



Autonomia e dipendenza

Giornata d'incontro e di approfondimento MOVIMENTO AVAeva

Lugano, 21 ottobre 2019

Maria Grazia Bedin



contesto

- ▶ Aumento della speranza di vita in buona salute
- ▶ Processo di invecchiamento e profili diversi
- ▶ Affermazione del desiderio di promuovere una società inclusiva, solidale vs autonomia e individualismo
- ▶ come proiettarsi nel futuro ?



Scopo della presentazione

- ▶ Esaminare la dialettica fra autodeterminazione e dipendenza e mettere in luce i fattori che possano incrementare risorse e competenze al fine di salvaguardare autodeterminazione, benessere e qualità della vita.



Struttura della presentazione

- Premesse: significati sociali attribuiti alla condizione dell'essere anziani e al processo di invecchiamento
- Gli anziani e la «déprise» : aggiustamenti e negoziazioni che permettono alla persona di raggiungere un nuovo equilibrio.
- Autodeterminazione: considerazioni sul senso
- Illustrazione risultati ricerca anziani a domicilio : autodeterminazione; senso di autoefficacia e coerenza identitaria.
- Per una società inclusiva e solidale: riflessioni su come abitare per invecchiare secondo i nostri desideri,



Premesse

- ▶ L' «essere anziano» : criteri di definizione e convenzioni? età cronologica? Pensionamento?
- ▶ Scienze sociali: «essere anziano» in quanto rappresentazione sociale che si determina in funzione di un contesto e di un'epoca
- ▶ NO categorie omogenee, ma condizioni plurime e diversificate



«Déprise»

- ▶ déprise = processo di adattamento della vita che si verifica quando le persone invecchiano e devono affrontare nuove circostanze come l'aumento delle disabilità fisiche, l'aumento dell'affaticamento, la perdita del coniuge, ecc. (Caradec, 2010)
 - ▶ ausili tecnici, umani, assistenza, vicinato
 - ▶ Piccole astuzie, strategie
 - ▶ sostituire le attività o proseguire le attività su scala ridotta
 - ▶ abbandonare le attività per mantenere quelle più importanti
 - ▶ margine di **autonomia decisionale** e **risorse**

Autonomia e dipendenza




Si può rimanere autonomi, vale a dire, continuare a decidere per se stessi - di *seguire la propria legge*, nonostante gli handicap fisici. Il margine di autonomia a disposizione di una "persona anziana dipendente" è concepibile solo all'interno della rete di interdipendenza in cui si trova.

(Caradec, 2010)



Indipendenza, interdipendenza e autonomia

- ▶ L'indipendenza concerne la capacità di realizzare da solo le attività della vita quotidiana. Autosufficienza
 - ▶ Valutabile, misurabile
- ▶ L'interdipendenza è la principale condizione del rapporto della persona con il suo ambiente nel senso più ampio del termine (abitazione, contesto e relazioni interpersonali: familiari, intergenerazionali, ecc.)
- ▶ L'autonomia, collegata alla dipendenza dalla società, è un processo interattivo di adattamento che si basa sulla capacità di scegliere e gestire la propria vita in piena coscienza. *Autonomia esistenziale*
 - ▶ non è misurabile, entità soggettiva e personale



Autodeterminazione: considerazioni sul senso

- ▶ Principio di autodeterminazione (bioetica): libertà e capacità di decidere in base alle proprie preferenze e di compiere le proprie scelte impiegando i mezzi adeguati
 - ▶ Critica: connotazione puramente razionale, procedurale, individualistica
- ▶ Autodeterminazione: estendere il concetto alle dimensioni sociali e relazionali, dove agire autonomamente – anche malgrado disturbi dovuti all'anzianità – implica l'affermazione di **aspetti esistenziali** :
 - ▶ Riconoscere se stesso nelle proprie azioni e scelte;
 - ▶ Esistere in quanto «essere unico» in una rete di relazioni significative
 - ▶ Partecipare, sentirsi utili accettando l'aiuto necessario

Gestione dei rischi
nel quotidiano:
punto di vista
dell'anziano 80
anni e +

ANZIANO



Capire come gli anziani che vivono da soli a casa gestiscono i rischi ai quali sono confrontati

22 ore/24....



I «rischi vitali» sono onnipresenti

- Gli anziani intervistati sanno bene di correre dei « rischi vitali »





Cosa conta di più per gli anziani?

Alla domanda:

Durante questi ultimi giorni, a cosa ha fatto attenzione in modo particolare?

Le risposte mettono in evidenza delle minacce di tipo esistenziale:

- Perdita d'identità, della coerenza interna
- Perdita della padronanza di sé e della propria situazione
- Perdita della capacità di apprezzamento dei propri limiti
- Perdita dei punti di riferimento importanti (presente/passato)
- L'angoscia, il sentimento di solitudine
- Perdita dell'indipendenza, dovere rinunciare a rimanere a vivere a domicilio
- Perdita dell'autostima, dell'immagine di sé
- Perdita del proprio mondo interno....



