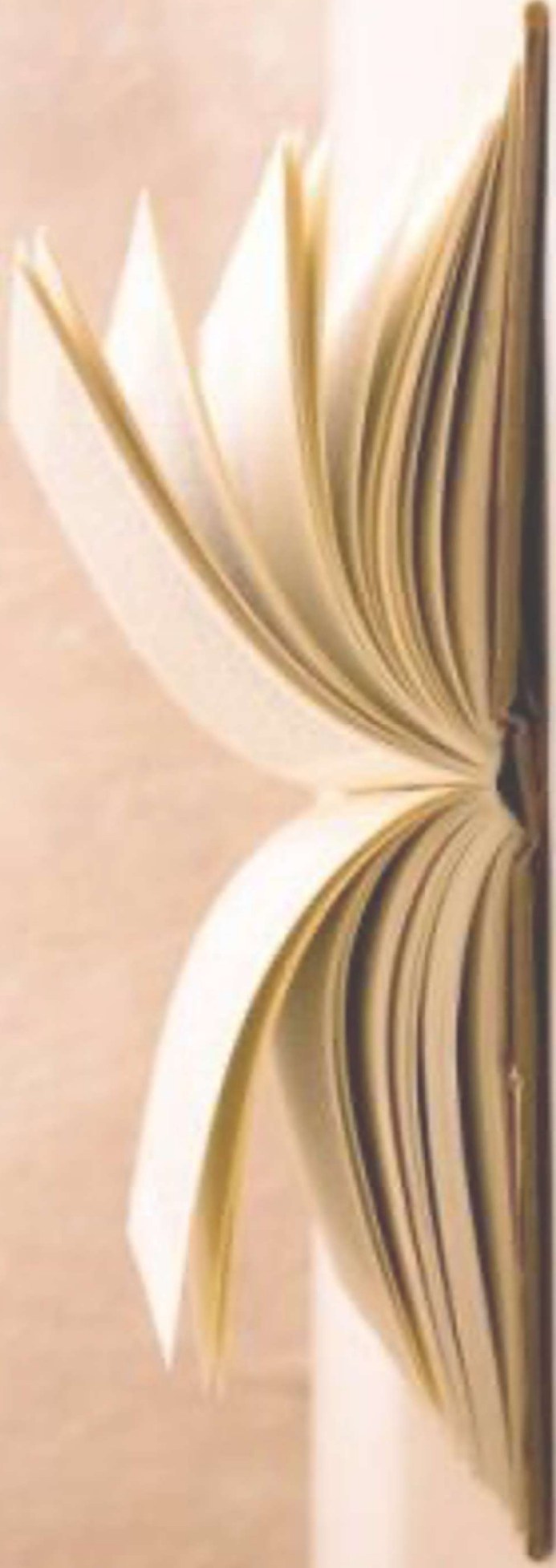


**XII CORSO DI PERFEZIONAMENTO  
IN PSICOGERONTOLOGIA E PSICOGERIATRIA  
19 dicembre 2020**

**Empowerment nell'anziano  
per promuovere il benessere**



**Alessandro Antonietti**  
Dipartimento di Psicologia, Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano

# EMPOWERMENT

- capacità di padroneggiare una situazione e percezione di un potere di azione e di controllo sull'ambiente, riconoscendo la propria competenza in quell'ambito
- possibilità di utilizzare le proprie forze, abilità e competenze per attivare le risorse interne acquisendo un maggior potere sulla realtà

## **Empowerment secondo Kieffer:**

- 1. sviluppo di un adeguato senso del sé**
- 2. capacità di compiere analisi critiche delle caratteristiche del proprio ambiente**
- 3. capacità di adottare strategie efficaci e attivare le risorse necessarie per perseguire i propri scopi**
- 4. capacità di agire in maniera efficace collaborando con gli altri per raggiungere scopi collettivi**

## Empowerment secondo Zimmerman:

1. locus of control interno
2. percezione di autoefficacia
3. speranza appresa (learned hopefulness)
4. pensiero positivo





- ❖ La creatività è riconosciuta come una **potenzialità** che **ciascuno** di noi possiede, anche in **età anziana**
- ❖ Pensare in maniera creativa e flessibile è quindi una **risorsa** e un **fattore di protezione** in età anziana, portando a un **miglioramento della qualità della vita**
- ❖ La possibilità di esprimersi compiutamente a livello creativo in molti casi si sviluppa quando l'anziano, dopo il pensionamento, **riorganizza le proprie modalità di reazione all'ambiente**

- ❖ La capacità di pensare creativamente permette inoltre di continuare a essere curiosi e, di conseguenza, di **sviluppare nuovi interessi e hobby**, riuscendo a perseguire progetti essenziali in linea con le caratteristiche dell'anzianità
- ❖ Lo sviluppo di iniziative volte a promuovere il pensiero creativo e flessibile nella terza età risulta allora essere molto positivo
- ❖ Particolarmente benefiche sono attività quali la **scrittura** (Sabeti, 2014), l'**espressione grafica** (Fisher e Specht, 1999) o la **musica** (Antonietti e Colombo, 2012; Habron, Butterly, Gordon e Roebuck, 2013), che risultano svolgere anche una funzione preventiva nei confronti del declino intellettuale e della depressione (Price e Tinker, 2014)

- ❖ Importanza di capire quali attività consentono il raggiungimento di livelli più elevati di benessere
- ❖ Necessità di andare oltre l'approccio "più-è-meglio" circa l'impegno in attività e di identificare le variabili che aumentano la probabilità che gli anziani possano beneficiare da uno stile di vita attivo

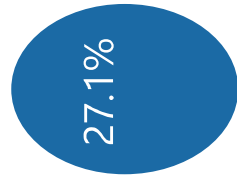
# Il trend evolutivo della creatività

in collaborazione con

Valentina R. Andolfi, Carlo Cristini,  
Francesca Nannini, Chiara Valenti

# Campione

334 soggetti di età compresa tra 31 e 89 anni  
suddiviso in tre categorie in base all'età:



**Giovani adulti**  
Dai 30 ai 50 anni.



**Adulti**  
Dai 51 ai 69 anni.



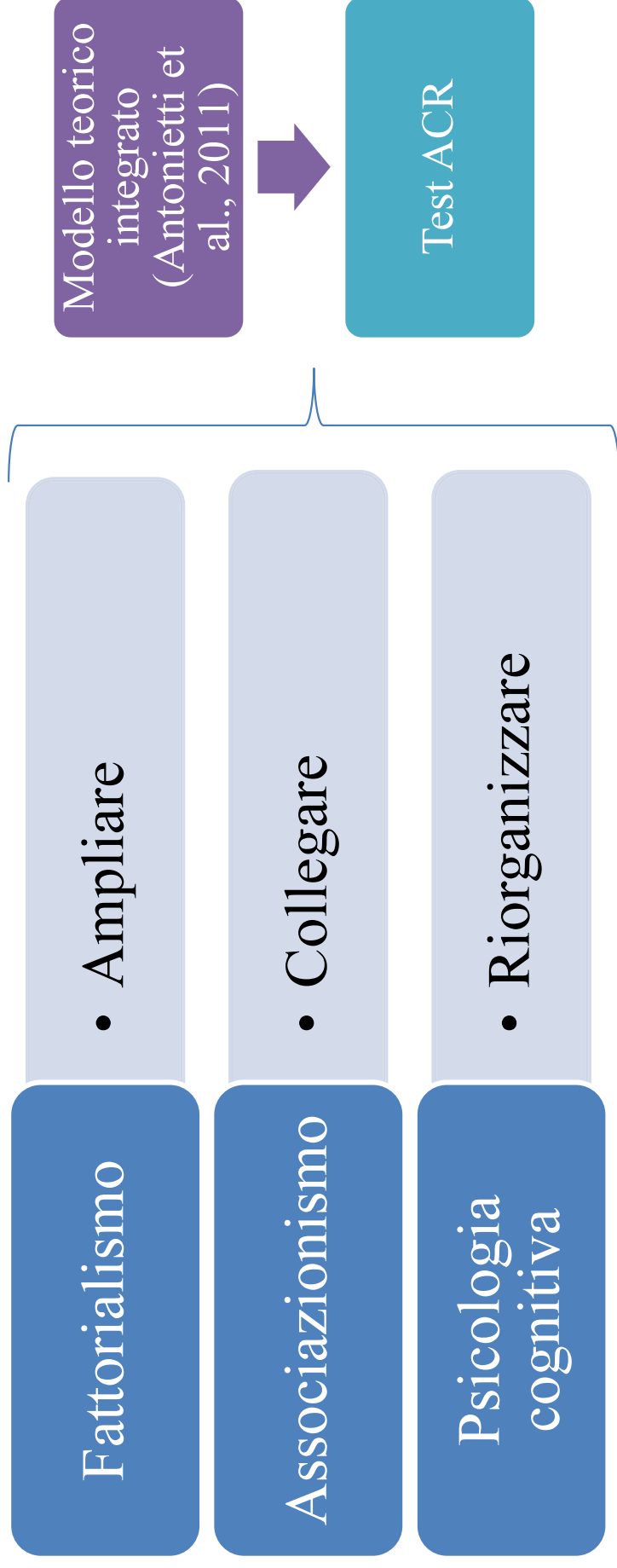
**Anziani**  
Dai 70 anni in poi.

