

Il semestrale

Periodico dell'Associazione Nestore

n. 2 - ottobre 2023



Sguardi di genere in una società che invecchia



IN QUESTO NUMERO

Editoriale – F. Nahum	pag. 2
■ SGUARDI DI GENERE IN UNA SOCIETÀ CHE INVECCHIA	
• Uomini e donne di fronte all'invecchiamento – C. Facchini	pag. 6
• Vivere soli mentre si invecchia – G. Civenti	pag. 12
• Perché le donne percepiscono pensioni molto più basse degli uomini? – P. Villa	pag. 17
• Vecchiaia e medicina di genere – L. Tedeschi	pag. 23
• Un bel genere: spunti di psicologia dell'invecchiamento al femminile – A.M. Della Vedova e A. Porro	pag. 27
• L'apporto fondamentale delle donne alla vita associativa di Auser – F. Colombini	pag. 31
• Una grande età che parla a tutte le età. Intervista a Andrée Ruth Shammah – E. Donati	pag. 34
• Invecchiamento al femminile – M. Piazza	pag. 38
• L'invecchiamento degli uomini, già, ma quale? – S. Tramma	pag. 43
■ IL TEMPO DELLE DONNE	
• Conversando con un'Intelligenza Artificiale – a cura di M. Aureggi	pag. 48
• L'azienda, la carriera, l'associazionismo. Intervista a Manuela Biti – F. Campagnano	pag. 51
• Contro la violenza, anche la parola! – R. Romano	pag. 55
• Violenza di genere: contrasto e prevenzione – M. Calloni	pag. 59
• La soggettività delle donne di fronte al futuro – C. Leccardi	pag. 62
• Donne eccellenti: uno sguardo al passato – A. Moretti	pag. 66
• La donna nell'Islam e nell'Ebraismo – G. Turrini e E.L. Bartolini De Angeli	pag. 69
• Vera Molnar, 99 anni, pioniera della <i>computer art</i> – M. Aureggi	pag. 76
• Un futuro assieme: parole e promesse. Intervista a tre studenti universitari – F. Campagnano	pag. 78
■ VITA ASSOCIATIVA	
• Ricordo di Eligio Levi, uno di noi	pag. 82
• Progetto 'Amicizia' – D. Fabbri	pag. 83
■ FRAMMENTI DI VITA: racconti dei soci Nestore	
• Una vacanza in Grecia – F. Giuriani	pag. 86
• Io, ragazzo CODA, figlio di genitori sordi – G. Castelli	pag. 89
■ UNA POESIA	
• L'eterna canzone – di Rosemonde Gérard – a cura di A. Mastrogiacomo	pag. 93

Direzione Responsabile: Carla Facchini

Direzione Editoriale: Fiorella Nahum

REDAZIONE

Giovanna Bellasio

Fulvio Campagnano

Oscar Castellini

Emira Manina Fochi

Antonio Mastrogiacomo

Flavia Orsetti

Rosa Romano

Progetto grafico e impaginazione: Marco Aureggi

ASSOCIAZIONE NESTORE

Via F. Daverio 7, 20122 Milano

+39 351.5341530

nestore@associazionenestore.eu

www.associazionenestore.eu

QUOTE ASSOCIATIVE NESTORE 2023

Soci individuali 50,00€

Soci collettivi 200,00€

Soci collettivi sostenitori 600,00€

Banca Popolare di Milano – Ag.21

IT 16 E 05034 01737 000000042676

intestato a ASSOCIAZIONE NESTORE

Un bel genere: spunti di psicologia dell'invecchiamento al femminile

Anna Maria Della Vedova, Alessandro Porro

Le ricerche psicologiche di fronte alla femminilizzazione dell'invecchiamento

Come noto, l'invecchiamento della popolazione non è neutrale rispetto al genere, ma riguarda principalmente le donne: in Italia, gli over 65 sono più di 14 milioni, di cui quasi 8 milioni (il 56%) donne. E, dato che l'incidenza femminile aumenta con l'aumentare dell'età, la dimensione di genere diviene un aspetto fondamentale per delineare il processo di invecchiamento nella sua complessità.

Dal punto di vista psicologico è possibile pensare l'invecchiamento come un complesso percorso di ridefinizione della identità del soggetto alla luce delle trasformazioni biologiche, psicologiche e sociali dell'età anziana e degli adattamenti che consentono di elaborare la perdita e di transitare verso la scoperta di nuove dimensioni di Sé.

