

## La psicologia dell'invecchiamento

### The psychology of aging

Rabih Chattat

Dipartimento di Psicologia "Renzo Canestrari", Università di Bologna,  
Viale Berti Pichat 5, 40127 Bologna;  
e-mail: rabih.chattat@unibo.it.

**Ricevuto:** 12.05.2021 - **Accettato:** 07.07.2021

**Pubblicato online:** 05.10.2021

#### Riassunto

La psicologia dell'invecchiamento è emersa nel secondo dopoguerra come dimensione importante della ricerca e della clinica. Canestrari colse questo ambito della psicologia tempestivamente e nel corso di trent'anni contribuì con ricerche metodologicamente robuste ed organiche elaborazioni teoriche allo sviluppo della disciplina nell'ambito della psicologia non solo bolognese ma italiana. La sua attenzione al tema è stata raccolta da diversi collaboratori nel corso degli anni con contributi diversificati. Da tema marginale la psicologia dell'invecchiamento è diventata una materia di insegnamento nei corsi di Laurea in Psicologia e un'area importante di ricerca.

**Parole Chiave:** anziani, fragilità, assistenza, psicologia dell'invecchiamento.

#### Abstract

The psychology of aging emerged after the second World War as an important area of research as well as for clinical interventions. Canestrari understood promptly the importance of this area of psychology and for over 30 years contributed with methodologically robust studies and theoretical propositions to its development at Bologna and in Italy. Several collaborators of Canestrari further investigated relevant issues of the psychology of aging, so that it is now a teaching subject in the degree courses in psychology and a prominent research topic.

**Keywords:** elderly, frailty, care, psychology of aging.

R. Chattat / *Ricerche di Psicologia*, 2021, Vol. 44,  
ISSN 0391-6081, ISSN e 1972-5620 Doi: 10.3280/rip2021oa12613

## **Premessa**

La psicologia dell'invecchiamento e in generale la gerontologia si sviluppano principalmente nel secondo dopoguerra. In precedenza vi sono stati dei riferimenti ai cambiamenti di alcuni aspetti psicologici correlati con l'età ma sono stati sporadici. Alla fine degli anni '40 del secolo scorso iniziano a consolidarsi le ricerche sui cambiamenti correlati con l'età, prima dal punto di vista biologico, poi in ambito psicologico. Durante gli anni '50 diventano sempre più numerose le ricerche sia a livello internazionale sia a livello italiano inerenti le tematiche della psicologia dell'anziano nei suoi aspetti normativi e non normativi. In Italia Cesa-Bianchi (1951) è stato uno dei pionieri dello studio sul tema. I termini che vengono utilizzati fanno riferimento alla senescenza, al vecchio, all'età involutiva; il termine "psicologia dell'invecchiamento" viene proposto solo successivamente. Tra la fine degli anni Cinquanta e gli inizi degli anni Sessanta emergono diverse proposizioni teoriche, basate sia sulla ricerca empirica sia sulla ricerca clinica e centrate principalmente sul tema dello sviluppo lungo tutto l'arco di vita e i cambiamenti correlati dal punto di vista cognitivo, affettivo, dinamico ed esistenziale (Birren, 1959; Erikson, 1963; Neugarten, 1964; Cumming & Henry, 1961). In quegli anni sono stati avviati anche diversi studi longitudinali per la valutazione dei cambiamenti età-correlati. Negli anni '70 gli sviluppi, in tema dell'invecchiamento in generale e della psicologia dell'invecchiamento in particolare, hanno visto una crescita esponenziale di ricerche e la formulazione di nuove prospettive teoriche (Levinson, 1978; Baltes et al., 1980), oltre all'elaborazione di metodi di intervento specifici mirati alla promozione della salute e dell'invecchiare bene e alle problematiche specifiche dell'anziano negli ambiti della salute mentale, delle relazioni sociali e delle politiche socio-sanitarie e del lavoro. L'importanza del tema dell'invecchiamento della popolazione a livello mondiale e la necessità di promuovere una cultura della vecchiaia, trovano conferma attuale nella dichiarazione dell'assemblea generale delle Nazioni Unite, del dicembre 2020, che indica gli anni 2021-2030 come il decennio dell'invecchiare bene (healthy aging) e sollecita gli stati a promuovere azioni politiche e sociali sul tema.

