

**Psicologia dell'invecchiamento e dell'età longeva:  
il contributo di Marcello Cesa-Bianchi**

**The psychology of ageing and advancing years:  
The contribution of Marcello Cesa-Bianchi**

Carlo Cristini\*, Giovanni Cesa-Bianchi\*\*, Rossana De Beni<sup>^</sup>

\* Dipartimento di Scienze Cliniche e Sperimentali,  
Università degli Studi di Brescia  
Viale Europa, 11, 25123 Brescia  
e-mail: carlo.cristini@unibs.it; tel. 0303717489

\*\* Dipartimento di Fisiopatologia Medico-Chirurgica e dei Trapianti,  
Università degli Studi di Milano  
Via Fratelli Cervi, 93, 20090 Segrate (MI)  
e-mail: tgiovanni.cesabianchi@unimi.it

<sup>^</sup> Dipartimento di Psicologia Generale,  
Università degli Studi di Padova  
Via Venezia, 8, 35131 Padova  
e-mail: rossana.debeni@unipd.it

**Ricevuto:** 15.07.2020 - **Accettato:** 20.10.2020

**Pubblicato:** 07.05.2021

**Riassunto**

La psicologia dell'invecchiamento e dell'età longeva ha rappresentato nella vita scientifica e accademica del Professore Marcello Cesa-Bianchi un continuo filo conduttore, testimoniato da un imponente numero di pubblicazioni. Egli ha esaminato e approfondito svariati ambiti e temi dell'invecchiamento psichico. In questo contributo si evidenziano gli studi che lo hanno portato a definire, come sempre in anticipo sui tempi, i diversi fattori che influenzano l'invecchiamento, anche attualmente confermati da varie ricerche internazionali. Si pongono inoltre in particolare rilievo gli studi sulla creatività longeva, ai quali ha dedicato gli

C. Cristini et al. / *Ricerche di Psicologia*, 2021, Vol. 44(1),  
ISSN 0391-6081, ISSN e 1972-5620, Doi: 10.3280/rip1-2021oa11622

ultimi venticinque anni della sua lunga attività scientifica, analizzando le varie aree in cui essa si può manifestare e focalizzandosi soprattutto sull'ultima creatività espressa da numerosi personaggi dell'arte e della cultura.

**Parole chiave:** Marcello Cesa-Bianchi, invecchiamento, età longeva, creatività.

### **Abstract**

The psychology of ageing and advancing years has been a common theme throughout Professor Marcello Cesa-Bianchi's scientific and academic career, as can be seen by his impressive number of publications. He has examined and studied various areas and topics regarding psychological ageing in-depth. This paper highlights the studies that led him to define, as always ahead of his time, the various factors that can influence ageing, which are now being confirmed by numerous international research projects. There is a particular focus on studies into creativity among the elderly, to which he has dedicated the last twenty-five years of his long scientific career, analysing the various areas in which such creativity can be seen and especially concentrating on the last expressions of creativity by many famous artistic and cultural figures.

**Keywords:** Marcello Cesa-Bianchi, ageing, advancing years, creativity.

### **Introduzione: i fattori dell'invecchiamento**

La prima pubblicazione del Professor Marcello Cesa-Bianchi concerne la psicologia dell'invecchiamento, in particolare lo studio sull'applicazione di peculiari 'reattivi mentali' in età senile (1951), così come le ultime, uscite postume riguardanti soprattutto la creatività (Cesa-Bianchi et al., 2019; Cristini e Cesa-Bianchi, 2019). Gli studi psicologici sull'invecchiamento e sull'età longeva rappresentano una sorta di *fil rouge*, come richiamato anche nel contributo 'storico' di questo fascicolo.

Le argomentazioni presenti in questo lavoro ripercorrono sinteticamente le teorie e le tematiche maggiormente sviluppate dal Professore (e dalla sua Scuola) nell'ambito delle ricerche sull'invecchiamento e sull'età longeva, testimoniate da una vasta produzione scientifica (Cristini e Porro, 2017).

Innanzitutto la concezione, più volte rimarcata, di un invecchiamento quale processo fisiologico che comprende l'intero arco esistenziale e che viene influenzato da numerose variabili (Cesa-Bianchi, 1987, 1998, 2000, 2006, 2012; Cesa-Bianchi e Vecchi, 1998; Cesa-Bianchi e Albanese, 2004; Cristini et al., 2011).

L'età longeva non giunge all'improvviso, ma segue le altre fasi della vita, in un *continuum* di esperienze ed eventi, positivi e negativi, di senso e significati, di declino e valore.

Scrivendo Marcello Cesa-Bianchi (1977a, p. 9): "I fenomeni che caratterizzano lo sviluppo e l'invecchiamento si collegano tanto strettamente che il separarli risulterebbe artificioso".

Con il trascorrere degli anni sembrano verificarsi, a volte concentrarsi, una serie di cambiamenti che possono mettere a dura prova la tenuta psicofisica di una persona, le sue capacità di resilienza e di adattamento (Cesa-Bianchi e Cristini, 2014).

