

ESPERIENZE e VISSUTI

Giocare fa bene a tutte le età

Veronica Guardabassi, Paola Nicolini

Nonostante associamo il verbo “giocare” più facilmente all’infanzia che all’età adulta, il gioco è così parte della nostra essenza umana e culturale che lo troviamo presente in numerose espressioni della nostra lingua quotidiana (“è un gioco da ragazzi”, “essere sotto scacco”, “giocare bene le proprie carte”; D’Urso, 2012). Il gioco è infatti il primo strumento che il genere umano utilizza per esplorare e conoscere il mondo e spesso è utilizzato nel corso dell’infanzia per favorire l’apprendimento e la socializzazione tra pari (Baumgartner, 2010). Tuttavia, il gioco delle bocce e delle carte utilizzato da persone anziane, suggerisce che le caratteristiche del gioco (Caillois, 1958) sono ancora piacevoli e stimolanti anche per le persone anziane. Possono esserlo anche per le persone con diagnosi di demenza? Per rispondere a questa domanda abbiamo progettato uno studio volto a conoscere le caratteristiche di un gioco funzionale per le persone con decadimento cognitivo e individuare delle possibili nuove attività da utilizzare nelle RSA, nei centri diurni o negli *Alzheimer Café*. In particolare, poiché le attività di gioco prevedono la conduzione delle/degli operatri-

ci/operatori che si occupano delle persone anziane, è stato organizzato un momento di formazione iniziale per rendere il personale consapevole delle prospettive teoriche alla base dello studio e della modalità di utilizzo dei giochi da tavolo.

La formazione “Giocare fa bene”

Con la collaborazione di una casa di riposo, la formazione è stata aperta a una platea maggiore, ovvero anche a professionisti che non avrebbero partecipato alla ricerca in prima persona, ma interessati/e ad approfondire la relazione tra gioco e terza età. Così il 22 ottobre 2023, presso la

Fondazione Ircer Assunta di Recanati, grazie alla collaborazione tra la Clementoni Spa, l’Università di Macerata, il Comune di Recanati e il supporto del progetto Safina-Vitality, è stata realizzata una giornata di formazione dal titolo “Giocare fa bene a tutte le età”. All’evento hanno partecipato studenti/studentesse universitari/e e di scuola secondaria, oss, educatrici/educatori o animatori/animatrici sociali, volontari, pensionati/e, docenti, fisioterapisti/e, coordinatore/dirigente, medico e altre professioni, per un totale di 73 partecipanti, la maggior parte dei quali donne ($N = 62$). La formazione è stata programmata per l’acquisizione di due obiettivi: promuovere maggiori co-

noscenze sul tema dell’invecchiamento attivo, sulla malattia di Alzheimer, sul ruolo del gioco nella vita della persona anziana (obiettivo 1) e fornire delle competenze pratiche sulla conduzione del gioco con persone con diagnosi di demenza (obiettivo 2). Per verificarne il raggiungimento, i/le partecipanti hanno compilato, al momento dell’iscrizione, un questionario sulle loro aspettative, esperienze e conoscenze sul tema e una simile richiesta è stata posta anche a conclusione della giornata formativa per confrontare le risposte con le domande iniziali e per conoscere il livello di soddisfazione per l’evento.

La mattinata della formazione è stata dedicata a



Figura 1.