## **Il contributo di Renzo Canestrari**

Il primo contributo di Renzo Canestrari al tema è del 1960 con il titolo evocativo: “Elementi per uno studio sulla psicologia dell’invecchiamento” (6005). Già nel titolo e nella data di pubblicazione emerge la rilevanza e l’attualità sia per quanto concerne i tempi sia per il termine utilizzato.

Nel lavoro riportato, presentato al IX congresso della società Italiana di Gerontologia e Geriatria, fondata a Firenze nel 1950, Renzo Canestrari indica quelle che possono essere le tematiche più significative per lo sviluppo della psicologia dell’invecchiamento.

Il contributo presentato, in un contesto medico, delinea quelli che possono essere considerati, a tutti gli effetti, i punti per un programma di ricerca sul tema. Partendo dall’epidemiologia ed evidenziando i primi segnali del cambiamento demografico, egli sottolinea la necessità di un approccio integrato che consideri la “totalità” dell’individuo. Accanto agli aspetti fisiologici e a quelli relativi al contesto ambientale (sociale), secondo Canestrari, devono trovare una collocazione gli aspetti di “plasticità” dell’individuo e la sua capacità di utilizzare la propria intelligenza ed esperienza per mettere in atto le risposte adattive più adeguate per fare fronte alle perdite e alle “frustrazioni” associate all’invecchiamento e correlate con i cambiamenti nel funzionamento, nel ruolo sociale e nelle relazioni. Tra gli elementi che Renzo Canestrari evidenzia, riferendosi anche agli studi degli autori italiani citati prima, vi è quello relativo al cambiamento delle “funzioni intellettive” nell’invecchiamento. Questo punto è diventato, a partire degli anni Novanta del secolo scorso, uno degli ambiti di ricerca più ricchi data, la correlazione del tema dei cambiamenti “cognitivi” con l’emergere dell’importanza delle malattie neuro-degenerative, in particolare la demenza, definita dall’Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), un problema di sanità pubblica e non solo di salute. La prospettiva per la ricerca indicata sottolinea la trasversalità della connessione tra i vari aspetti psichici (affettivi, intellettivi, comportamentali) e l’influenza reciproca tra di essi; accanto all’approccio trasversale viene indicata anche la necessità di un approccio longitudinale per potere cogliere l’evoluzione dei cambiamenti in una singola persona. In questo modo egli indica l’importanza di un approccio allo studio della psicologia dell’invecchiamento fondato sull’interazione tra i cambiamenti normativi età-correlati e la modulazione dei cambiamenti da parte di fattori soggettivi, ambientali e sociali. L’autore, infatti, sottolinea l’utilità di cogliere i cambiamenti non solo confrontando giovani e anziani ma osservando i cambiamenti delle persone lungo tutto l’arco di vita. Questo primo lavoro riguardante la psicologia dell’invecchiamento utilizza una cornice teorica integrata, come descritto sopra, e dal punto di vista metodologico si avvale di un approccio misto, combinando il metodo dell’intervista con l’uso di