Risulta determinante continuare a coltivare interessi, attività, relazioni, progetti. Le iniziative e i programmi di educazione e aggiornamento proposti per gli anziani appaiono particolarmente importanti nel contenere e superare difficoltà e problemi, nel valorizzare esperienze e risorse creative, anche i meno fortunati (Cesa-Bianchi, 1994, 1998, 2002).

In longevità si può continuamente crescere sul piano dell'esperienza, della conoscenza di sé e dell'ambiente, diventare sempre più consapevoli della propria vita (Cipolli e Cristini, 2012; Cristini et al., 2012a; De Beni e Borella, 2015). È l'immagine che viene associata a vari personaggi che hanno offerto il meglio di sé negli anni più avanzati della loro esistenza.

Si delinea verso la longevità una dicotomia esistenziale, pur considerando le varie forme intermedie. Da una parte abbiamo gli anziani autonomi, attivi, creativi, propositivi; dall'altra quelli malati, disabili, non autosufficienti (Cesa-Bianchi, 1999).

Purtroppo sono numerosi gli anziani che vivono in precarie condizioni fisiche e/o mentali, economiche e sociali. Talvolta gli atteggiamenti più problematici, ai fini dell'adattamento, risentono dei pregiudizi, degli atteggiamenti negativi sulla vecchiaia, della scarsa considerazione di sé, dell'insufficiente preparazione ad affrontare cambiamenti di attività e ruoli (Cesa-Bianchi, 1998; Wyman, 2019). Si può continuare ad imparare da vecchi, a mantenersi curiosi e scoprire novità, malgrado a volte le difficoltà di salute e autonomia.

L'invecchiamento non descrive un processo uniforme ed omogeneo, ma disegna un percorso differente per ciascuna persona, in rapporto ad una elevata variabilità, definita anche eterocronia, determinata da molti fattori (Cesa-Bianchi, 1987; 2000; Cesa-Bianchi et al., 1997), confermati anche da recenti ricerche: biologico: sono varie le teorie biologiche che ri-

conoscono l'influenza di complessi meccanismi nell'orientare e determinare il ritmo, le fasi, la durata, le modifiche dell'invecchiamento (Trindade et al., 2013; Kochman, 2015); economico: le persone meno abbienti presentano generalmente un declino più precoce; alla povertà si associano spesso altre condizioni sfavorevoli, come la bassa scolarità e la comparsa di malattie (Wilson et al., 2018; Visser et al., 2019); educativo-culturale: invecchia meglio chi stimola le proprie funzioni intellettive, esercita le proprie capacità espressive (de Beauvoir, 1970; Nguyen et al., 2019); sanitario: l'incremento di persone anziane e longeve implica aumentati rischi di disabilità, fisica e psichica; la prevenzione alla cronicità e alla non-autosufficienza è diventata un impegno particolarmente attivo in molti settori specialistici, sociali e culturali (Lee et al., 2018); personalità: sensibilità, apertura, fiducia, flessibilità favoriscono un miglior adattamento ed un invecchiamento positivo (Baumann et al., 2019; Gessl et al., 2019; Hinrichsen, 2020); struttura familiare: essere soli, in coppia o in un gruppo più numeroso influenza il modo di pensare e di vivere l'età senile (Ang, 2019); esperienze ed eventi di vita: pensionamento, sradicamento dall'ambiente, condizioni di malattia, propria o di un familiare, lutti, perdite economiche, allontanamento dei figli, atti di violenza subiti possono connotare negativamente l'invecchiamento (Dingemans e Henkens, 2015; Lee et al., 2019); ambientale: si modificano la convivenza e la percezione sociale in ordine alla struttura culturale e urbanistica, rurale o metropolitana, delle periferie o dei centri cittadini, alle trasformazioni demografiche e abitative (Engineer et al., 2018; Robertson e Weiss, 2018; Commodari e Di Nuovo, 2019); motivazionale, affettivo e creativo: la voglia di vivere fa vivere, il mantenersi proattivi aiuta a stare meglio (Gutchess e Samanez-Larkin, 2019; Swirsky e Spaniol, 2019); l'essere circondati da affetti infonde sicurezza e promuove benessere (Freak-Poli et al., 2018); l'essere creativi consente, anche per i meno fortunati, di contenere o superare determinate difficoltà, talora avvalendosi delle qualità umoristiche del pensiero (Cesa-Bianchi et al., 2013; Cesa-Bianchi et al., 2019; Zambelli et al., 2019).

## **Il processo creativo in longevità**

Uno dei temi maggiormente approfonditi dal Professor Cesa-Bianchi – corredato da un elevato numero di pubblicazioni – riguarda il processo creativo che si esprime in longevità, evidenziando in particolare l'ultima creatività, quale manifestazione di un sentimento e di un pensiero che permangono potenzialmente attivi e in grado di rinnovarsi fino al termine di una lunga esistenza.

Negli ultimi decenni la creatività ha assunto una particolare rilevanza. Si è evidenziato che il riuscire a essere creativi, a esprimere le proprie potenzialità facilita l'esistenza non soltanto dei bambini, come è da tempo noto, ma anche degli adulti e in particolare degli anziani, consentendo ad essi di proseguire e completare la realizzazione di se stessi (Cesa-Bianchi, 1994, 1998; 2002, 2006; Cesa-Bianchi et al., 2009; Cesa-Bianchi et al., 2012; Cristini et al., 2014).