---

*Le variabili demografiche del campione indagate sono state il genere, il luogo di nascita, lo stato civile, il livello d'istruzione e la professione esercitata.*

# CREATIVITÀ: il modello teorico

3 prospettive teoriche → 3 operazioni mentali



# CREATIVITÀ: il modello teorico

<b>Operazione mentale</b>	<b>Che cosa</b>	<b>Come</b>
AMPLIARE	il campo mentale	saper produrre idee diverse riuscire ad allargare il proprio punto di vista
COLLEGARE	elementi disparati	combinare elementi diversi andando oltre le apparenze e le somiglianze o differenze
RIORGANIZZARE	il campo mentale	saper decontestualizzare gli elementi di una situazione per cogliere le proprietà utili a riconfigurazioni nuove, essere in grado di ristrutturare la prospettiva



# Strumenti

**Per valutare gli atteggiamenti creativi è stata applicata la versione per adulti del test ACR** (Andolfi e Antonietti, 2013).

**Strumento di semplice somministrazione che indaga tre operazioni mentali coinvolte nel pensiero creativo, le quali danno il nome al test e sono:**

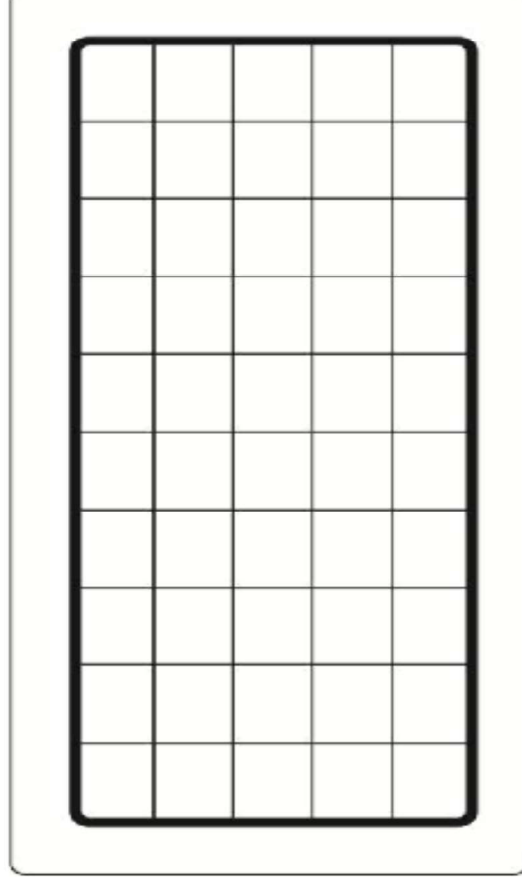
- la capacità di *ampliare*;
- la capacità di *collegare*;
- la capacità di *riorganizzare*.

**Si compone di nove items, tre per ciascuna operazione mentale indagata.**

**Permette di ricavare sia tre punteggi distinti per ciascuna operazione mentale (pari alla somma dei punteggi ottenuti nei tre corrispondenti items), sia un punteggio totale pari alla somma dei tre punteggi distinti.**

## Test ACR: AMPLIARE, esempio

A.1 - Che cosa può rappresentare questa figura?



*Scegli una tra le seguenti risposte e indicala con una crocetta:*

- a. un rettangolo con tanti quadratini
- b. la tastiera di un pc
- c. una tavoletta di cioccolato
- d. una piscina olimpionica

## Test ACR: COLLEGARE, esempio

C.2 - Pensa agli occhiali. Quali delle parole riportate qui sotto ti fa venire in mente?

*Metti una crocetta di fianco alle 3 parole che gli occhiali ti fanno venire in mente:*

- a. leggere
- b. necessità
- c. svago
- d. fragilità
- e. lenti a contatto
- f. oculista
- g. comunicazione
- h. panno per pulire
- i. protezione

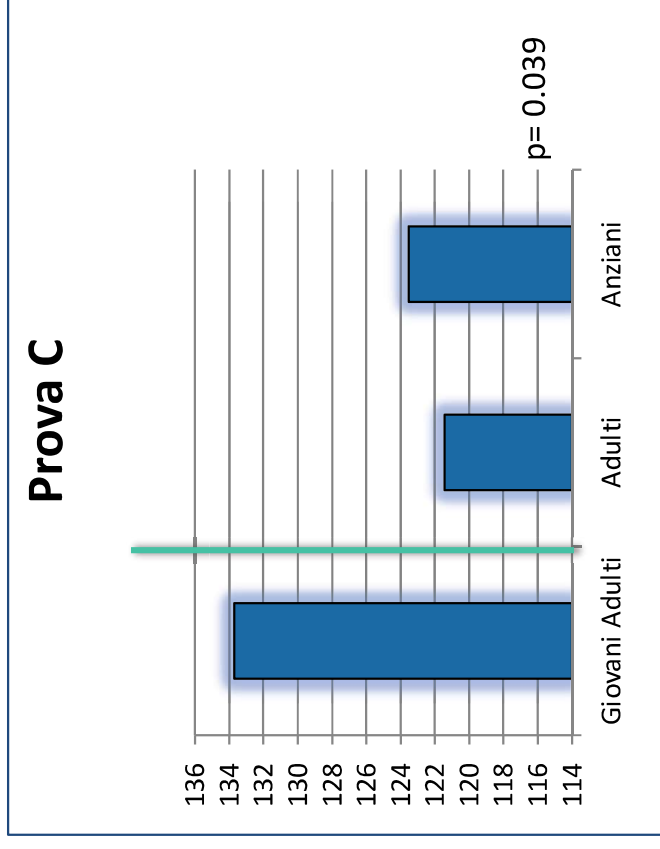
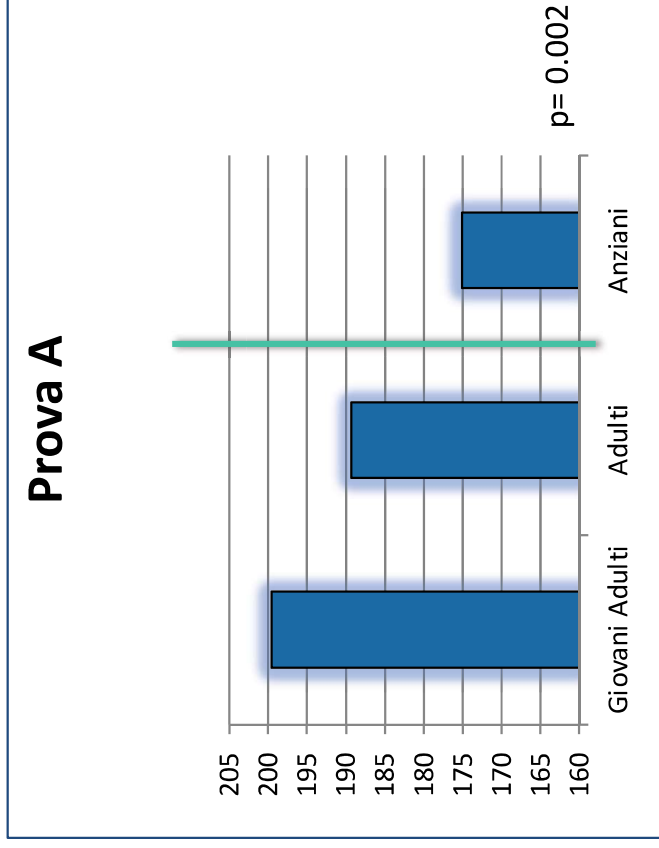
## Test ACR: RIORGANIZZARE, esempio