strumenti “psicoreattivi”; inoltre vengono raccolte informazioni riguardanti i familiari e le condizioni sociali ed economiche degli stessi. Questa metodologia, tuttora attuale, permette di cogliere la complessità della condizione dell’anziano, il ruolo e il coinvolgimento dei familiari nonché l’influenza delle condizioni sociali e ambientali nel determinarne il benessere o il malessere. I risultati ottenuti offrono un’interessante prospettiva sulla trasformazione sociale già in atto, in quegli anni, nella struttura della famiglia, in particolare nei contesti urbani. Oltre agli aspetti sociali, l’analisi utilizzata dall’autore può essere considerata un’anticipazione delle future linee di ricerca sulla psicologia dell’invecchiamento centrate sulle sfide della terza età e sull’importanza del tema dell’adattamento (Baltes, 1980; Coleman & O’Hanlon, 2004). Nel contributo dell’autore vengono indicate con il termine “frustrazioni”, le conseguenze di alcune condizioni proprie dell’invecchiamento quali il pensionamento, i cambiamenti della struttura familiare e dei rapporti tra generazioni, la sessualità intesa in senso ampio e l’atteggiamento verso la morte. Le conclusioni della ricerca descritta si focalizzano sul tema dell’adattamento, come elemento significativo, descrivendo le risposte dell’anziano alle frustrazioni. Le risposte descritte possono essere considerate come modalità di gestire “la frustrazione” e in alcuni casi possono rappresentare dei fattori predisponenti di futuri stati di psicopatologia. Questa formulazione è quanto mai attuale nello studio della sofferenza psicologica nella terza età e del ruolo dei fattori “stressanti” nell’esordio di alcuni stati di psicopatologia.

I risultati della ricerca colgono in anticipo alcuni aspetti che emergeranno negli anni successivi riguardanti in particolare il ruolo della memoria del passato nel benessere/malessere dell’anziano e l’elaborazione della storia della propria vita come strumento per affrontare il tema della morte. Questi temi sono al centro dei contributi teorici di alcuni autori pubblicati negli stessi anni o immediatamente successivi (Erickson, 1959; Butler, 1963).

Con l’istituzione della Cattedra di Psicologia, del Centro Medico Sociale e le convenzioni con gli enti locali, il nascente Istituto di Psicologia avvia una ricerca sugli anziani per conto dell’amministrazione comunale finalizzata a contribuire alla revisione dell’assistenza pubblica. All’indagine contribuiscono M.W. Battacchi e G.C. Crociati; I risultati di questa ricerca sono stati presentati a convegni (6503; 6603) e in un volume dedicato (6709). La ricerca ha coinvolto un significativo numero di anziani residenti sia a domicilio sia in contesti residenziali (la terminologia utilizzata allora era “istituti”). Il campione viene stratificato per condizione sociale, economica, di istruzione e per classi di età (inferiore e superiore a 75 anni). Il lavoro presentato nel volume, molto articolato, può essere considerato tra i primi in Italia sul tema, in particolare per quanto concerne gli aspetti psicosociali. L’altro aspetto saliente è il contributo che l’Istituto di

Psicologia fornisce allo sviluppo delle politiche dell'amministrazione cittadina riguardante l'assistenza agli anziani, con l'identificazione dei loro bisogni e l'utilizzo degli strumenti della ricerca psicologica. L'approccio metodologico è molto rigoroso, un'attenzione particolare è posta sul campionamento con l'obiettivo di raccogliere delle informazioni attendibili e rappresentative delle diverse condizioni degli anziani, in considerazione dell'obiettivo della ricerca di informare l'amministrazione pubblica e contribuire alle decisioni in merito al tipo di assistenza da fornire nel futuro. Lo strumento utilizzato è quello dell'intervista finalizzata alla raccolta di informazioni su aree o temi prefissati. L'analisi delle interviste segue una modalità di codifica strutturata che permette di raggruppare i risultati e offre la possibilità di presentare l'insieme dei dati raccolti in modo comprensibile e utile. Questo procedimento di codifica dei dati può essere considerato innovativo in quanto nella successiva ricerca qualitativa tali metodi sono diventati fondamentali per lo sviluppo della metodologia, in particolare modo nel caso in cui l'obiettivo sia quello di conoscere l'esperienza delle persone sottoposte ad indagine. La codifica dei risultati delle interviste ha permesso anche di utilizzare degli approcci statistici, certo non complessi come quelli attuali, ma che testimoniano l'attenzione e il rigore metodologico sia nell'impostazione della ricerca sia nell'analisi dei risultati.