Ogni vecchio, anche chi presenta limitazioni funzionali, sul piano somatico o mentale – pure nell'enigmatica oscurità della demenza (Cristini 2012, 2018; Cristini e Cesa-Bianchi, 2017) – può esprimere creativamente qualcosa di sé, delle proprie esperienze, le più profonde che si fatica o risulta impossibile comunicare con le parole.

Il processo creativo si estende per l'intero arco dell'esistenza (Cesa-Bianchi e Antonietti, 2003; Andolfi et al., 2016), non smette mai di essere di attualità e può sempre riflettere ciò che si sta vivendo, quanto passa dentro di sé. In età longeva può aiutare a riscoprire un senso diverso, più positivo, di se stessi, dell'ambiente e di quanto caratterizza l'esperienza personale (Cesa-Bianchi et al., 2004; Bartholomaeus et al., 2019; Castel, 2019). Non si è creativi solamente quando si realizzano opere artistiche, ma ogni volta che, nelle diverse attività quotidiane, si inventi qualcosa di nuovo, si elabori un pensiero innovativo e costruttivo, si modifichi, migliorandoli, atteggiamenti e abitudini (Cesa-Bianchi e Cristini, 2009; Cesa-Bianchi et al., 2017; Cristini e Cesa-Bianchi, 2019).

Anche nelle ultime fasi e ore della vita – come molti grandi artisti e numerose persone dalla vita comune ci hanno testimoniato – la creatività si mantiene o raggiunge livelli di elevato valore espressivo (Cristini et al., 2011; Cesa-Bianchi et al., 2014).

### **Attività creative e invecchiamento**

Sono numerose le attività creative – come le ricerche hanno rilevato (Cesa-Bianchi e Cristini, 1997; Cesa-Bianchi, 2002; Cesa-Bianchi e Cristini, 2012; Andolfi et al., 2016; Smith, et al., 2018) che si possono coltivare, praticare e sviluppare nel corso dell'invecchiamento.

*Scrittura e lettura:* il talento artistico di poeti e narratori nasce dal gusto estetico ed esprime spesso una ricerca interiore. Purtroppo, la scuola attuale impostata prevalentemente su aspetti raziomorfi, tende a sottostimare contenuti e valori dello spirito creativo, nelle loro diverse manifestazioni (Cesa-Bianchi e Antonietti, 2003). Lo scrivere diari, racconti, aneddoti autobiografici attiva e rinforza la memoria, ma può anche svolgere una funzione espressiva, catartica che aiuta ad elaborare e a superare emozioni negative (Bruner, 1999; Cesa-Bianchi, 2012).

Anche la lettura può essere considerata un'attività creativa. Chi legge si confronta e spesso si identifica con le storie e le caratteristiche dei personaggi e dell'ambiente nel quale si svolge il racconto o il romanzo (Calabrese e Fioroni, 2012).

*Pittura e scultura*: si osservano anziani ritrarre paesaggi, ambienti naturali, scorci di città, cogliere le sfumature, i contrasti, le tonalità, i colori e gli stati d'animo del momento. L'attività di scultore è generalmente esercitata nelle botteghe, nei laboratori. Alcune hanno una lunga tradizione come quella del legno nelle zone montane. Molti anziani apprendono nuove tecniche figurative nei corsi predisposti dalle università della terza età o dai centri di aggregazione, spesso con risultati positivi.

*Musica*: ascoltare e produrre musica possono rappresentare uno strumento rievocativo di esperienze e di promozione del benessere.

Da tempo le neuroscienze cercano di approfondire e chiarire i rapporti fra gli effetti musicali e le aree cerebrali (Trimble e Hesdorffer, 2017).

La musica è sempre stata utilizzata per sollevare umori, placare animi, ricostruire memorie. Marcello Cesa-Bianchi (1977b, p. 41), evidenziava l'importanza della formazione di chi applica la musica a fini terapeutici: "La musicoterapia sia impostata secondo una linea che tenda a valorizzare le potenzialità dei singoli, tenda ad aiutare le nuove (e vecchie) generazioni ad esprimere le proprie capacità e non a reprimerle, tenda in altri termini ad aiutare a risolvere effettivamente i problemi e non a creare delle pseudosoluzioni".

*Artigianato*: ha costituito per molti anziani un'opportunità professionale ed economica. Numerosi mestieri sono scomparsi, rimangono nelle raccolte fotografiche, nei racconti degli anziani o in qualche realtà ricreata come attrazione turistica al fine anche di conservarne la memoria.

Molti vecchi riscoprono l'orticoltura e la floricoltura, recuperando anche appezzamenti incolti, abbandonati, specialmente nelle periferie urbane.

Nelle zone montane vi sono anziani impegnati nel rimboschimento che segue regole e distribuzioni insegnate dalla natura e dalla tradizione.

Un'attività artigianale sviluppata soprattutto negli ultimi decenni viene definita con il termine di 'bricolage' che comprende diverse iniziative, attitudini, interessi (Cesa-Bianchi e Cristini, 2012).

*Attività psicomotoria*: camminare e compiere esercizi fisici, specialmente all'aperto, in aree verdi, rappresenta un fattore di salute, da praticare in rapporto alle caratteristiche personali.