R. 2 - Che cosa succederebbe se fosse sempre estate e non esistessero le stagioni?

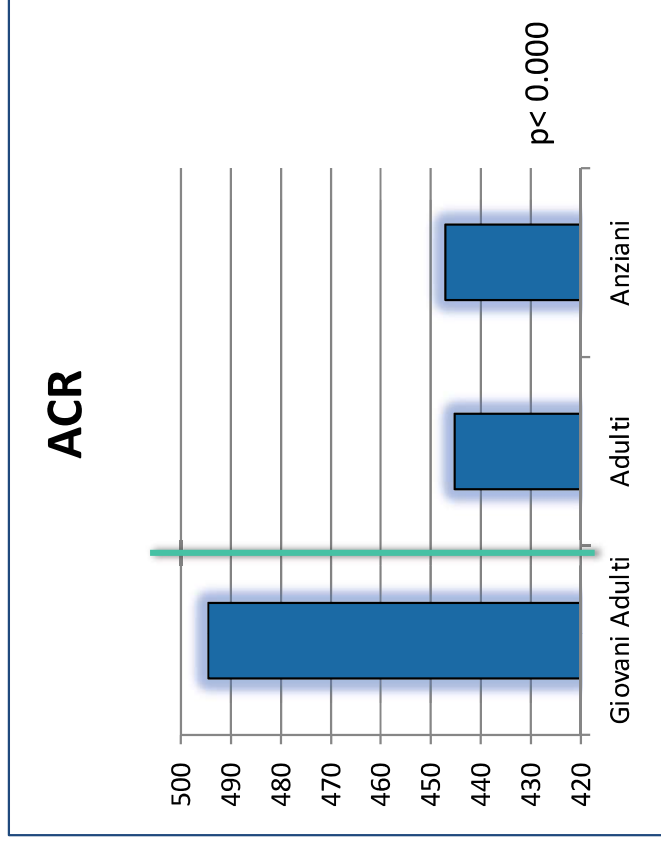
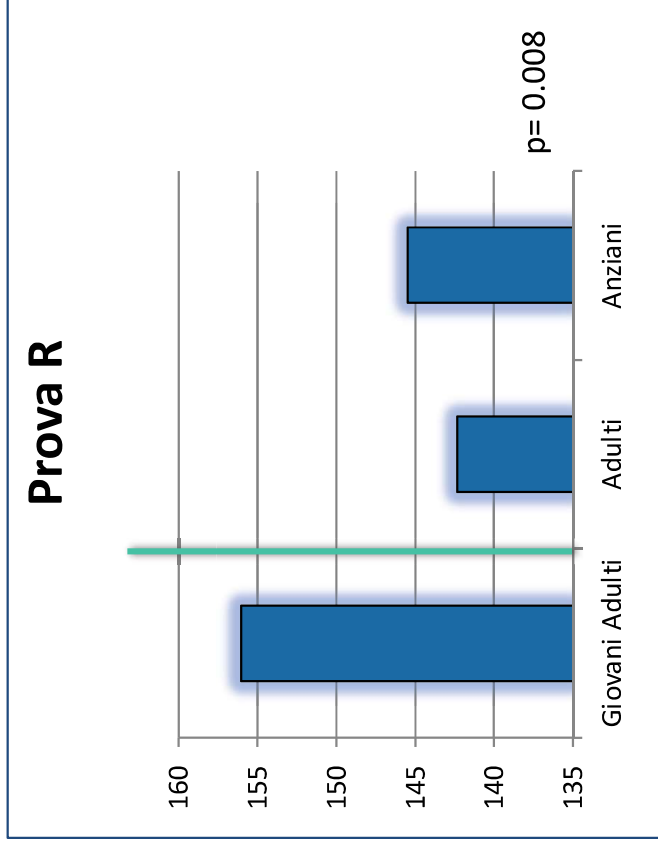
*Scegli una tra le seguenti risposte e indicala con una crocetta:*

- a. Gli stilisti proporrebbero un' unica collezione all'anno.
- b. Ci sarebbero più casi di ustioni ed allergie della pelle.
- c. Caminetti e termosifoni sparirebbero dalle abitazioni.
- d. Andremmo incontro alla siccità.
- e. Le piste da sci avrebbero solo neve artificiale.
- f. Sarebbe abolito il cambio stagionale degli armadi.

# Effetti della variabile demografica Età



# Effetti della variabile demografica Età



# Creatività e riserva cognitiva

in collaborazione con Barbara Colombo



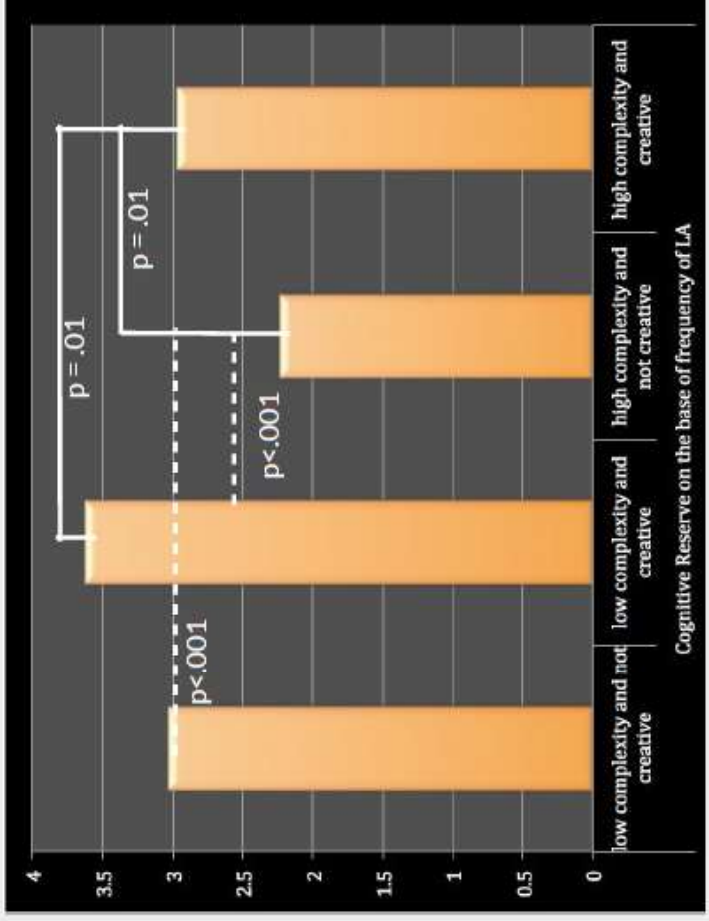
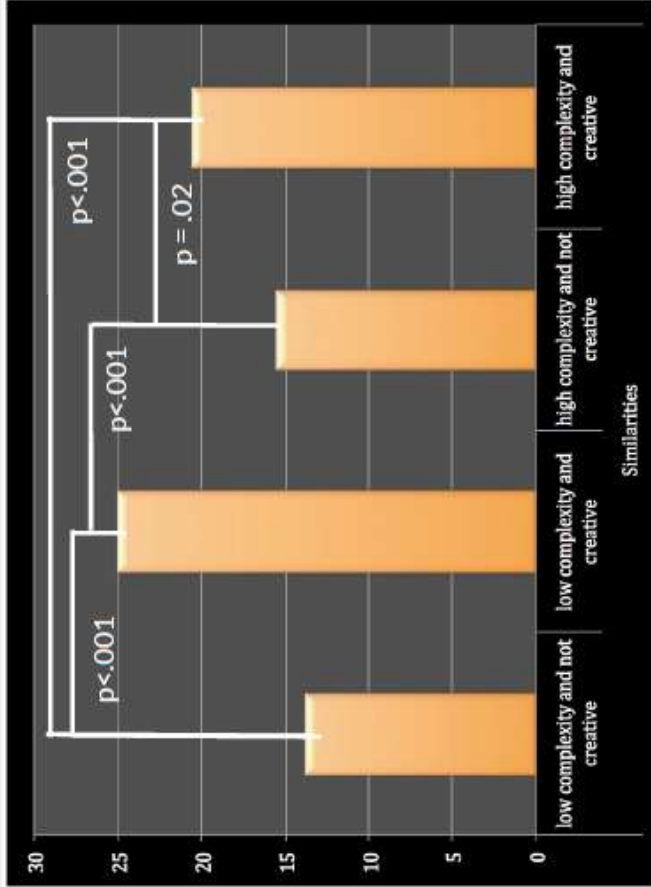
# The Relationships Between Cognitive Reserve and Creativity. A Study on American Aging Population