Per comprendere i processi legati all'invecchiamento è utile rifarsi ad alcune delle teorie più significative della psicologia dell'invecchiamento (Chirico et al., 2023). Queste possono essere raggruppate grosso modo in due filoni complementari. Il primo si rifà ad Erickson (1986) e considera l'intero ciclo di vita come un succedersi di specifiche fasi di sviluppo accompagnate da "crisi psicosociali" di carattere maturativo per l'individuo. Secondo Erickson, la crisi maturativa della vecchiaia deve risolvere la tensione specifica tra due poli: la conservazione dell'integrità e la disperazione. La sintesi di questi aspetti porterebbe allo sviluppo della saggezza e ad un coinvolgimento distaccato. Il secondo filone si riferisce alle capacità di adattamento e di resilienza legate ai cambiamenti e alle sfide dell'invecchiamento. A questo riguardo Peck (1968) propone il concetto di "gerotrascendenza" e identifica tre compiti principali associati alle capacità di adattamento degli anziani. Il primo compito riguarda l'adattamento alla fase del pensionamento e la connessa ridefinizione del proprio valore grazie al mantenimento di interessi, attività e relazioni, gli altri due compiti hanno a che fare con la capacità di accettare i cambiamenti corporei associati alla vecchiaia, tra cui il decadimento fisico, la malattia e la morte.

Un aspetto che segna un passaggio fondamentale tra diverse fasi della vita è certamente il pensionamento (Albanese et al. 2006). Differenze di genere per quanto riguarda il vissuto di pensionamento sono state evidenziate in diversi lavori scientifici. A causa delle differenze di genere che esistono nelle traiettorie lavorative (diverse opportunità di lavoro, responsabilità familiari, discriminazione sul lavoro, disponibilità della pensione), le donne e gli uomini attraversano esperienze sul mercato del lavoro e processi di pensionamento diversi, più penalizzanti dal punto di vista economico per le donne (Tang & Burr, 2015).

È innanzitutto importante considerare numerosi fattori sociodemografici che descrivono come uomini e donne arrivino diversamente all'età della pensione, e come la popolazione over 65 si definisca rispetto al genere.

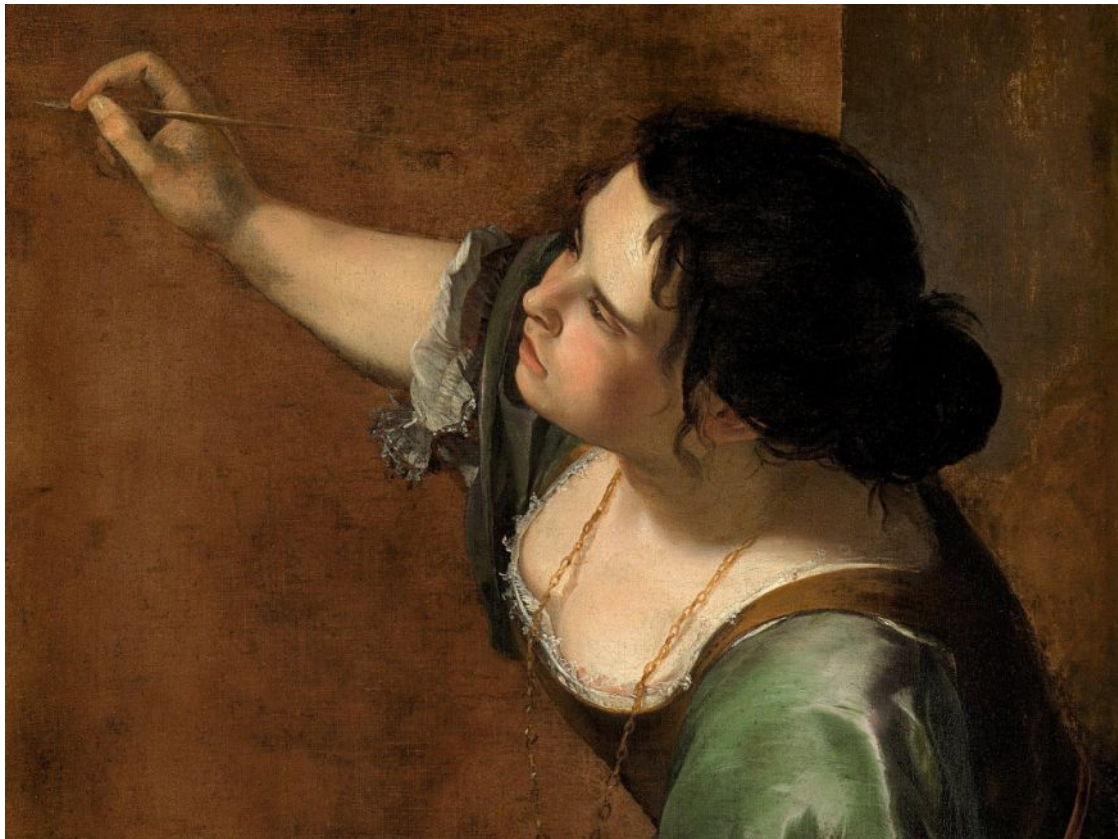
Benché le donne vivano più a lungo (Istat, 2019) il loro invecchiamento si

caratterizza per una maggiore presenza di fattori avversi: salute più precaria, maggior presenza di depressione, e di disturbi ansioso-depressivi.