L'attività psicomotoria previene o rallenta i disturbi, le cadute, il declino della persona, migliora il sentimento di sé, le capacità espressive e comunicative. Muoversi fisicamente significa a volte mobilitare energie psichiche: emotive e motivazionali (Reuter, 2012; Kekalainen et al., 2018; Rillamas-Sun et al., 2018; Loprinzi e Frith, 2019).

*Fotografia, videoregistrazione, cucina, teatro, accudimento di animali domestici* (Cesa-Bianchi, 2002; Cesa-Bianchi e Cristini, 2012): fotografie e videoregistrazioni rievocano immagini della propria storia; offrono una continuità fra passato e presente; riprese e scatti fotografici colgono stati d'animo, raccontano la storia di una persona, anche del suo rapporto con il vivere e l'invecchiare.

Fra le persone anziane sono generalmente le donne a coltivare l'arte culinaria. Le ricette della nonna fanno parte di una conoscenza popolare. Molti piatti rinomati, ricercati richiamano il loro ingegno creativo.

Un'attività praticata soprattutto nelle università della terza età è quella del teatro. Vi sono vecchi che sanno interpretare vari ruoli, rivelando apprezzabili attitudini espressive e comunicative. Alcuni scrivono la trama e il copione di ciò che si recita.

L'accudimento di animali domestici rappresenta per molti anziani un'attività che stimola la dimensione creativa ed affettiva, tende a compensare sentimenti di solitudine e fragilità, prevenire o attenuare fantasmi depressivi.

*Comunicazione e intergenerazionalità*: ogni persona, indipendentemente dalle condizioni di salute, desidera parlare di sé (Cristini et al., 2012b).

Per raccontare e raccontarsi, si deve avvertire un clima di fiducia, di reale interesse, di sensibile ascolto. Molti individui non riferiscono episodi ed esperienze della loro vita, poiché temono di non essere pienamente compresi. Di particolare importanza appare la comunicazione intergenerazionale, specialmente fra nonni e nipoti, che arricchisce entrambi di creatività ed esperienze. Alcune ricerche hanno documentato una tendenza di anziani e bambini a riscoprire il valore comunicativo, affettivo, educativo, culturale, ludico e creativo dell'intergenerazionalità (Cesa-Bianchi et al., 2001; Cesa-Bianchi e Cristini, 2012).

Vi sono anziani che sanno inventare giochi o arricchire di fantasia quelli conosciuti, insegnano a bambini e nipoti a giocare con strumenti semplici, ma particolarmente efficaci per un comune divertimento. I nipoti aiutano spesso i nonni ad accostarsi alle innovazioni tecniche, a maneggiare leve, comandi e sensori. Il dialogo fra vecchi e bambini, nonni e nipoti sembra riconciliare natura e cultura, chiarire e separare conoscenze tecnologiche e sapere umano, ridisegnare un senso dell'esistenza libero dal pregiudizio e dal tornaconto.

*Volontariato*: il servizio di volontariato a sostegno di coetanei in difficoltà, non autosufficienti costituisce una risorsa di insostituibile valore (Cristini, 2013). Soprattutto nelle metropoli i vecchi rappresentano un patrimonio disperso, un valore inutilizzato, un'esperienza e un sapere che rischiano di declinare nella solitudine forzata (Cesa-Bianchi e Cristini, 2014). Si osservano sempre più spesso figli anziani che assistono genitori longevi, soprattutto di sesso femminile. La solidarietà fra i vecchi costituisce una proposta innovativa, una riscoperta della società moderna e può assumere un ruolo educativo, positivo per l'intera collettività, specialmente per le nuove generazioni.

Molti anziani si impegnano in attività organizzative di vario genere: spettacoli, intrattenimenti, animazione, cerimonie, visite a mostre e musei, viaggi turistici anche per partecipare ad avvenimenti sociali, culturali, musicali, religiosi, sportivi (Cesa-Bianchi e Cristini, 1997).

### **L'ultima creatività**

L'ultima creatività ha rappresentato un tema particolarmente caro al Professor Cesa-Bianchi. Le ricerche hanno dimostrato che non soltanto le persone anziane da sempre attive, propositive, innovative, ma anche quelle che da tempo svolgono compiti abitudinari – qualora vengano adeguatamente coinvolte – riescono ad esprimere il loro potenziale creativo, a migliorare la qualità della loro vita (Cesa-Bianchi, 2006; Cesa-Bianchi e Cristini, 2009; Cristini et. al., 2011; Cristini e Cesa-Bianchi, 2019).

Nonostante i problemi di salute, le capacità cognitive possono sempre rimanere attive (Deeg et al., 2018), come viene proposto in un grafico raffigurante una curva a campana intersecata da una scala ascendente. La curva rappresenta la linea biologica della vita, composta da un periodo di sviluppo, uno di mantenimento ed un altro di progressivo declino; la scala riflette le capacità creative potenzialmente in continua ascesa.

Sono numerosi gli artisti (scrittori, musicisti, direttori d'orchestra, registi, architetti, pittori e scultori) che in età longeva hanno continuato a realizzare opere di elevato valore (Antonini e Magnolfi, 1991). Riportiamo alcuni esempi.

