoltà intellettuali e la disponibilità mentale alla comprensione del processo analitico non siano compromesse.

La complessità e le dimensioni attuali del problema « anziani » nonché le allarmanti previsioni per il futuro⁽¹⁾, e il fatto che in esso si intrecciano fattori individuali e collettivi, ci sembrano ragioni sufficienti per affermare l'utilità e l'urgenza di mettere a punto tecniche di intervento rivolte anche al singolo individuo, accanto alle misure di tipo sociale, pure indispensabili, su cui forse in modo troppo esclusivo oggi si insiste.

L'interpretazione adleriana del fenomeno dell'invecchiamento si basa sulla constatazione che i tre compiti vitali che costitui-

(1) Il numero degli anziani è in rapido aumento: nel 2000 la loro percentuale passerà dall'attuale 15% al 20%, e il cosiddetto baby-boom del dopoguerra si trasformerà in un gerontology-boom.

scono per l'uomo le principali forme di realizzazione, e cioè il lavoro, gli affetti e le relazioni sociali, subiscono con l'età senile profonde modificazioni, caratterizzate nella maggior parte dei casi da un restringimento e da un impoverimento. Tali cambiamenti, che spesso colgono gli individui impreparati, provocano uno svolgimento esistenziale improntato ad una generale sensazione di inutilità, di finitezza e quindi di inferiorità da un lato, e di esclusione sociale dall'altro. Ad intensificare questo tipo di vissuto soggettivo contribuisce l'atteggiamento della società, effettivamente indifferente ed emarginante nei confronti dei suoi membri più anziani, cosa che Adler stesso, già ai suoi tempi, criticò duramente.

Mantenendo, per comodità espositiva, la suddivisione fra lavoro, affetti e relazioni sociali, vediamo come l'invecchiamento influisca su ognuno di essi, premettendo che alla separazione teorica corrisponde, nella realtà, una stretta interdipendenza, per cui gli effetti negativi nei tre settori si rinforzano a vicenda.

Il settore occupazionale è forse il primo, in ordine di tempo, ad entrare in crisi: anche se l'andare in pensione ha il significato teorico di godere un meritato riposo dopo una vita dedicata al lavoro, con una ricompensa anche economica, in pratica esso si traduce in una sanzione ufficiale e definitiva di incapacità, inefficienza e inutilità accompagnata (ci riferiamo soprattutto al nostro paese) assai spesso da un disagio economico. Nella nostra società industriale, ispirata a valori efficientistici e produttivi, volta al futuro, gli anziani non trovano un loro spazio e ruolo. Il venir meno della possibilità di realizzazione nell'ambito lavorativo, non essendo compensato, come in passato, da un aumento di prestigio e quindi di potere, in virtù dell'esperienza acquisita, ha un effetto inferiorizzante, tanto più intenso quanto più il lavoro ha rappresentato una meta primaria per l'individuo. Ciò è dimostrato dal fatto che il pensionamento fa scattare manifestazioni di crisi più gravi e consistenti soprattutto in coloro che hanno svolto attività di un certo livello (dirigenti, imprenditori, ecc.), mentre, inversamente, le persone che si sono occupate di arte, politica, letteratura, musica, risentono meno dell'avanzare degli anni, perché in questi settori una vera messa a riposo non esiste, anzi a una certa età è possibile svolgere un ruolo di guida

e modello quanto mai gratificante⁽²⁾.

La crisi nel settore affettivo si collega sia al tipo di rapporti familiari prevalenti nella società contemporanea, sia in particolare al modo in cui viene vissuta la sessualità.

La trasformazione del modello familiare da patriarcale a nucleare, determinata dal processo di industrializzazione e dall'urbanesimo, ha fatto sì che la famiglia contemporanea non sia più una con-vivenza, basata sulla collaborazione, bensì soltanto una co-abitazione.