In un simposio sul tema dell'assistenza agli anziani e la psichiatria, svoltosi durante il XXXIII Congresso nazionale della Società Italiana di Psichiatria nel 1977 (7701), l'autore integra la prospettiva della ricerca precedente, focalizzata sugli aspetti soggettivi e motivazionali dell'anziano, con la necessità di considerare i bisogni oggettivi in un approccio complementare. In questa proposta possono essere visti i segnali anticipatori di quello che verrà successivamente definita come la valutazione multidimensionale dell'anziano e il ruolo delle équipes multidisciplinari, che solo recentemente ha incluso la dimensione soggettiva come asse della valutazione, allargata anche alla valutazione del familiare caregiver.

Un ulteriore contributo proposto, inerente i cambiamenti correlati con l'età, è quello pubblicato nel 1982 con Carlo Cipolli (8208). In esso gli autori analizzano, sotto il titolo di "Modificazioni di personalità nella terza età", la letteratura disponibile sui modelli teorici inerenti i cambiamenti di personalità correlati con l'invecchiamento e sottolineano il ruolo dell'atteggiamento verso la terza età che può portare verso un "ageism" (Butler, 1969). Questo approccio discriminatorio verso la terza età, diventato un tema culturale sempre più importante negli anni successivi, permane anche ai giorni nostri ed emerge in maniera significativa durante la pandemia attuale.

Questo lavoro, dopo quello del 1960, può essere considerato un ulteriore e aggiornato contributo al tema della psicologia dell'invecchiamento nelle dimensioni della personalità e del Sè, degli aspetti affettivi, delle relazioni interpersonali e sociali e della dimensione esistenziale inerente la prospettiva temporale e il tema della morte. Il tema del tempo, o più correttamente dei tempi (passato, presente e futuro), sarà al centro della teoria socio-emozionale di Carstensen (1999).

Nel lavoro del 1983 (8302) sugli aspetti psicologici e sociali dell'assistenza agli anziani l'autore, utilizzando i dati delle ricerche precedenti, sottolinea il "sussistere di poca attenzione e scarsa sensibilità a riflettere sulle esperienze" vissute dalla persona anziana e le conseguenze di questa impostazione sulla formazione dei nuovi medici, ai quali viene insegnato "... ad ogni costo a guarire e poco ad avere cura ...". Secondo l'autore "avere cura" significa apprendere ad essere in relazione con l'anziano.

In queste brevi parole Renzo Canestrari sottolinea un tema attualissimo in ambito gerontologico e geriatrico così come nel mondo sanitario in generale dove, con il prevalere delle malattie croniche, occorre mantenere aperte sia le opzioni di "cure" che di "care", che viene espressa diversamente con lo slogan "*high tech and high touch*", che richiede ai professionisti un adeguato bilanciamento tra le competenze tecniche e le competenze relazionali.

In un breve contributo del 1985 (8501) propone il tema dell'invecchiare "bene", intuendo, in questo modo, uno dei cambiamenti significativi di quegli anni nell'approccio al tema dell'invecchiamento, evidenziando l'importanza di quelle che sono state le esperienze lungo tutto l'arco di vita a partire dall'adolescenza. I temi dell'invecchiare bene, dell'invecchiamento attivo e dell'invecchiamento in salute sono aspetti centrali delle politiche mondiali. Tutto ciò è testimoniato sia dalle iniziative della Comunità Europea nella promozione dell'"*active aging*" sia dalla citata dichiarazione dell'Assemblea Generale delle Nazioni Unite sul decennio 2021-2030 sull'invecchiamento in salute (*healthy aging*). A livello italiano il contributo più significativo su questo tema è quello di Cesa-Bianchi del 1998 (Cesa-Bianchi, 1998), al quale si può aggiungere quello recente di Ricci-Bitti nell'ambito della Psicologia della salute (Ricci-Bitti & Gremigni, 2013; Zambianchi & Ricci Bitti, 2012).

