



## EDUCARSI ALL'ANZIANITÀ

L'anzianità è una situazione di vita determinata da molteplici fattori fisiologici, psicologici e sociali caratteristici di ogni persona: alcuni vivono più a lungo di altri, con modalità diverse e significati nuovi. Primo passo per comprendere l'anzianità è collocarla nel percorso evolutivo di ogni essere umano che si trova a vivere una crisi di mezzo da cui può trarre benefici oppure limiti. In questa direzione va la scoperta di un possibile percorso di buon invecchiamento verso cui tutti vorremmo tendere, ma che non è di facile attuazione.

### A cura del CENTRO CAMILLIANO DI FORMAZIONE

**INSEGNANTE** MALAIKA RIBOLATI,  
counsellor e supervisore counselling.

**SEDE** Auditorium Lupatini  
Centro Pastorale "Beata Giovanna"  
entrata da Via Setaioli, 3/A

 **CALENDARIO** 12, 19, 26 marzo 2026

 **ORARIO** dalle 10:00 alle 12:00 il giovedì

**N. LEZIONI** 3

**TOTALE ORE**

6

# Esorcismi all'adolescenza

12/03  
2026

Melanie Ribolati del Centro counseling formazione  
consulenza <sup>1975</sup> relazione, conflitti, accompagnamento, ex educ.  
minor delinquenziali, elaborazione del lutto, anche percorsi  
online per situazioni problematiche (figli adolescenti).

18/3 periodo evolutivo adulto → autismo

19/3 crisi di mezzo come limite e/o risorsa

26/3 un percorso per un buon invecchiamento

invecchiamento: riguarda tutti gli organismi multicell.  
aumento probabilità di contrarre malattie degenerative

Stereotipo: l'autismo un sopravvissuto portatore di una  
cultura superata. Invece è quello che tiene il sistema  
valoriale.

età cronologica può differire dalle età biologica e dalle  
età funzionali e dalle età sociali.

La fase di maturazione da adolesc. ad adulto (ades.

di resto in fam.) si riflette nella adolescenza > disperazione

Fiducia, amore, spause sono esperienze importanti per

fare i passaggi di maturazione > assunzione di responsabilità

Eric Erikson dice che l'adolescente va da 12 e 17,

ma oggi si dice 12-25 perché si fa + fatica a costruirsi

una identità e una indipendenza che si assume  
le proprie responsabilità.

La sfida delle intermitte, quanto mi sento sicuro di  
mettermi in una relazione affettiva: si è un crescente  
problema al riguardo; come è in crisi la capacità

di sogno, cioè di realizzare quel tipo di persona che

voglia diventare; al suo posto c'è il fatalismo del

"vediamo cosa mi propone la vita", mentre il sogno

è un progetto da realizzare.

Il loro voler mantenere più a lungo in vita di pupa

come il divertimento sperato, nell'attesa di un futuro,  
o nelle depressione.

La traversata adulta → autonomia e risorse o solo. limitate?

Stiamo nelle 3<sup>e</sup> fase della autonomia (sessantina)

Salute + precario, rischi da rinunciare, con i quali mi ero identificato (ad es. lavoro → pensionamento)

Che senso ha adesso la mia vita?

Accettazione e accoglienza di come sono a prescindere da eventuali scelte del passato che farei diverse. Fare pace con quelle esperienze che ripenso sbagliate, secondo Erikson questa accettazione mi permetterebbe di fare la raccolta di quanto si è seminato, del che la INTEGRAZIONE il mio frutto maturo è la SAGGEZZA, della quale le nuove generazioni hanno bisogno.

Transizione imposta o autopercepita?

26/03 25 PAGES  
2026

- 1) Temporalità a spirale; iniziare con l'attesa per accettare ciò che non ho desiderato ma che è inevitabile, a partire dalla consapevolezza della NO FINITEZZA: ogni giorno è regalato.
- 2) Sviluppare relazioni e comunicare bene il mio bisogno di rallentare; non è detto che gli altri capiscano il mio cambiamento; salto generazionale; è difficile per un figlio capire il "di un genitore che invecchia e fatica a fare certe solite cose". Oggi la differenza è generazionale più con un Δ di 10 anni, quando in passato ero > 20.
- 3) Progettare il mio futuro non in situazioni di emergenza quanto volte i geriatri hanno detto che i tappeti non vanno bene in casa dell'anziano.  
La cura dell'anziano è sempre più specializzata e delocalizzata in gran parte familiarizzata. Il ministero sta cercando in America buone prassi sanitarie allo scopo.

### TRE MODI PER INVECCHIARE

- M1) ideale nero: mi preoccupa degli altri + altre preoccuparmi che gli altri si occupino di me.
  - M2) vorrei me non posso (per soldi, x solitudine...)
  - M3) nascondere il proprio invecchiamento
- PILASTRI DELL'INVECCHIAMENTO: mente attiva (leggere, giocare, camminare, ballare, relazioni, far pace col passato, resilienza, speranza, modificare le motivazioni)