A queste maggiori condizioni di fragilità biologica si sommano numerosi fattori di tipo psicosociale: più frequentemente le donne sono vedove, spesso vivono condizioni di solitudine e isolamento, sono meno istruite e hanno pensioni più basse. Inoltre le donne svolgono meno attività fisica, elemento centrale per un sano invecchiamento (Cesa-Bianchi, Cristini, 2009).

In tale scenario è facile comprendere come le condizioni economiche e sociali influenzino sia la salute sia i vissuti ed il benessere psicologico nell'accesso alla fase del pensionamento e, più in generale, nel processo di invecchiamento al femminile.

Dal punto di vista delle dinamiche psicologiche più profonde, il percorso psichico dell'adattamento ai cambiamenti dovuti all'età al femminile comincia molto prima dei classici 65 anni. La menopausa, con gli importanti cambiamenti a livello biologico, psicologico e sociale, rappresenta una fase di transizione che può consentire alla donna di cominciare per tempo a confrontarsi con il percorso ed i passaggi legati all'avanzare dell'età. Rispetto al genere maschile, quello femminile viene potentemente confrontato con il cambiamento fisico e questo può costituire una sfida ma anche una risorsa. Attraversare costruttivamente questa fase significa maturare capacità di elaborazione delle perdite legate all'invecchiamento e di ridefinizione di sé, individuando nuove e diverse abilità e prerogative. La maggiore vulnerabilità del genere femminile alla depressione anche nelle fasi senili può essere la spia di una serie di difficoltà legate alla complessità della fase.



Artemisia Gentileschi, *Autoritratto come allegoria della Pittura* (1638-1639)

Ma come è l'esperienza di invecchiamento nel vissuto delle donne?

In quest'ambito gli elementi più interessanti emergono da studi basati sulle narrazioni espresse dalle donne rispetto al loro processo di avanzamento nell'età. Uno studio pionieristico (Morrissey, 1997) basato su interviste a donne americane tra i 72 e i 96 anni ha evidenziato come la possibilità di mantenere l'autonomia e l'indipendenza fosse l'elemento comune alla base del benessere percepito dalle donne, insieme alla possibilità di avere contatti sociali di qualità. Uno studio irlandese ha utilizzato l'analisi di interviste svolte con donne tra 66 e 92 anni (Tuohy & Cooney, 2019) per meglio comprendere i loro bisogni di salute e come il genere possa influenzare l'esperienza femminile dell'invecchiamento. I risultati sottolineano alcuni aspetti centrali nel vissuto delle intervistate per le quali il sentirsi indipendente, poter compiere le proprie scelte in autonomia, avere la possibilità di sentirsi incluse nella vita sociale con una partecipazione attiva e la percezione di una buona salute di base rappresentano le aree più importanti. I bisogni emergenti dalle narrazioni delle anziane signore sono stati riassunti dagli autori nei seguenti temi: "Mantenere il controllo: bilanciare bisogni e supporti", "Orientarsi in un mondo che cambia", "Essere coinvolte e partecipare", "Cercare di mantenere il proprio benessere". Il tema complessivo emergente dalle narrazioni è stato: "Mantenere l'autonomia attraverso un processo di adattamento e di partecipazione attiva e continua". Questi risultati ribadiscono quanto per le donne la ridefinizione dell'identità nei termini dell'invecchiamento e della longevità si basi sulla possibilità di sentire la propria autonomia e la propria individualità conservate, rispettate e incluse nei processi sociali della collettività.