Sul tema dell'assistenza e delle forme di adattamento degli anziani nei contesti residenziali viene proposto un aggiornamento nell'ambito di una raccolta di contributi del 1987. (8713). Dello stesso livello il contributo del 1990 sul tema della psicologia dell'anziano (9005).

In collaborazione con altri colleghi nell'ambito del progetto finalizzato sull'invecchiamento, Canestrari, contribuisce al tema emergente e significativo del deterioramento cognitivo con contributi riguardanti la valida-

zione di una scala per lo screening del deterioramento cognitivo (9305) e la correlazione tra i disturbi psicologici e comportamentali e lo stress del familiare che prende in cura una persona con demenza (9306). Anche quest'ultimo contributo segnala l'attualità del lavoro di Canestrari, in quanto il tema del deterioramento cognitivo diventerà negli anni successivi uno degli ambiti significativi di interesse sia per le diverse discipline (mediche, psicologiche e sociali) sia per le politiche assistenziali e sanitarie. A titolo di esempio, il primo progetto nazionale del ministero della sanità per il monitoraggio delle terapie per le persone con demenza, Progetto Cronos, è stato avviato nel 2000 in conseguenza della presa d'atto dell'epidemiologia della demenza.

### **Osservazioni**

La descrizione del contributo di Canestrari alla psicologia dell'invecchiamento evidenzia prima di tutto la tempestività nel cogliere l'emergere di un tema che solo anni dopo sarà oggetto di insegnamento e di ricerca diffusa sia in ambito nazionale che internazionale. L'approccio di ricerca "applicata" e l'integrazione delle dimensioni psicologiche con gli aspetti sociali e somatici sono diventati nel corso del tempo la base fondante per un approccio allo studio e alla "cura" dell'anziano. I contributi lungo un periodo di più di trent'anni testimoniano la capacità di mantenere l'attenzione al tema e di contribuire all'aggiornamento continuo in merito. Il suo lavoro è stato anche fecondo in quanto diversi colleghi hanno portato degli aggiornamenti significativi al tema, approfondendo specifiche aree di ricerca in qualche modo già evidenziate nei contributi prima citati.

### **Gli sviluppi a Bologna**

L'attività di Canestrari può essere paragonata a quella dell'esploratore scientifico che individua le aree di interesse della Psicologia, ne contribuisce alla loro definizione e stimola nei collaboratori l'interesse per un ulteriore sviluppo. Per quanto concerne la psicologia dell'invecchiamento si possono descrivere i contributi di collaboratori e dell'Istituto di Psicologia, che si sono susseguiti nel tempo, nei diversi ambiti.

Tra i primi si può indicare Battacchi, che è stato co-autore con Canestrari e Crociati del testo, citato in precedenza, su una delle prime ricerche sul tema del disadattamento degli anziani e dell'assistenza pubblica.

Successivamente Cipolli ha collaborato con Canestrari al tema (8208) e ha continuato ad offrire contributi in tema di Psicologia dell'invecchiamento e sonno (Cipolli et al., 2008, Cipolli e Tuozzi, 2011; Cipolli e Tuozzi, 2012). Le ricerche presentate sono incentrate maggiormente sul

tema del sonno e dei ritmi circadiani nell'anziano. Cipolli è stato anche co-autore di testi sul tema della fragilità e affettività nell'anziano e ha presentato diversi contributi a convegni sul sonno e sul sogno nell'anziano.

Godino, anche in collaborazione con Canestrari ha proposto alcuni contributi inerenti le prospettive teoriche della psicologia dell'arco di vita, l'adattamento percettivo, l'evoluzione delle funzioni cognitive. Questi contributi sono stati elaborati prima durante la sua presenza a Bologna e poi nella sua nuova sede di insegnamento presso l'Università del Salento.

Altri contributi sono stati offerti da Paola Cavallero prima a Bologna e poi a Firenze affrontando temi inerenti la solitudine (2006), le relazioni sociali (2007), l'opinione degli anziani in merito ai sistemi di cura e il tema dei familiari che si prendono cura delle persone con demenza.