*Barbara Colombo*<sup>1\*</sup>, *Alessandro Antonietti*<sup>2</sup> and *Brendan Daneau*<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Neuroscience Lab, Champlain College, Burlington, VT, United States, <sup>2</sup> Department of Psychology, Catholic University of the Sacred Heart, Milan, Italy



# Effects of Creative Activities on CR



Acronym	<i>b</i>	<i>SEb</i>	$\beta$
Fluidity			
Constant	-15.30	2.77	
Similarities	.49	.08	.53***
Digital Span 1	.26	.21	.09
Digital Span 2	-.30	.17	-.12
Vocabulary	.13	.07	.22
Years of Education	.05	.15	.03
Frequency of Leisure Activities	3.76	.50	.45***

$R^2 = .78; p < .001$   
 \*\*\*  $p < .001$

Acronym	<i>b</i>	<i>SEb</i>	$\beta$
Originality			
Constant	-18.35	2.11	
Similarities	.45	.06	.49***
Digital Span 1	.45	.16	.15**
Digital Span 2	-.45	.13	-.18**
Vocabulary	.21	.06	.36***
Years of Education	.00	.11	.00
Frequency of Leisure Activities	3.55	.38	.43***

$R^2 = .87; p < .001$   
 \*\*  $p < .01$ ; \*\*\*  $p < .001$

Acronym	<i>b</i>	<i>SEb</i>	$\beta$
Fluidity			
Constant	-2.37	2.67	
Similarities	.15	.08	.17
Digital Span 1	-.98	.20	-.34***
Digital Span 2	.23	.16	.10
Vocabulary	.25	.07	.44**
Years of Education	.48	.14	.29**
Frequency of Leisure Activities	1.09	.49	.14*

$R^2 = .77; p < .001$   
 \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*\*\*  $p < .001$

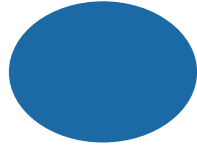
Acronym	<i>b</i>	<i>SEb</i>	$\beta$
Originality			
Constant	-5.59	2.98	
Similarities	.37	.09	.45***
Digital Span 1	-.46	.22	-.73*
Digital Span 2	.01	.18	.01
Vocabulary	.12	.08	.22
Years of Education	.29	.16	.19
Frequency of Leisure Activities	1.40	.55	.19**

$R^2 = .67; p < .001$   
 \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*\*\*  $p < .001$

# Creatività e benessere

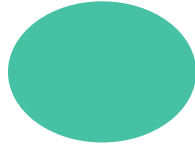
in collaborazione con Francesca Nannini

# *Campione*



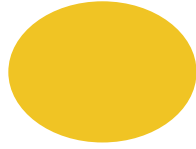
## **Soggetti anziani**

17 in totale, 6 maschi e 11 femmine.



## **Età**

Tra i 69 e i 96 anni.



## **Punteggio MMSE**

Equivalente o superiore a 24.

# Strumenti

- ◆ Per valutare gli atteggiamenti creativi è stata applicata la versione per adulti del test ACR (Andolfi e Antonietti, 2013).
- ◆ Per misurare la soddisfazione per la vita dei soggetti è stata applicata la *Satisfaction With Life Scale (SWLS)* (Ed Diener e colleghi, 1985).
  - Strumento composto da 5 brevi items che misura la componente cognitiva del benessere nelle persone attraverso una scala Likert a 7 passi.
  - I soggetti considerano gli ambiti della propri vita rispetto ai valori e criteri personali.

# Risultati

	SWLtot
Atot	.080
Coefficiente di correlazione	.384
Sign. (a una coda)	
Ctot	.460
Coefficiente di correlazione	.042
Sign. (a una coda)	
Rtot	.432
Coefficiente di correlazione	.054
Sign. (a una coda)	
ACRtot	.284
Coefficiente di correlazione	.163
Sign. (a una coda)	

# Umorismo e creatività nell'invecchiamento

prospettive teoriche e contributo sperimentale

in collaborazione con Carlo Cristini, Paola Iannello, Ilaria  
Montanari e Aurora Zambelli

# Obiettivi e ipotesi di ricerca

Dal punto di vista fisico l'**umorismo** incrementa la secrezione di catecolamine e endorfine, diminuendo anche la produzione di cortisolo e abbassando il tasso di sedimentazione. Tutto ciò comporta una stimolazione della risposta immunitaria.

Dal punto di vista **psicologico**, lo sviluppo dell'umorismo in chiave positiva è stato associato a una buona percezione di sé, all'**autocontrollo** e alla capacità di gestire le sfide che si incontrano nell'arco della vita (Kuiper e Martin, 2004).

Partendo da queste premesse, è stato svolto uno studio che ha coinvolto un campione di 245 persone fra i 60 e i 96 anni, presso:

- il centro diurno e RSA dell'Istituto Geriatrico C. Golgi di Abbiategrosso;
- l'RSA Casa di Industria e Villa Elisa a Brescia, e la Fondazione Piera, Pietro e Giovanni Ferrero di Cuneo;
- l'università della terza età di Milano: Universalia 3, Istituto S. Allende di Paderno Dugnano e UTE di Sesto S. Giovanni;
- Obiettivi della ricerca:

1. indagare le influenze di genere, età e istruzione sulla creatività;
2. indagare le relazioni tra creatività e umorismo.



I partecipanti sono stati invitati a compilare l'Abbreviated Torrance Test for Adults (ATTA) sulla creatività e lo Humor Style Questionnaire (HSQ).

L'ipotesi di ricerca prevede che:

- le **variabili demografiche non** correlino significativamente con i punteggi di creatività, conformemente a quanto affermato dalla letteratura;
- si verifichi una correlazione positiva tra l'**indice di creatività generale (creativity index)** e **umorismo**;
- si presenti una correlazione positiva significativa tra **creatività** e **gli stili umoristici positivi (affiliativo e auto-rinforzativo)**.

# Abbreviated Torrance Test for Adults (ATTA)

(Goff & Torrance, 2002)

È una versione abbreviata dei famosi Torrance Tests of Creative Thinking (TTCT), creati appositamente per l'uso con gli adulti.

Questo strumento è formato da una prova verbale e due prove figurali:

- nella prova verbale viene posta una domanda a cui il soggetto è invitato a rispondere, nel modo più creativo possibile.

In tale prova si misura:

- la ricchezza e coloritura delle immagini
- le emozioni / sentimenti
- l'orientamento futuro
- l'umorismo: incongruità concettuale
- le domande e/o risposte provocatorie

# ATTIVITÀ 1

Supponga di poter camminare in aria o di poter volare senza essere in un aeroplano o in un veicolo simile.

Che problemi potrebbe creare questa cosa? Ne elenchi il maggior numero possibile.