Donatello, pur affetto da una forma di parkinsonismo, aiutato dai suoi allievi, Bertoldo e Bellano, conclude l'ultima opera, il capolavoro della sua vita: i pannelli bronzei del pulpito della Chiesa di San Lorenzo a Firenze, una nuova, originale espressione della Passione e della Resurrezione di Gesù.

Michelangelo a 85 anni rivede il progetto della cupola di S. Pietro, a 89 anni realizza la *Pietà Rondanini*, l'ultimo suo capolavoro. Due giorni prima di morire – come racconta il suo allievo e biografo, Daniele da Volter-

ra – Michelangelo elimina le parti sporgenti della statua, riscolpendo la testa del Cristo nel petto di Maria; il figlio rientra dentro la madre, quale ritorno all'unità di uno spirito creativo ed esistenziale.

Tiziano, ultranovantenne, compie i suoi capolavori assoluti, fra i quali la *La Pietà*, *La punizione di Marsia*, *Ninfa con Pastore*, rifinandoli, essendo divenuto quasi completamente cieco, con le dita intinte nel colore.

Francisco Goya, ultraottantenne, con seri problemi alla vista, riesce a completare i suoi capolavori, fra cui *La lattaia di Bordeaux*.

Claude Monet, divenuto anch'egli quasi cieco, realizza opere come *La casa fra le rose*, a 85 anni, *Le nuvole*, a 86 anni.

Henri Matisse, negli ultimi anni realizza alcune sue grandi opere fra cui *L'albero della vita* che considerava «malgrado tutte le sue imperfezioni», il suo capolavoro, a 82 anni.

Pablo Picasso, a 87 anni manifesta una vera e propria esplosione creativa, compiendo in pochi mesi oltre 300 incisioni. Negli anni seguenti, fino a poco prima di morire, le sue opere testimoniano un'incessante vitalità artistica: si ricordano: *Donna sul divano I* e *Ritratto di vecchio arlecchino*, a 90 anni, *Autoritratto*, *Due figure*, *Nudo disteso e testa*, *Il Moschettiere*, a 91 anni.

Una particolare annotazione anche per Trento Longaretti e Gillo Dorfles che rispettivamente a 100 e a 106 anni hanno presentato i loro dipinti da poco terminati.

Fra le donne letterate ricordiamo Doris Lessing (Nobel della letteratura nel 2007, a 88 anni) con il suo romanzo *Alfred e Emily*, composto a 90 anni; Diana Athill, ultracentenaria, ha scritto a 91 anni *Da qualche parte verso la fine*, uno splendido libro autobiografico; Dorothea Tanning, anche pittrice, a 101 anni ha pubblicato *Coming to that*.

Nell'arte figurativa si rammentano: Sofonisba Anguissola con i suoi ritratti, intorno agli 85 anni; Grandma Moses ha cominciato a dipingere in stile 'naif' dopo i 75 anni, continuando fino al termine della sua vita, oltre i 101 anni; Georgia O'Keeffe, ha vissuto fino a 98 anni e malgrado seri problemi alla vista ha continuato a dipingere; Louise Bourgeois, pittrice e scultrice, a 88 anni realizza *Maman*, a 92 *The couple*; Margaret Keane, ultranovantenne, dipinge donne, bambini o animali con grandi occhi.

Non ha un termine di chiusura la creatività, anzi può sempre disporre di una prova d'appello, e quella finale può illuminare l'intera scena della vita di una persona, talvolta anche con un accento umoristico.

Il tema dell'umorismo connesso alla longevità creatività ha peraltro rappresentato per il Professore un particolare interesse negli ultimi anni della sua lunga attività scientifica (Cesa-Bianchi et al., 2013, 2019).

L'essere “*sempre in anticipo sul proprio futuro*” (Cesa-Bianchi, 2012), ha certamente costituito – oltre che una metafora ed un'eredità culturale – un'elevata espressione creativa dell'intera esistenza di Marcello Cesa-Bianchi.

La considerazione di un processo creativo continuo, di una capacità evolutiva del pensiero, oltre i confini e le classificazioni delle età, dei problemi di salute ha rappresentato per molte persone una concreta prospettiva negli anni della longevità, quale spirito e stile di vita, fino agli ultimi istanti, come il Professore ha saputo magistralmente testimoniare.