Per quanto riguarda gli anziani ciò significa che mentre un tempo avevano un proprio status e ruolo all'interno del gruppo familiare, quali dispensatori di saggezza ed esperienza, oggi essi non possono più svolgere alcuna funzione positiva, e anzi spesso vengono allontanati dal nucleo familiare, con gli ovvi sensi di isolamento e di nullità che ciò comporta⁽³⁾.

Anche con il partner il rapporto si complica, specialmente per quanto concerne la sessualità, elemento indispensabile per la buona riuscita di una coppia, a qualunque età. Il problema della

(2) Condividiamo a questo proposito quanto afferma Umberto Morelli sull'urgente necessità di adottare delle misure adeguate a fronteggiare il fenomeno del pensionamento: « ... l'età pensionabile vigente in Italia è scandalosamente bassa. Il pensionamento, invece che obbligatorio, dovrebbe avere caratteristiche di "flessibilità", cioè si dovrebbe lasciare libero l'individuo di scegliere, a partire da un'età minima stabilita, se continuare o meno l'attività lavorativa. E' stato calcolato che gli effetti di provvedimenti del genere sulla disoccupazione sarebbero irrilevanti: negli USA l'aumento dell'età pensionabile da 65 a 70 anni provocherà un aumento della disoccupazione dello 0,2%. Si potrebbe inoltre superare l'alternativa lavoro-inattività assoluta mediante il graduale passaggio dal primo alla seconda attraverso fasi intermedie di lavoro a part-time, e attraverso la progressiva riduzione delle ore settimanali di lavoro e l'aumento progressivo delle ferie annuali negli ultimi anni di lavoro. Ciò permetterebbe di preparare psicologicamente al pensionamento; sarebbero utili anche opportuni corsi di riqualificazione professionale espressamente dedicati ai lavoratori anziani, per superare l'emarginazione di fatto che questi subiscono nei confronti dei più giovani ».

(3) Una interessante ricerca sulle Case di Riposo svolta nella provincia di Piacenza (dove la percentuale degli ultrasessantenni sull'intera popolazione è del 21,67%, con il 3,43% degli anziani in Casa di riposo) ha messo in evidenza che il ricovero non è stato quasi mai una scelta libera degli interessati. Le motivazioni più frequenti invece sono: inabilità o malattia cronica; insufficienza di mezzi economici o del minimo di assistenza domiciliare; rifiuto dell'anziano da parte della struttura familiare trasformata; condizione abitativa molto scadente. Per approfondimenti vedasi « Ricerca a Piacenza sulle case di riposo », in « Esperienze di pastorale degli anziani », n. 4, 1977.

sessualità nell'anziano, da sempre oggetto di pregiudizi negativi, è stato solo recentemente affrontato scientificamente, tanto è vero che la Società Italiana di Gerontologia se ne è occupata per la prima volta nel 1976. D'altra parte oggi più che mai esso è fonte di tensioni, proprio perché i modelli culturali in tema di sessualità insistono pesantemente nell'esaltazione del suo valore. Errate convinzioni riguardo al declino delle funzioni sessuali, la mentalità comune che tende a sottovalutare le esigenze sessuali degli anziani, e a reagire con ironia e compatimento alle loro manifestazioni affettuose, fanno sì che la sessualità venga vissuta non come momento realizzante e compensatorio positivo (da qui il bisogno di artifici compensatori sostitutivi⁽⁴⁾), ma come ulteriore motivo di inferiorità e di diversità sociale.