L'ambito definito da Canestrari "invecchiare bene" viene approfondito e sviluppato, in coerenza con le ricerche degli ultimi anni, con la denominazione di invecchiamento positivo nella prospettiva della Psicologia della salute (Zambianchi e Ricci-Bitti, 2012).

Bisogna aspettare la fine degli anni Novanta per vedere istituito l'insegnamento di Psicologia Gerontologica presso l'allora Facoltà di Psicologia di Cesena (1996), introdotto come insegnamento opzionale nell'ambito dell'allora triennio di indirizzo di Psicologia Clinica e di Comunità. Nel corso degli anni e con i diversi cambiamenti, da insegnamento opzionale è diventato un insegnamento caratterizzante in due Lauree Magistrali, opzionale in altre. Dagli inizi degli anni Duemila, in collaborazione con Mucciarelli, allora ordinario di Psicometria presso la Facoltà di Psicologia, è stato sviluppato l'aspetto della valutazione nell'anziano con capitoli in volumi dedicati, numeri della Collana dedicati di Argomenti di Psicometria e le prime pubblicazioni scientifiche sulle scale per la valutazione della depressione nell'anziano. Nel 2004 viene pubblicato il testo di *Psicologia dell'invecchiamento* (Chattat, 2004) nel quale vengono descritti i diversi ambiti di applicazione della psicologia dell'invecchiamento e i potenziali fruitori degli interventi psicologici. Dall'anno 2005 l'ambito della Psicologia dell'invecchiamento, sia come didattica sia come ricerca, con il passaggio al settore della Psicologia Clinica, amplia il suo interesse alla valutazione dei domini psicologici e della qualità di vita rivolta ad anziani sani e a persone con malattie neurodegenerative, in particolare la demenza e ai familiari (caregivers) delle persone con non autosufficienza. Oltre al tema della valutazione si sviluppano delle iniziative inerenti l'intervento psicologico nei contesti del disagio dell'anziano mettendo al centro dell'attività didattica e di ricerca l'ampio tema della salute mentale dell'anziano e i potenziali interventi per la "cura" e per la prevenzione della disa-

bilità. Vengono di seguito instaurate collaborazioni sia a livello nazionale sia internazionale su alcune di queste tematiche con partecipazione a diversi progetti.

### **Conclusioni**

Il lavoro di Canestrari nell'ambito della psicologia dell'invecchiamento, come in altri domini della psicologia, ha tracciato il solco per un ulteriore sviluppo. Nel suo primo contributo del 1960 vi sono già i suggerimenti su quelli che sono stati nel futuro i principali domini dello studio della psicologia dell'invecchiamento, con indicazione sia dei temi sia della necessità di integrazione con altri ambiti e dell'importanza della formazione dei professionisti della salute. Lungo tutto l'arco temporale considerato, di circa trent'anni, Canestrari ha unito la riflessione teorica, l'attenzione alla metodologia, la capacità di elaborare e di diffondere i contenuti e le conoscenze insieme all'attenzione all'impatto sociale. I contributi successivi si sono sviluppati a partire dalle sollecitazioni iniziali e hanno coinvolto non solo "la prima generazione" di collaboratori ma anche quelle successive, arrivate a quello che è diventato "Il Dipartimento di Psicologia". Il percorso tracciato in questo breve lavoro descrive la fertilità del contesto creato, che ha permesso l'espansione e l'approfondimento della conoscenza sul tema, sollecitando l'interesse piuttosto che proponendo una guida. Questa modalità ha favorito la crescita e lo sviluppo della ricerca e della didattica permettendo ai differenti talenti e interessi di svilupparsi. I passaggi non sempre sono stati diretti ma hanno offerto una possibilità di sviluppo della tematica che potrebbe essere paragonata al processo di semina che permette ad altri di coglierne i frutti e di diversificarne la produzione.