### Riferimenti bibliografici

- Andolfi, V. R., Valenti, C., Cesa-Bianchi, G., & Cristini, C. (2016). Creatività e tempo libero in età senile: un'indagine delle relazioni tra propensione al pensiero divergente e passatempi praticati, *Ricerche di Psicologia*, XXXIX(4), 497-513. DOI: 10.3280/RIP2016-004003.
- Ang, S. (2019). How social participation benefits the chronically ill: Self-management as a mediating pathway. *Journal of Aging and Health*, 31(7), 1134-1154. DOI: 10.1177/0898264318761909.
- Antonini, F. M., & Magnolfi, S. (1991). *L'età dei capolavori. Creatività e vecchiaia nelle arti figurative*. Venezia: Marsilio.
- Bartholomaeus, J. D., Van Agteren, J. E. M., Iasiello, M. P., Jarden, A., & Kelly, D. (2019). Positive aging: The impact of a community wellbeing and resilience program. *Clinical Gerontologist*, 42(4), 377-386. DOI: 10.1080/07317115.2018.1561582.
- Baumann, D., Ruch, W., Margelisch, K., Gander, F., & Wagner, L. (2019). Character strengths and lifesatisfaction in later life: an analysis of different living conditions. *Applied Research in Quality of Life*, 1-19. DOI: 10.1007/s11482-018-9689-x.
- Bruner, J. (1999). Narratives of aging. *Journal of Aging Studies*, 13(1), 7-9. DOI: 10.1016/S0890-4065(99)80002-4.
- Calabrese, S., & Fioroni, F. (2012). *Leggere la mente. La lettura come stile di vita*. Bologna: CLUEB.
- Castel, A. D. (2019). *Better with age: The psychology of successful aging*. New York: Oxford University Press.
- Cesa-Bianchi, G., & Cristini, C. (1997). Adattamento, timori, speranze: la qualità della vita in un campione di 100 ultrasessantenni, *N.P.S., Rivista della Fondazione "Centro Praxis"*, XVII(4), 557-621.
- Cesa-Bianchi, G., & Cristini, C. (2012). Espressioni creative ed artistiche: oltre l'età e la salute, *Ricerche di Psicologia*, 2-3, 339-368. DOI: 10.3280/RIP2012-002013.
- Cesa-Bianchi, G., Porro, A., & Cristini, C. (2012). Processo creativo e longevità, *Giornale di Gerontologia*, LX(1), 3-7.

- Cesa-Bianchi, M. (1951). L'applicazione dei reattivi mentali nello studio dell'invecchiamento. *Archivio di Psicologia Neurologia e Psichiatria*, 12(4-5), 390-393.
- Cesa-Bianchi, M. (Ed.) (1977a). Psicologia della senescenza, numero speciale, *Ricerche di Psicologia*, I(3-4).
- Cesa-Bianchi, M. (1977b). Prospettive e funzione della psicologia nella musicoterapia. In Centro Educazione Permanente Sezione Musica (a cura di), *La musicoterapia in Italia: problemi e prospettive*, 39-55. Assisi: Cittadella.
- Cesa-Bianchi, M. (1987). *Psicologia dell'invecchiamento. Caratteristiche e problemi*. Roma: La Nuova Italia Scientifica.
- Cesa-Bianchi, M. (1994). Caratteristiche psicologiche dell'invecchiamento: aspetti positivi. In L. Valente Torre & S. Casalegno (Eds.), *Atti del Convegno, Invecchiare creativamente... per non invecchiare* (9-14). Torino: Regione Piemonte.
- Cesa-Bianchi, M., Pravettoni, G., & Cesa-Bianchi, G. (1997). L'invecchiamento psichico: il contributo di un quarantennio di ricerche. *Giornale di Gerontologia*, XLV, 313-321.
- Cesa-Bianchi, M. (1998). *Giovani per sempre? L'arte di invecchiare*. Roma-Bari: Laterza.
- Cesa-Bianchi, M., & Vecchi, T. (Eds.) (1998). *Elementi di Psicogerontologia*. Milano: FrancoAngeli.
- Cesa-Bianchi, M. (1999). Cultura e condizione anziana. *Vita e Pensiero, Rivista Culturale dell'Università Cattolica del Sacro Cuore*, 3, 273-286.
- Cesa-Bianchi, M. (2000). *Psicologia dell'invecchiamento*. Roma: Carocci.
- Cesa-Bianchi, M., Cesa-Bianchi, G., & Cristini C. (2001). Il nonno, il bambino e la città. In C. Stroppa (Ed.), *Per una cultura del gioco: come creare una ludoteca* ( 247-285). Pavia: Italian University Press.
- Cesa-Bianchi, M. (2002). Comunicazione, creatività, invecchiamento. *Ricerche di Psicologia*, 3, 175-188.
- Cesa-Bianchi, M., & Antonietti, A. (2003). *Creatività nella vita e nella scuola*. Milano: Mondadori Università.
- Cesa-Bianchi, M., & Albanese, O. (Eds.) (2004). *Crescere e invecchiare: La prospettiva del ciclo di vita*. Milano: UNICOPLI.
- Cesa-Bianchi, M., Cristini, C., & Cesa-Bianchi, G. (2004). Positive Aging. *Ricerche di Psicologia*, 1, 191-206. DOI: 10.3280/RIP2014-004001.
- Cesa-Bianchi, M. (2006). Lectio, in: *Laurea honoris causa in Scienze della Comunicazione*. Napoli: Università degli Studi Suor Orsola Benincasa.
- Cesa-Bianchi, M., & Cristini, C. (2009). *Vecchio sarà lei! Muoversi, pensare, comunicare*. Guida, Napoli.
- Cesa-Bianchi, M., Cristini, C., & Giusti, E. (2009). *La creatività scientifica. Il processo che cambia il mondo*. Roma: Sovera.
- Cesa-Bianchi, M. (2012). *Sempre in anticipo sul mio futuro. Auto-biografia* [...], E. Mancino (Ed.). Napoli: Guida.
- Cesa-Bianchi, M., Forabosco, G., Cristini, C., Cesa-Bianchi, G., & Porro, A. (2013). *Umore, creatività e invecchiamento*. Roma: Aracne.