La sfera delle relazioni sociali, infine, non presenta un quadro molto diverso: i rapporti interpersonali subiscono anch'essi un impoverimento e una limitazione, dovuti all'azione emarginante che la società attua nei confronti degli anziani, per la loro inadeguatezza a certi criteri di efficienza e produttività già visti, e dovuti anche all'autoemarginazione che molti anziani mettono in atto come reazione, astensionistica e passiva, di compenso del sentimento di inferiorità maturato negli altri campi. La scarsità di relazioni sociali è accentuata pure, in molti casi, dalle ristrettezze economiche, che non permettono di sfruttare appieno la grande disponibilità di tempo libero (uscire, coltivare hobbies, frequentare amicizie, ecc., comportano talvolta costi non indifferenti); un peso considerevole è da attribuirsi inoltre ad una vera carenza di sentimento sociale, trascurato nella maturità perché sopraffatto dagli impegni lavorativi e familiari. Ci sembra significativo il risultato di una ricerca⁽⁵⁾ condotta su un campione di

(4) Fra questi alcuni più frequentemente osservati sono:

- assunzione di un atteggiamento moralistico, o addirittura polemico, tendente a sminuire il valore dell'erotismo e perciò a trasformare la carenza di attività sessuale in una superiorità etica;
- la ricerca di vie devianti di appagamento della sessualità (voyeurismo, esibizionismo, pedofilia, ecc.);
- la totale rinuncia ad ogni forma di appagamento che culmina in soluzioni depressive e talvolta nel suicidio.

Per un esame più dettagliato vedi F. Fiorenzola « *La sessualità nell'anziano* », Atti del Iº Congresso Nazionale della S.I.P.I., 1978.

(5) Condotta dal Prof. Fontana, titolare della cattedra di Medicina Preventiva al Magistero siciliano di Servizio sociale di Catania. Cfr. « *Giornale di Gerontologia* », n. 4, 1977.

ultrasessantenni, di ambo i sessi e di svariate condizioni socio-economiche, a proposito dell'esperienza comunitaria e dei rapporti di amicizia da loro vissuti: anzitutto è risultata la marcata soggettività con cui queste persone affrontano l'incontro con gli altri; è emerso pure come la generosità, che magari prima avevano, sia sostituita da dubbio, incertezza, delusione. Il 37% di essi si è dichiarato pessimista riguardo a possibili amicizie, il 34% scettico, il 18% indifferente.

Il discorso fin qui fatto vale per entrambi i sessi; per le donne però è necessaria qualche nota aggiuntiva. Per loro infatti il pensionamento non coincide quasi mai con l'inattività assoluta: la conduzione della casa, che non consiste sempre e solo nel disbrigo materiale delle faccende domestiche, consente di trovare qualche tipo di compensazione alla mancanza di occupazione esterna e di esercitare un ruolo, vissuto in qualche modo come indispensabile e perciò gratificante. Talvolta anzi si assiste al sorgere di un vero e proprio « potere matriarcale », per lo più esercitato su altri soggetti femminili più giovani (ad esempio le nuore).

La crisi nel settore affettivo e sessuale è spesso anticipata, rispetto all'uomo, dall'insorgere del climaterio, che segna l'inizio del declino estetico e l'esaurirsi della funzione riproduttiva. Queste conseguenze sono entrambe motivo di inferiorità e di depressione: ma ultimamente si assiste a modi insoliti di affrontarli, specialmente in alcuni contesti socio-economici. Una donna intelligente, colta e con disponibilità economiche, ha sia la possibilità di mantenere attraente l'aspetto esteriore attraverso trattamenti di bellezza, attività sportive, la scelta di un abbigliamento di classe, sia la capacità di esercitare un certo fascino servendosi di altri mezzi, ad esempio una brillante conversazione sostenuta da interessi culturali e intellettuali; se poi è inserita in uno di quei microsettori culturali che concedono alla donna anziana più ampie libertà anticonformiste, potrà anche avere una completa attività sessuale, spesso accanto ad un partner più giovane (mentre il caso inverso, un uomo anziano con una compagna molto più giovane, sta diventando sempre meno frequente).