L'importanza dei fattori psicosociali è ribadita dai risultati di uno studio americano che ha indagato la qualità della vita secondo un costrutto multidimensionale in un campione di più di 26mila donne over 80 (Naughton et al., 2016) arruolate nel progetto Women's Health Initiative (WHI). È emerso come un buon funzionamento fisico percepito al momento della rilevazione e condizioni psicosociali favorevoli (quali supporto sociale, resilienza, autonomia, buona salute mentale) siano gli aspetti maggiormente associati ad una elevata qualità della vita nelle sue fasi più avanzate. La valutazione delle partecipanti sulla loro salute generale era il dato più fortemente associato ad una migliore qualità della vita nei termini di "più salute, più qualità della vita". Al contrario, alti livelli di depressione e numerosi problemi di salute fisica si sono rivelati associati ad una bassa qualità della vita. È interessante osservare come in questo campione di donne ad alto funzionamento (in quanto in grado di compilare questionari complessi e di restare arruolate per almeno 15 anni nello studio) il benessere fisico e psicosociale percepito si sia rivelato maggiormente predittivo rispetto alle loro condizioni di comorbidità accertate in anamnesi. Sembra quindi che i vissuti riportati dalle donne rispetto al loro percorso di invecchiamento sottolineino l'importanza di mantenere l'autonomia insieme alla possibilità di partecipare e sentirsi incluse nella vita sociale della loro comunità, aspetti che possono essere favoriti anche da politiche sociali volte alla previsione di città e luoghi abitativi "age friendly" come proposti dall'OMS (WHO, 2019).

Questo breve *excursus* può essere utile anche a tratteggiare alcune caratteristiche dell'evoluzione della psicogerontologia declinata attraverso il genere. In questo contesto, in Italia, le esperienze scientifiche, accademiche, assistenziali milanesi e bresciane continuano a risaltare e a risultare rilevanti. Il riferimento non può che andare alla figura di Marcello Cesa-Bianchi ed alla sua

scuola, nella quale si segnalò, per il tema che qui ci interessa, Carlo Cristini.

La delineazione di una psicogerontologia di genere può essere considerata anche un filo conduttore, che ci permette di seguire alcuni tratti dell'evoluzione della psicologia *lato sensu*, ed in particolare della psicologia della seconda parte del Novecento e della prima parte dell'attuale secolo. Dagli anni '60 si è cominciato a superare il paradigma riduzionistico in geriatria e a sviluppare analisi psicogerontologiche collegate al genere. Ad esempio, riflettere sul momento fondamentale del pensionamento doveva inevitabilmente tenere conto del genere e delle attività legate all'uso del tempo (Porro et al., 2019).

Nei decenni, gli sviluppi delle ricerche psicogerontologiche delle scuole milanese e bresciana si sono orientati sempre più nella determinazione del ruolo fondamentale della creatività (Cristini et al., 2011). La psicogerontologia declinata al femminile è emersa prepotentemente come dato di ineludibile forza e la declinazione di una psicogerontologia di genere è diventata un dato di fatto, centrale nella ricerca scientifica.

Per saperne di più

- Albanese A., Facchini C., Vitrotti, G. (2006), *Dal lavoro al pensionamento: vissuti, progetti*, FrancoAngeli, Milano.
- Cristini C., Cesa-Bianchi M., Cesa-Bianchi G., Porro A. (2011), *L'ultima creatività. Luci nella vecchiaia*, Springer-Verlag, Milano.
- Cristini C., Cesa-Bianchi M., Porro A. (2015), *Fragilità e affettività nell'anziano*, FrancoAngeli, Milano.
- Erikson E.H. (1986), *Vital Involvement in Old Age*, Norton, New York.
- Gershman H. (1968), *The evolution of gender identity*, American Journal of Psychoanalysis, 28(1), p. 80.
- Morrissey S. (1998), *Resources and characteristics of elderly women who live alone*, Health Care for Women International, 19(5), pp. 411-421.
- Naughton M. J., Brunner R. L., Hogan P. E., Danhauer S. C., Brenes G. A., ... & Shumaker S. A. (2016), *Global quality of life among WHI women aged 80 years and older*, Journals of Gerontology Series A: Biomedical Sciences and Medical Sciences, 71(Suppl_1), pp. 72-78.
- Peck R. (1968), *Psychological Developments in the Second Half of Life*, in Middle Age and Aging, edited by B.L. Neugarten. The University of Chicago Press, Chicago.
- Porro A., Cristini C. (2015), *Storia della psicologia dell'invecchiamento*, in R. De Beni e E. Borella, Psicologia dell'invecchiamento e della longevità, Il Mulino, Bologna, pp. 17-18.
- Tang F., e Burr J. A. (2015), *Revisiting the pathways to retirement: A latent structure model of the dynamics of transition from work to retirement*. Ageing & Society, 35(8), pp. 1739-1770.
- Tuohy D., & Cooney A. (2019), *Older women's experiences of aging and health: An interpretive phenomenological study*, Gerontology and Geriatric Medicine, 5, 2333721419834308.

Anna Maria Della Vedova - Professoressa Associata di Psicologia Dinamica, Dipartimento di Scienze Cliniche e Sperimentali, Università degli Studi di Brescia.

Alessandro Porro - Professore Associato di Storia della medicina. Dipartimento di Scienze Cliniche e di Comunità, Università degli Studi di Milano.