- Cesa-Bianchi, M., & Cristini, C. (2014). *Come invecchiare. Dalla psicologia generale alla psicogerontologia*. Aracne, Roma.
- Cesa-Bianchi, M., Cristini, C., Fulcheri, M., & Peirone, L. (Eds.) (2014). *Vivere e valorizzare il tempo. Invecchiare con creatività e coraggio*. Torino: Premedia.
- Cesa-Bianchi, M., Cristini, C., & Cesa-Bianchi, G. (2017). La psicologia dell'invecchiamento e la creatività, in G. Avanzini, C.A. Boni, P. Cattaneo, L. Lopez (eds), *Musicoterapia e relazione. Interventi riabilitativi in ambito psichiatrico, geriatrico e psicoeducativo*, 67-77. Milano: FrancoAngeli.
- Cesa-Bianchi, M., Cristini, C., & Cesa-Bianchi, G. (2019). Creatività e umorismo nel processo di invecchiamento, *Rivista Italiana di Ipnosi e psicoterapia ipnotica*, 39(2), 24-41.
- Cipolli, C., & Cristini, C. (Eds.) (2012). La psicologia e la psicopatologia dell'invecchiamento e dell'età senile: un contributo alla ridefinizione dell'arco di vita. Numero monografico dedicato a Marcello Cesa-Bianchi, *Ricerche di Psicologia*, 2-3.
- Cristini, C., Cesa-Bianchi, M., Cesa-Bianchi, G., & Porro, A. (2011). *L'ultima creatività. Luci nella vecchiaia*. Milano: Springer.
- Cristini, C. (2012). Demenza e creatività. *Ricerche di Psicologia*, 2-3, 563-576. DOI: 10.3280/RIP2012-002026.
- Cristini, C., Cipolli, C., De Beni, R., & Porro, A. (2012a). Editoriale. *Ricerche di Psicologia*, 2-3, 157-164. DOI: 10.3280/RIP2012-002001.
- Cristini, C., Cipolli, C., Porro, A., & Cesa-Bianchi, M. (Eds.) (2012b). *Comunicare con l'anziano*. Milano: FrancoAngeli.
- Cristini, C. (2013). *Il volontario della salute*. Milano: FrancoAngeli.
- Cristini, C., Cesa-Bianchi, G., & Cesa-Bianchi, M. (2014). Il "pensiero-anziano": verso l'ultima creatività, *Ricerche di Psicologia*, 4, 521-544. DOI: 10.3280/RIP2014-004001.
- Cristini, C., & Cesa-Bianchi, M. (2017). Dementia: affective and relational aspects, *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 5, suppl. 2B, 34-35. DOI: 10.6092/2282-1619/2017.5.1638.
- Cristini, C., & Porro, A. (2017). Per un'ergobiografia di Marcello Cesa-Bianchi. *Ricerche di Psicologia*, 40(4), 443-528. DOI 10.3280/RIP2017-004-004.
- Cristini, C. (2018). *La demenza: il lato incognito del destino*. Santarcangelo di Romagna (RN): Maggioli Editore.
- Cristini, C., & Cesa-Bianchi, M. (2019). Culture, Creativity and Quality of Life in Old Age. In A. Bianco, P. Conigliaro, & M. Gnaldi (Eds.), *Italian Studies on Quality of life*, ( 243-253). Springer, Cham. DOI: 101007/978-3-030-06022-0.
- de Beauvoir, S. (1970). *La terza età*. Torino: Einaudi, 1971.
- De Beni, R., & Borella, E. (Eds.) (2015). *Psicologia dell'invecchiamento e della longevità*. Bologna: il Mulino.
- Commodari, E., & Di Nuovo, S. (2019). Perception of stress in aging: The role of environmental variables and appraisal of the life experiences on psychological stress. *Neurology, Psychiatry and Brain Research*, 34, 28-33. DOI: 10.1016/j.npbr.2019.09.001.