Da quanto detto emerge che secondo l'individualpsicologia il trattamento psicoterapeutico con individui anziani è possibile, dato il tipo di dinamismi psichici che sottendono le loro crisi. Fermo restando che i criteri di idoneità alla psicoterapia saranno

necessariamente più selettivi, in quanto il grado di cultura e il livello di intelligenza hanno, nell'età avanzata, un peso maggiore ai fini della ricettività, pensiamo che l'obiettivo del trattamento debba essere quello di ricostruire gli elementi dello stile di vita, analizzando e facendo comprendere al soggetto le modalità di compenso negative e le mete fittizie che hanno orientato la sua esistenza, e procedendo ad un'azione di recupero basata sull'introduzione di nuove compensazioni. Queste dovranno per lo più sfruttare le potenzialità creative del paziente (fantasia, intuizione), in quanto esse non subiscono gli effetti deleteri dell'invecchiamento (diversamente ad esempio dalla memoria a breve termine o altre funzioni intellettive). Nel suggerire nuove vie di compenso non si dovrà temere di incoraggiare un aumento di attività: il riposo infatti, soprattutto psicologico, non è salutare, ma favorisce una perdita più rapida delle funzioni intellettuali, ed è talvolta fonte di reazioni depressive.

E' evidente che una terapia analitica con soggetti anziani richiede tempo e sforzi maggiori, da entrambi i partecipanti alla relazione terapeutica, rispetto a quella con soggetti più giovani: uno stile di vita collaudato a lungo oppone inevitabilmente maggiori resistenze al cambiamento. Questo fatto induce a sottoporre a terapia analitica solo gli anziani per i quali l'intensità e la drammaticità della crisi raggiungano livelli, per così dire, di guardia. Per gli altri invece, e sono la maggior parte, potrebbero essere vantaggiose delle esperienze di gruppo, non intese come vere e proprie terapie, ma piuttosto come momenti di reintegrazione sociale.

I successi ottenuti dai recenti tentativi di organizzare le « Università della terza età » paiono confermare la validità di queste iniziative, passibili di ulteriori sviluppi e miglioramenti.

Anche un intervento di counseling può essere proficuo in certi casi di lieve crisi negli anziani: esso andrà condotto, come sempre secondo l'ottica adleriana, abbozzando un'interpretazione dei disturbi che tenga conto delle compensazioni riuscite e di quelle fallite, e incoraggiando il paziente ad imboccare nuove vie di compensazione, a considerare non esaurita la possibilità di formulare progetti e di appagare la curiosità esistenziale.

Per concludere vogliamo accennare all'importanza degli aspetti preventivi: la ricerca costante, lungo l'intero arco della vita e fin dalla gioventù, di uno sviluppo armonico in tutti i set-

tori esistenziali è il modo migliore per assicurarsi contro i rischi dell'invecchiamento. Tale armonia è frutto di applicazione, impegno, fantasia, fortuna e molti altri ingredienti ancora, perché vivere, e invecchiare, sono un mestiere e un'arte.

BIBLIOGRAFIA

- ADLER A.: *Il temperamento nervoso* (1912). Newton Compton, Roma, 1971.
- ADLER A.: *Psicologia individuale e conoscenza dell'uomo* (1927). Newton Compton, Roma, 1975.
- AA. VV.: *Il collocamento a riposo: problemi attuali e prospettive future*. Fondazione Giovanni Agnelli, Torino, 1978.
- BARACCO L.: *I problemi degli anziani*, in « *Aggiornamenti sociali* », n. 5, 1978.
- FORENZOLA F.: *La sessualità nell'anziano*, in « *Prospettive adleriane in psicosessuologia* », Atti del Iº Congresso Nazionale della Società Italiana di Psicologia Individuale, 1978.
- LANGS R.: *La tecnica della psicoterapia psicoanalitica*. Boringhieri, Torino, 1979.
- PARENTI F. e coll.: *Dizionario ragionato di psicologia individuale*. Cortina, Milano, 1975.
- POST F.: *The clinical psychiatry of late life*. Pergamon Press, London, 1965.
- WOLMAN B.: *Manuale delle tecniche psicoanalitiche e psicoterapeutiche*. Astrolabio, Roma, 1974.