---

---

---

---

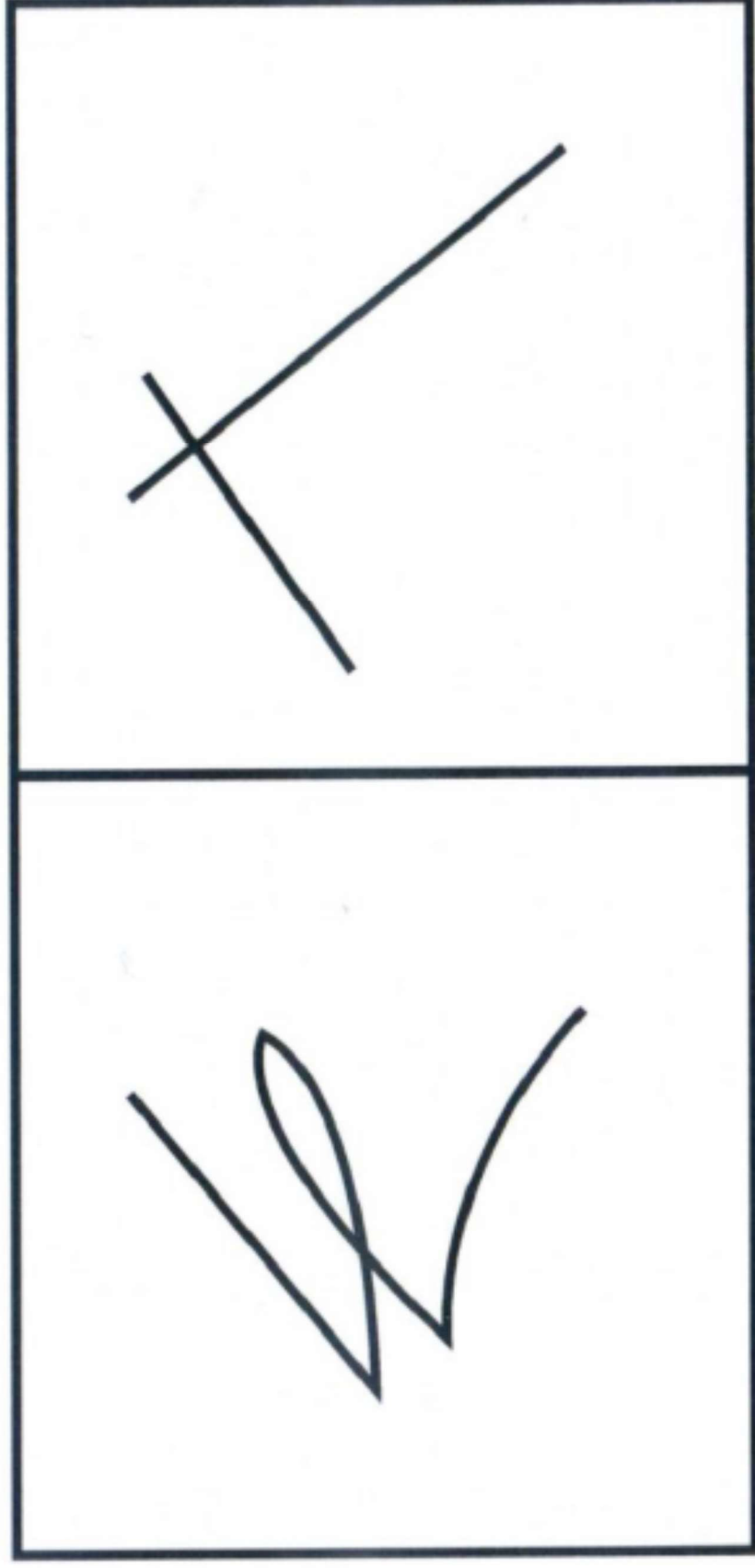
Nelle due prove figurali viene chiesto di creare delle immagini partendo da alcune figure incomplete e aggiungere un «titolo» a ciò che si è prodotto

In tali prove si valuta:

- l'apertura (resistenza alla chiusura prematura);
- la visualizzazione insolita, Differente Prospettiva;
- il movimento e / o suono;
- la ricchezza e / o coloritura delle immagini;
- l'astrattezza dei titoli;
- il contesto (ambiente per oggetti, articolazione nel raccontare storie;
- la combinazione / sintesi di due o più figure;
- la prospettiva visiva interna;
- l'espressione di sentimenti ed emozioni;
- la fantasia.

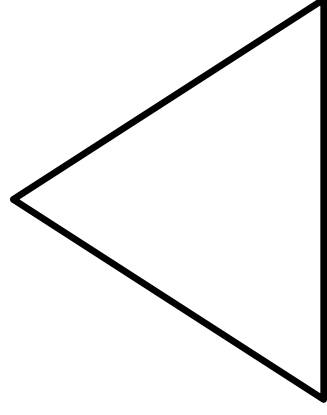
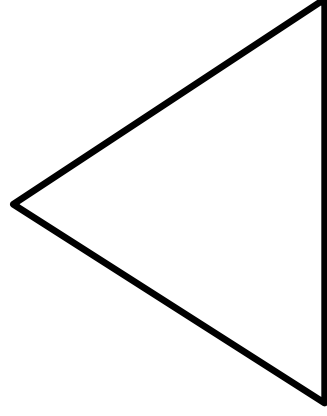
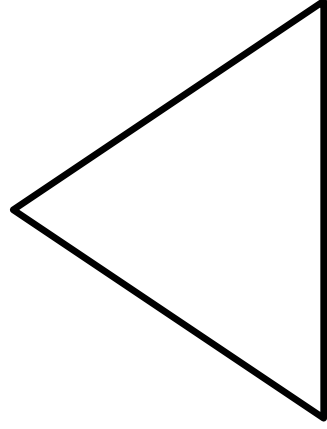
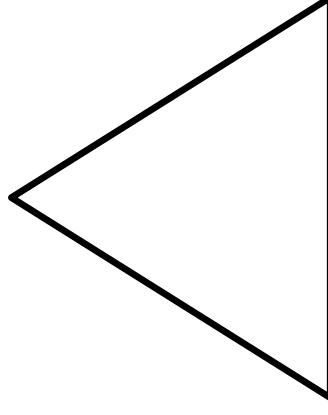
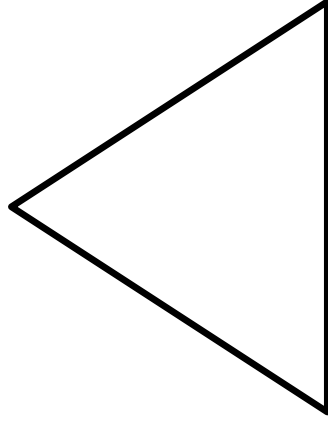
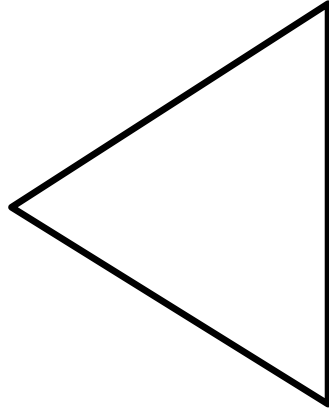
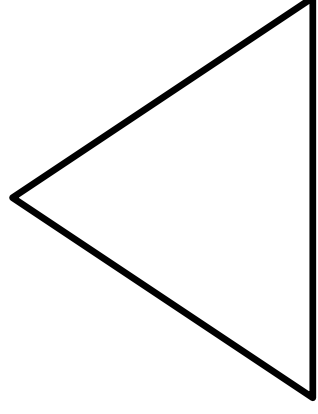
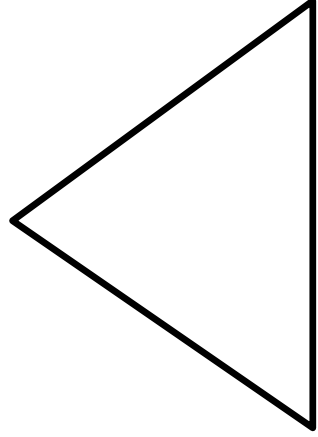
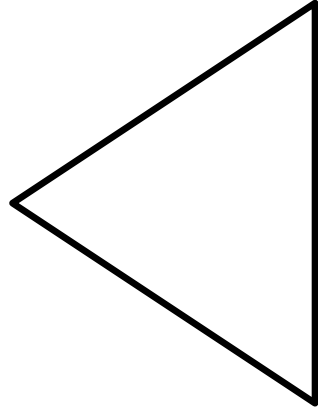
## ATTIVITÀ 2

Usi le figure incomplete qui sotto per creare delle immagini.  
Cerchi di disegnare immagini originali. I suoi disegni devono rappresentare una storia il più possibile completa e interessante.  
Dia a ogni immagine un titolo.