### **Bibliografia**

- Baltes, P.B., Reese, H.W., & Lipsitt, L.P. (1980). Life span developmental psychology. *Annual Review of Psychology*, 31, 65-110. DOI: 10.1146/annurev.ps.31.020180.000433.
- Birren, J. E. (Ed.). (1959). *Handbook of aging and the individual*. Chicago: University of Chicago Press.
- Butler, R.N. (1963). The Life Review: An Interpretation of Reminiscence in the Aged. *Psychiatry*, 26(1), 65-76. DOI: 10.1080/00332747.1963.11023339.
- Butler, R.N. (1969). Age-Isms: another form of bigotry. *The Gerontologist*, 9(4), 243-246. DOI: 10.1093/geront/9.4\_part\_1.243.
- Canestrari, R., 6005, 6503, 6603, 6709, 6710, 7701, 8208, 8302, 8501, 8713, 9005, 9308, 9309.

- Carstensen, L.L., Isaacowitz, D.M., & Charles, S.T. (1999). Taking time seriously: a theory of socioemotional selectivity. *American Psychologist*, 54, 165-181. DOI: 10.1037//0003-066x.54.3.165.
- Cavallero, P., Ferrari, M., & Bertocci, B. (2006). La solitudine degli anziani auto-sufficienti. *Giornale di Gerontologia*, 54, 24-27.
- Cavallero, P., Morino-Abele, P., & Bertocci, B. (2007). The social relations of the elderly. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 44 (suppl. 1), 97-100. DOI: 10.1016/j.archger.2007.01.014.
- Cesa-Bianchi, M. (1951). Ricerche sull'attività psichica nell'età senile. *Acta Gerontologica*, I, 1-50.
- Cesa-Bianchi, M. (1998). *Giovani per sempre? L'arte di invecchiare*. Bari, Laterza.
- Chattat, R. (2004). *Psicologia dell'invecchiamento. Processi psicologici e strumenti di valutazione*. Roma, Carocci.
- Cipolli, C., Campi, C., & Tuozi G., (2008). Modificazioni del sonno e processi di memoria nell'anziano. *Ricerche di Psicologia*, 30(I/II), 133-153
- Cipolli, C., & Tuozi, G. (2011). Il recupero della qualità del sonno nell'anziano. In Cesa-Bianchi, M., Cristini, C., & Porro, A. (a cura di). *Le capacità di recupero nell'anziano* (pp. 173-190). Milano: FrancoAngeli.
- Cipolli, C., & Tuozi, G. (2012). Sonno, ritmi circadiani e processi di memoria nell'anziano. *Ricerche di Psicologia*, 35, 369-385.
- Coleman, P., & O'Hanlon, A. (2004). *Aging and development*. New York: Oxford University Press.
- Cumming, E., & Henry, W., (1961). *Growing old: the process of disengagement*. New York: Basic Books.
- Erikson, E.H. (1959). *Identity and the life cycle*. New York: W.W. Norton & Company.
- Erikson, E.H. (1963) *Childhood and Society*. New York: W.W. Norton & Company.
- Levinson, D.J. (1978). A conception of adult development. *American Psychologist*, 41(1), 3-13. DOI: 10.1037/0003-066X.41.1.3.
- Neugarten, B.L. (1964). *Personality in middle and late life*. New York: Atherton Press.
- Riegel, K.F. (1973). On the history of psychological gerontology. In C., Eisdorfer, & M.P., Lawton (Eds.), *The psychology of adult development and aging* (pp. 37-68). Washington D.C.: American Psychological Association.
- Zambianchi, M., & Ricci Bitti, P.E. (2012) *Invecchiamento positivo*. Roma: Carocci.
- Zambianchi, M., & Ricci Bitti, P.E. (2013) Salute e invecchiamento positivo. In P.E., Ricci Bitti, & P., Gremigni (a cura di) *Psicologia della salute* (pp. 275-295). Roma: Carocci.