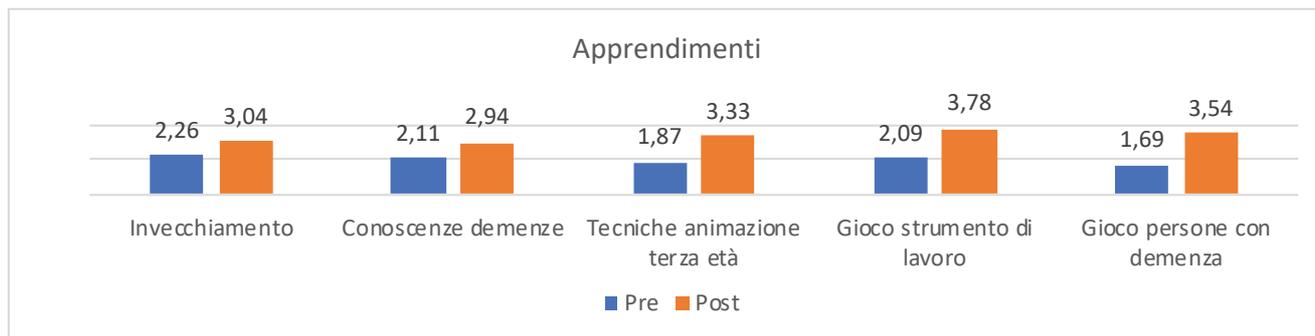


Figura 2.

contenuti teorici con tre relazioni dedicate al concetto di anzianità attiva (dott.ssa Veronica Guardabassi), al valore psicologico del gioco (prof.ssa Paola Nicolini) e al gioco come strumento di benessere personale (dott. Antonio di Pietro). Il pomeriggio è stato invece sviluppato ponendo attenzione al format del gioco: i/le partecipanti sono stati divisi/e in gruppi di gioco e ognuno/a ha avuto la possibilità di sperimentare i giochi Clementoni, riadattati dal team Unimc per le persone con diagnosi di demenza, per individuare i punti di forza e di debolezza, ma soprattutto comprenderne le modalità di utilizzo. Sia nel corso della presentazione dei contenuti teorici sia nel corso della sperimentazione dei giochi, i/le partecipanti hanno

fatto interventi, domande e condiviso riflessioni, anche della pausa pranzo.

Risultati

La formazione evidenzia dei risultati positivi sia per quanto riguarda gli apprendimenti, sia per la modalità di utilizzo del gioco, sia per la soddisfazione relativa all'esperienza, suggerendo l'efficacia dell'utilizzo del format proposto.

Apprendimenti

Il livello di percezione di conoscenze sull'invecchiamento, sulle demenze, sulle tecniche di animazione per la terza età, sull'utilizzo del gioco come strumento di lavoro e modalità di stimolazione per le persone con demenza è risultato maggiore rispetto a quello iniziale, indicando un miglio-

ramento nelle conoscenze (vedere Figura 2). Anche l'utilità dei contenuti è stata valutata positivamente dai/dalle partecipanti, le cui risposte, in una scala compresa tra 1 (per niente) e 5 (totalmente), hanno ottenuto un valore medio pari a 4,37. Alcuni/e partecipanti hanno condiviso alcune riflessioni che permettono di elaborare ulteriori considerazioni sui contenuti: il tema dell'invecchiamento attivo e dell'invecchiamento patologico (es. «Il concetto di anzianità attiva e in particolare il binomio crescita - invecchiamento») e il ruolo del gioco per il benessere, la socializzazione e la stimolazione cognitiva («importanza del divertimento»; «Il gioco come stimolazione per l'anziano»). Il gioco risulta quindi riconosciuto non solo per la sua

valenza ludica, ma anche per il suo valore educativo e psicologico (es. «considerare il gioco come parte integrante della prevenzione e terapia»).

Esperienza di gioco

Anche l'esperienza di gioco è stata valutata positivamente. Conoscere lo stato d'animo dei/delle partecipanti, ovvero capire se l'attività di gioco avesse suscitato allegria, calma, energia, sensazione di relax, interesse o, al contrario, noia, confusione, mancato coinvolgimento, delusione o banalità, indicano la presenza di sensazioni più positive che negative (vedere la Figura 3). Inoltre, la maggior parte dei/delle partecipanti dichiara di voler utilizzare una simile attività di gioco nella propria professione,