## ATTIVITÀ 3

Pensi e disegni quanti più oggetti o immagini riesci a creare a partire dai triangoli qui sotto, come ha fatto con le figure incomplete. Dia un titolo a ogni immagine.



Le attività proposte indagano i seguenti quattro aspetti:

- **Fluidità** → capacità di produrre numerose idee a partire da una situazione data o in riferimento a un problema;
- **Flessibilità** → abilità di passare agilmente da una categoria di idee ad un'altra, cambiando strategia ideativa;
- **Originalità** → capacità di trovare risposte insolite, ovvero risposte che generalmente altre persone non forniscono;
- **Elaborazione** → abilità della persona di sviluppare, arricchire ed elaborare le idee; in altre parole il numero di dettagli all'interno di ogni risposta.

**Creativity index:** creatività generale

# Alcuni esempi...

## Attività 1

Fa Fraddo

Devo stare a Hente agli stormi di ucelli

Coma far rispettare la precedenza agli zeri?

Devo evitare le nuvole se voglio camminare senza problemi

Mi sento un po' sola.

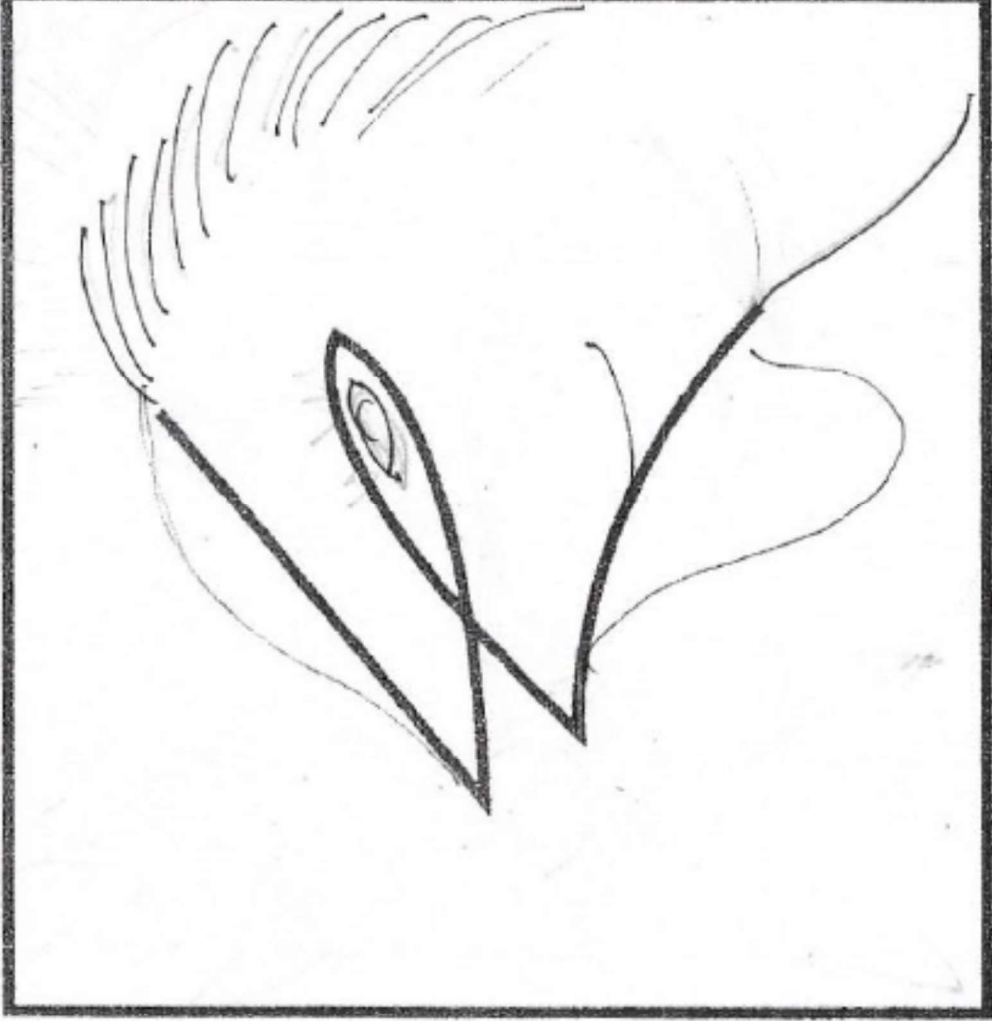
Come faccio a tornare a terra?