- Deeg, D. J. H., Comijs, H. C., Hoogendijk, E. O., van der Noordt, M., & Huisman, M. (2018). 23-Year Trends in Life Expectancy in Good and Poor Physical and Cognitive Health at Age 65 Years in the Netherlands, 1993-2016. *American Journal of Public Health*, 108(12), 1652-1658. DOI: 10.2105/AJPH.2018.304685.
- Dingemans, E., & Henkens, K. (2015). How do retirement dynamics influence mental well-being in later life? A 10-year panel study. *Scand J Work Environ Health*, 41(1), 16-23 DOI: 10.5271/sjweh.3464.
- Engineer, A., Sternberg, E. M., & Najafi, B. (2018). Designing interiors to mitigate physical and cognitive deficits related to aging and to promote longevity in older adults: A review. *Gerontology*, 64(6), 612-622. DOI: 10.1159/000491488.
- Freak-Poli, R., Licher, S., Ryan, J., Ikram, M. A., & Tiemeier, H. (2018). Cognitive impairment, sexual activity and physical tenderness in community-dwelling older adults: A cross-sectional exploration. *Gerontology*, 64(6), 589-602. DOI: 10.1159/000490560.
- Gessl, A. S., Schlogl, S., & Mevenkamp, N. (2019). On the perceptions and acceptance of artificially intelligent robotics and the psychology of the future elderly. *Behaviour & Information Technology*, 38(11), 1068-1087. DOI: 10.1080/0144929X.2019.1566499.
- Gutchess, A., & Samanez-Larkin, G. R. (2019). Social function and motivation in the aging brain. In G. R. Samanez-Larkin (Ed.), *The aging brain: Functional adaptation across adulthood* (165-184). Washington: American Psychological Association.
- Hinrichsen, G. A. (2020). *Assessment and treatment of older adults: A guide for mental health professionals*. Washington: American Psychological Association.
- Kekalainen, T., Kokko, K., Tammelin, T., Sipila, S., & Walker, S. (2018). Motivational characteristics and resistance training in older adults: A randomized controlled trial and 1-year follow-up. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 28(11), 2416-2426. DOI: 10.1111/sms.13236.
- Kochman, K. (2015). New elements in modern biological theories of aging. *Folia Medica Copernicana*, 3(3), 89-99. DOI: 10.5603/FMC.2015.0002.
- Lee, J., Jang, S-N., & Cho, S-I. (2018). The Trajectories of the Number of Pain Sites and Their Associated Factors in Older Adults: Results from the Korean Longitudinal Study of Ageing. *Gerontology*, 64(6), 532-540. DOI: 10.1159/000490051.
- Lee, Y., Chi, I., & Palinkas, L. A. (2019). Retirement, leisure activity engagement, and cognition among older adults in the United States. *Journal of Aging and Health*, 31(7), 1212-1234. DOI: 10.1177/0898264318767030.
- Loprinzi, P. D., & Frith, E. (2019). Association between perceived physical activity and cognitive function in older adults. *Psychol. Rep.*, 122(1), 108-116. DOI: 10.1177/0033294117750632.

- Nguyen, T. T., Le, N. B., Vu, L. H., & Le, A. V. (2019). Quality of life and its association among older people in rural Vietnam. *Quality & Quantity: International Journal of Methodology*, *53*(1), 131-141. DOI: 10.1007/s11135-018-0739-0.
- Reuter, I. (2012). Editorial. Aging, Physical Activity, and Disease Prevention 2012. *Journal of Aging Research*, 1-4. DOI: 10.1155/2012/373294.
- Rillamas-Sun, E., LaMonte, M. J., Evenson, K. R., Thomson, C. A., Beresford, S. A., Coday, M. C., Manini, T. M., Li, W., & LaCroix, A. Z. (2018). The influence of physical activity and sedentary behavior on living to age 85 years without disease and disability in older women. *The Journals of Gerontology: Series A: Biological Sciences and Medical Sciences*, *73*(11), 1525-1531. DOI: 10.1093/gerona/glx222.
- Robertson, D. A., & Weiss, D. (2018). Rising above it: Status ambivalence in older adults. *Gerontology*, *64*(6): 576-588. DOI: 10.1159/000488389.
- Smith, N., Towers, A-M., Palmer, S., Beecham, J., & Welch, E. (2018). Being occupied: Supporting 'meaningful activity' in care homes for older people in England. *Ageing & Society*, *38*(11), 2218-2240. DOI: 10.1017/S0144686X17000678.
- Swirsky, L. T., & Spaniol, J. (2019). Cognitive and motivational selectivity in healthy aging. *Wiley Interdiscip Rev Cogn Sci.*, e1512. DOI: 10.1002/wcs.1512.
- Trimble, M., & Hesdorffer, D. (2017). Music and the brain: the neuroscience of music and musical appreciation. *The British Journal of Psychiatry*, *14*(2), 28-31. DOI: 10.1192/S2056474000001720.
- Trindade, L.S., Aigaki, T., & Peixoto, A.A. (2013). A novel classification system for evolutionary aging theories. *Front Genet.*, *6*(4), 25. DOI: 10.3389/fgene.2013.00025.
- Visser, M., Wijnhoven, H. A., Comijs, H. C., Thomese, F. G., Twisk, J. W., Deeg, & Dorly J. H. (2019). A healthy lifestyle in old age and prospective change in four domains of functioning. *Journal of Aging and Health*, *31*(7), 1297-1314. DOI: 10.1177/0898264318774430.
- Wilson, M. D., Ramirez, A. S., Arsenault, J. E., & Miller, L. M. S (2018). Nutrition Label Use and Its Association With Dietary Quality Among Latinos: The Roles of Poverty and Acculturation. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, *50*(9), 876-887. DOI: 10.1016/j.jneb.2018.05.019.
- Wyman, M. F., Shiovitz-Ezra, S., & Parag, O. (2019). Ageism in informal care network members of older women. *International Psychogeriatrics*, *31*(10), 1463-1472. DOI: 10.1017/S1041610218001977.
- Zambelli, A., Antonietti, A., Bologna, E., Montanari, I., & Cristini, C. (2019). Creatività e umorismo nell'invecchiamento: contributo sperimentale in un gruppo di anziani residenti in RSA. In SIPI (Società Italiana di Psicologia dell'Invecchiamento), *XII Convegno Nazionale di Psicologia dell'Invecchiamento*, Pescara, 31 maggio-1 giugno 2019, 29.