Le minacce esistenziali preoccupano di più

- ▶ Ancora di più che i rischi vitali, sono le minacce di tipo esistenziale che sono temute dagli anziani e che li conducono a prendere delle iniziative che vertono alla conservazione di sé
- ▶ Malgrado profili di fragilità e dipendenza dominano:
 - ▶ il desiderio di padroneggiare le scelte e le decisioni riguardanti la propria vita (autodeterminazione)
 - ▶ il bisogno di riconoscersi fedeli a se stessi nel corso della propria storia biografica (sentimento di coerenza identitaria)
 - ▶ il desiderio di essere percepiti dagli altri come delle persone degne di rispetto e competenti (senso di autoefficacia e dignità).



autodeterminazione

- ▶ Conservare il diritto di decidere delle proprie azioni, di agire in funzione del proprio modo di giudicare la propria situazione, di scegliere se, come e quando accettare l'aiuto o domandarlo.

▶ Esempio: Signora V., 90 anni



sentimento di coerenza identitaria

- ▶ Conservare la coerenza con la propria identità biografica, i propri valori e caratteristiche personali, in una dinamica di continuità col proprio vissuto

▶ Esempio: Signora S., 92 anni



senso di autoefficacia e dignità

- ▶ Preservare l'autostima e curare la propria immagine (per sé e per gli altri). Manifestare un comportamento che dimostri rispetto per sé e per gli altri

▶ Esempio: Signor H., 89 anni



Autodeterminazione e dipendenza presso i 80+: cosa rivelano i risultati

- **Malgrado profili di fragilità con i rischi correlati:**
- Predomina del desiderio di **padroneggiare le scelte e le decisioni** riguardanti la propria vita
- Persistenza e importanza del **senso di autoefficacia** *“le convinzioni circa le proprie capacità di organizzare ed eseguire le sequenze di azioni necessarie per produrre determinati risultati.” (Bandura, 1997)*
- **agentività** (agency) la facoltà di far accadere le cose, di intervenire sulla realtà, di esercitare un potere causale tenuto conto dell'adattamento alle nuove circostanze nel corso del proprio processo di invecchiamento *(Bandura, 1997)*



Per una società inclusiva e solidale: riflessioni su come abitare per invecchiare secondo i nostri desideri

fattori che possano mantenere o incrementare risorse e competenze **al fine di salvaguardare autodeterminazione, benessere e qualità della vita**

- Mantenere vive le proprie competenze, mettere in valore le proprie esperienze -> **senso di autoefficacia**
 - nel contesto di relazioni interpersonali, familiari
 - a favore della collettività, nel quadro di scambi intergenerazionali

- Rimanere in contatto con il mondo, relazionarsi in modo soddisfacente (solidarietà) evitando l'isolamento.

- Dare voce alle esigenze particolari legate alle nuove generazioni di «senior»



Per una società inclusiva e solidale: riflessioni su come abitare per invecchiare secondo i nostri desideri

Nuova ricerca su formule abitative alternative alla dicotomia domicilio - casa di riposo (per esempio: appartamenti con custode sociale, cooperative, «co-location»)

quale sarebbe un progetto alternativo, innovativo, sostenibile?

- Riconoscimento e sviluppo delle implicazioni dell'aiuto e assistenza reciproca tra abitanti
- Convivenza intergenerazionale
- Equilibrio privacy e vita comunitaria
- Accesso privilegiato alle relazioni e alle attività di partecipazione sociale al di fuori dell'edificio (a livello di quartiere e locale).
- Possibilità di esercitare la propria autodeterminazione, essere protagonisti delle proprie scelte



conclusione

- La nozione di qualità della vita ha un senso personale, ma interroga pure le condizioni per un vivere insieme in armonia e benessere.
- Percorso di consapevolezza di sé può perdurare durante il processo di invecchiamento,
- Questa consapevolezza può inoltre svilupparsi in uno spazio di reciprocità.
- Far valere aspirazioni, desideri sulla propria qualità della vita nell'approccio della vecchiaia implica partecipazione (associativa, politica, ecc.)



bibliografia

- ▶ Bandura, A. (1997), *Autoefficacia: teoria e applicazioni*. Tr. it. Edizioni Erickson, Trento, 2000.
- ▶ Caradec, V. (2010). *Sociologie de la vieillesse et du vieillissement* (2 ed.). Paris: Armand Colin.
- ▶ Piguet, C., Droz Mendelzweig, M. & Bedin, M.G. (2017). Vivre et vieillir à domicile, entre risques vitaux et menaces existentielles, *Gérontologie et Société*, 39(52), 93-106
- ▶ Poletti, F., Bertini, L., Biaggi, A., Masotti, B., Meli, G., Mustacchi, C., & Nussio, M. (2012). *BEANZA: Benessere e qualità di vita negli anziani di oggi: un approccio autobiografico*. Manno: SUPSI, DSAN-DSAS. 215 pagine