Speriamo che dal basso (da terra) non mi credano un UFO ostile

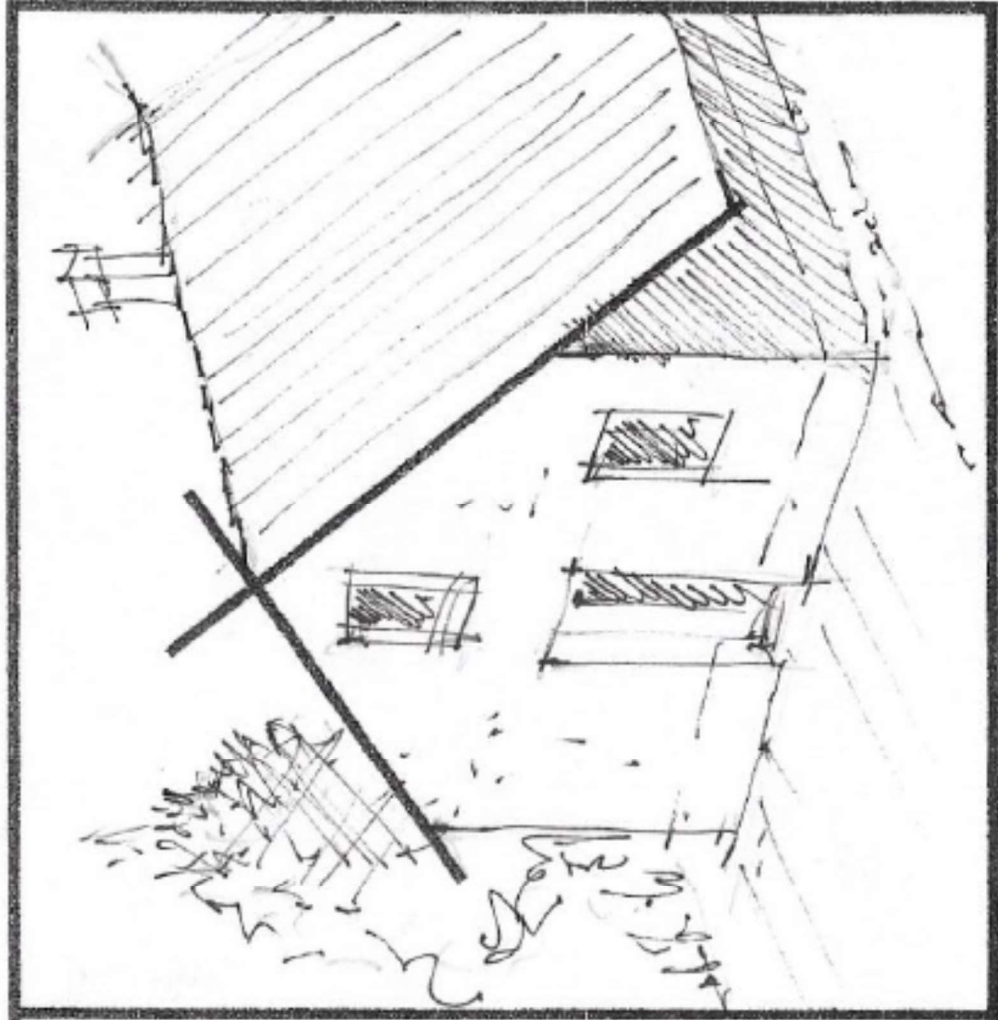


## Attività 2

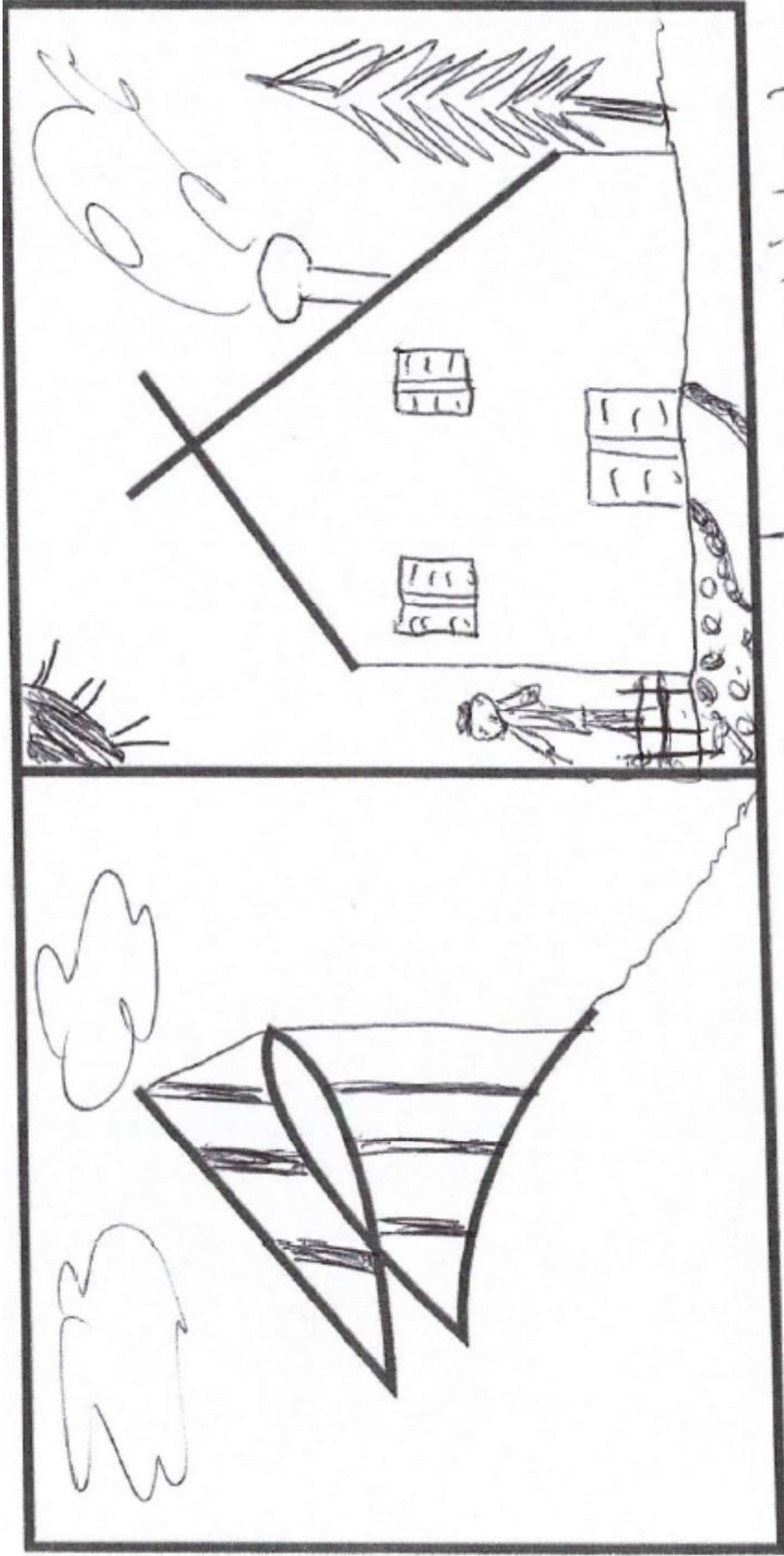
PERSONAGGIO DA CORTONE ANIMATO



LA CASA DI CASPARIANA



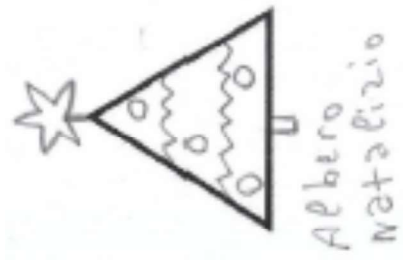
Attività 2



Casa dove abita bambino  
che fa volare l'aquilone.

Aquilone in cielo.

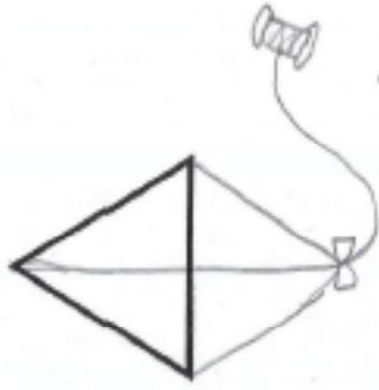
# Attività 3



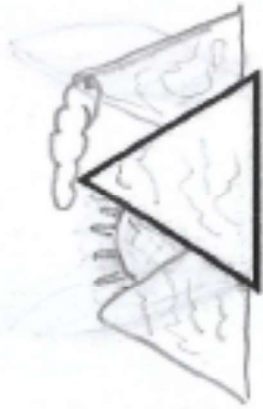
Albero  
Natale



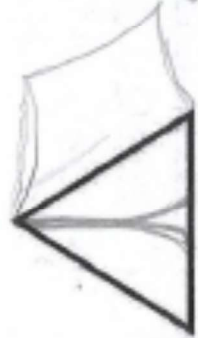
Piramide  
nel deserto



Aquilone in volo



Paesaggio  
Aereo



Campetto con  
tenda



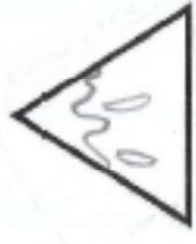
Allineamento  
Biglie



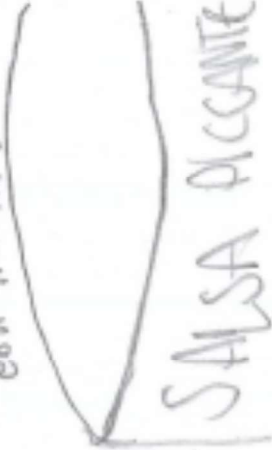
Accompagnamento  
Musicale



Garra con Frece



Spuntino  
con NACHOS



SALSA PICCANTE

# Humor Style Questionnaire (HSQ)

Martin et al. (2003)

È un questionario sull'umorismo che individua 4 stili umoristici:

- **umorismo affiliativo (UAF):** valuta la tendenza a esprimere fatti divertenti ad altri e a utilizzare la propria simpatia nelle relazioni sociali;
- **umorismo auto-rinforzativo (URI):** valuta la tendenza a essere divertiti dalle incongruenze della vita e a mantenere una prospettiva umoristica anche di fronte alle avversità;
- **umorismo aggressivo (UAG):** valuta l'utilizzo di sarcasmo, della derisione, la tendenza a ridicolizzare gli altri e include l'uso dell'umorismo come strategia per manipolare le altre persone.
- **umorismo auto-svalutativo (USV):** misura la tendenza di una persona a far ridere gli altri mettendosi in ridicolo/deridendo le proprie caratteristiche.