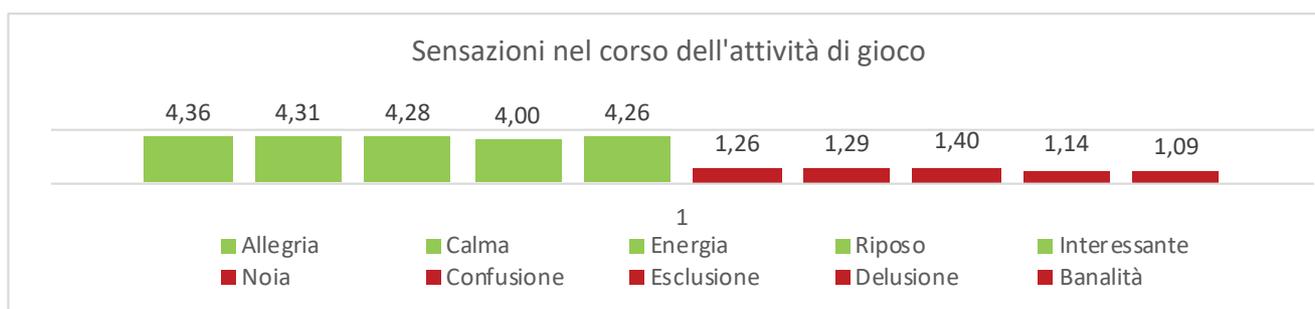


Figura 3.

ESPERIENZE e VISSUTI

riconoscendone sia l'utilità a livello cognitivo e relazionale («il gioco è fondamentale per l'apprendimento, per le competenze sociali e per molte altre competenze trasversali») sia la possibilità di utilizzo («Ho sempre utilizzato il gioco durante la mia attività professionale con i bambini. Ho compreso oggi l'importanza di utilizzarlo a tutte le età»).

Soddisfazione

In una scala di risposta compresa da 1 (per niente) a 5 (molto), l'esperienza generale è stata valutata positivamente in tutte le voci che sono state indagate (vedi *Figura 4*) e alla domanda finale su “Che cosa pensa di aver imparato da questa esperienza?” i/le partecipanti dicono di aver riconosciuto l'importanza del gioco come strumento di benessere (es. «il gioco è una medicina che fa stare bene»; «il gioco fa bene, dà serenità»), di socializzazione (es. «dovrebbe invece assumere un ruolo centrale e/o un punto di partenza per instaurare relazioni autentiche e di fiducia»), di

apprendimento (es. «Anche nei soggetti anziani o con demenza il gioco può essere usato come strumento di “apprendimento”»).

Alcuni riconoscono la flessibilità del gioco («La capacità di migliorare una situazione attraverso il gioco» o «Ho acquisito una maggiore flessibilità nell'adattare il gioco alle caratteristiche di ognuno») mentre altri rivelano di aver abbracciato la prospettiva del giocare a tutte le età e la necessità non solo di giocare ma anche di avere un “atteggiamento giocoso”.

Conclusione

Coniugare contenuti teorici, esperienza pratica e attivare momenti di riflessione condivisa, anche nei momenti informali, contribuisce alla co-costruzione del sapere, alla formazione di apprendimenti e a una maggiore acquisizione degli stessi.

Un clima informale e giocoso che fa da cornice all'esperienza è ciò che rende la formazione utile e gradevo-

le, e che conferma la centralità del gioco nel favorire il benessere della persona (Csikszentmihalyi, 1975).

Bibliografia

Baumgartner E., *Il gioco dei bambini*, Carocci Editore, Roma, 2010.

Caillouis R., *Les jeux et les hommes: le masque et le vertige*. Folio Essais, Parigi, 1958.

(Trad. It. I giochi e gli uomini. La maschera e la vertigine. Bompiani, Milano, 1981).

Csikszentmihalyi M., *Beyond boredom and anxiety: The experience of play in work and games*. Jossey Bass, San Francisco, 1975.

D'Urso V., *Giocare. In ogni epoca e per ogni età*. Il Mulino, Bologna, 2012.

Veronica Guardabassi

Ricercatrice di Psicologia dello Sviluppo e dell'Educazione presso l'Università di Macerata.

Paola Nicolini

Professoressa associata di Psicologia dello Sviluppo e dell'Educazione presso l'Università di Macerata e co-leader del WP1 del progetto Safina-Vitality.

Copyright © FrancoAngeli

This work is released under Creative Commons Attribution - Non-Commercial – No Derivatives License. For terms and conditions of usage please see: <http://creativecommons.org>



Figura 4.