1. Solitamente non rido e non scherzo molto con le persone che mi stanno attorno. (UAF)\*
2. Se mi sento depresso, riesco a tirarmi su di morale attraverso l'umorismo. (USI)
3. Se qualcuno compie un errore, mi prendo spesso gioco di lui. (UAG)
4. Lascio che le persone ridano o si prendano gioco di me più di quanto dovrei (USV)
5. Non devo faticare molto per far ridere le persone. Appaio come una persona dotata di senso dell'umorismo. (UAF)
6. Anche quando sono da solo, sono spesso divertito dall'assurdità della vita. (URI)

7. Le persone non si sentono mai offese o ferite dal mio senso dell'umorismo. (UAG)\*
8. Lascio spesso che si prendano gioco di me se ciò fa ridere la mia famiglia o i miei amici. (USV)
9. Raramente faccio ridere le altre persone raccontando loro storie divertenti sul mio conto. (UAF)\*
10. Se mi sento triste o infelice cerco di pensare a qualcosa di divertente riguardo quella situazione per farmi sentire meglio. (URI)
11. Quando faccio scherzi o racconto storie divertenti, solitamente non sono molto interessato a come le altre persone possano prenderla. (UAG)
12. Spesso cerco di piacere o farmi accettare dalle altre persone raccontando qualcosa di divertente sulle mie debolezze, errori o fallimenti. (UAF)

# CREATIVITÀ e UMORISMO

- A livello affettivo: permettono e facilitano le relazioni stabili e positive, l'equilibrio affettivo e il benessere psico-fisico; aiutano a sdrammatizzare le tensioni e i conflitti, riducendo le frustrazioni e l'aggressività, incanalata in modo alternativo, evitando di trasformarsi in malessere; producono gioia e serenità.
  - A livello cognitivo: favoriscono l'agilità mentale, la consapevolezza e il senso critico.
- «La risata, lo humor, l'autoironia, la capacità di cogliere il lato comico delle cose: **ecco l'arte più preziosa da coltivare**. Non per sfuggire dai problemi, non per nascondere lo sporco sotto il tappeto, ma anzi per tirarlo fuori» (Ferrario, 2016)



CI e CL correlano positivamente con la sotto-scala di umorismo affiliativo (rispettivamente,  $\rho = .202$ ,  $p < .01$  e  $\rho = .174$ ,  $p < .01$ ).

ETA': i due indici di creatività correlano significativamente con l'umorismo affiliativo (CI:  $\rho = .202$ ,  $p = .003$ , CL:  $\rho = .174$ ,  $p = .008$ ) nel sotto-campione degli anziani entro i 75 anni di età mentre in quello superiore ai 75 anni si registrano correlazioni negative significative tra gli indici di creatività e l'umorismo aggressivo (CI:  $\rho = -.181$ ,  $p < .05$ ; CL:  $\rho = -.175$ ,  $p < .05$ ).

Correlazioni significative tra gli indici di creatività e l'umorismo affiliativo si registrano in coloro che praticano/hanno praticato professioni manuali (CI:  $\rho = .284$ ,  $p < .01$ ; CL:  $\rho = .256$ ,  $p < .01$ ) ma non nelle professioni intellettuali, ove risulta significativa la correlazione negativa tra CI e umorismo aggressivo ( $\rho = -.183$ ,  $p < .05$ ).

Il *pattern* di correlazioni significative osservato nell'intero campione si ritrova nel sotto-campione di anziani con MMSE  $> 26$  (CI:  $\rho = .203$ ,  $p < .05$ ; CL:  $\rho = .187$ ,  $p < .05$ ) ma non in quello di soggetti con MMSE  $\leq 26$ , ove nessuna correlazione è significativa.



# Sviluppare la creatività nell'anziano

in collaborazione con Valentina Rita Andolfi  
Giuseppe Iannocari, Nicoletta Porcu, Sabrina  
Rago, Chiara Valenti

## LA SOFFITTA DEI MISTERI



La grande casa di campagna era disabitata ormai da tanti anni: la polvere aveva ricoperto i mobili e nessuno osava più entrare.

Nessuno, tranne Ludovica e Gaetano: i due ragazzi amavano l'avventura e non vedevano l'ora di scoprire quali segreti si celassero tra le pareti che un tempo avevano ospitato la loro nonna. Parcheggiarono le biciclette ed entrarono.

Dopo aver dato un'occhiata in giro la loro attenzione venne catturata da una piccola botola proprio sopra le loro teste...

“Una soffitta!” esclamò Ludovica “dai, Gaetano, proviamo ad aprirla!”

Tirarono la grossa maniglia, ma, ovviamente, la botola era chiusa.

“Oh, no!” esclamò Ludovica “e ora cosa possiamo fare?” Si girò verso il fratello che con aria interrogativa si stava guardando in giro alla ricerca di qualche oggetto che fosse loro utile allo scopo...

“So io chi ci vorrebbe qui! Se fosse con noi avrebbe già trovato il modo di aprire la botola!”

A chi ha pensato Gaetano? Ha pensato proprio a te che stai leggendo!

# Studio 1

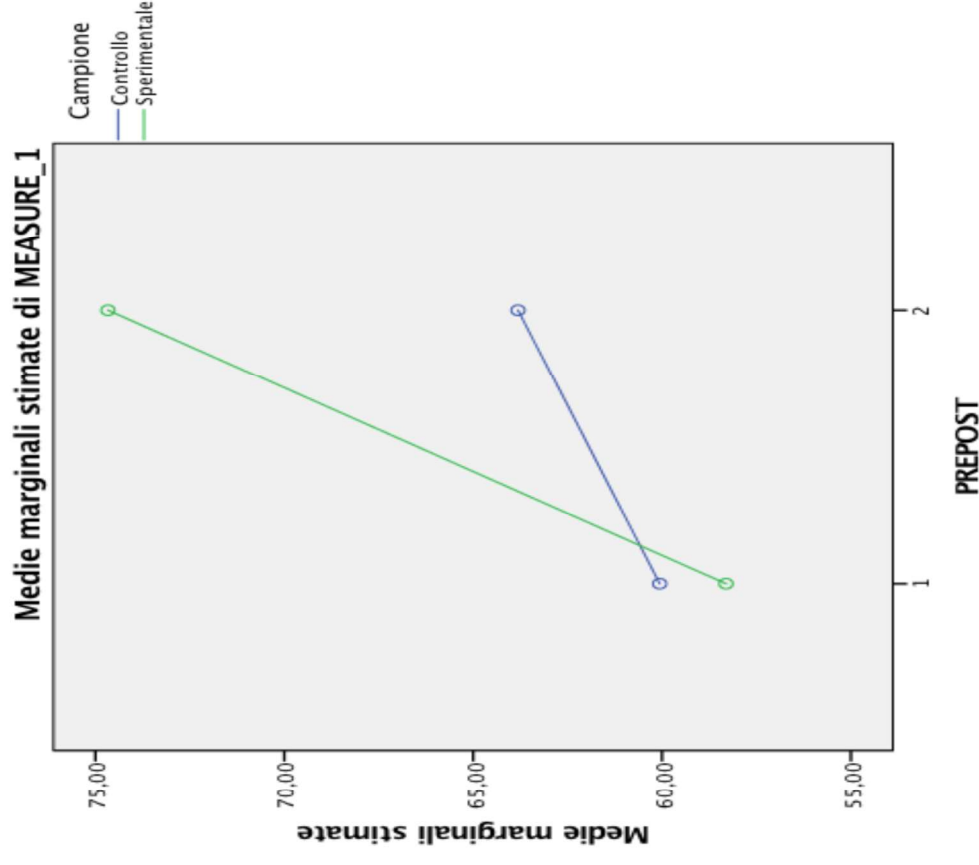
# Campione

N = 41 soggetti (33 sperimentali; 8 controlli)

	Gruppo sperimentale	Gruppo di controllo	
<b>Età</b>	M	59,63	F (1 33) = 1,56; p = 0,221
	DS	8,782	
<b>Genere</b>	Maschio	75,0%	X <sup>2</sup> (1; N=34) = 4,94; p = 0,026
	Femmina	25,0%	
<b>Scolarità</b>	Licenza media	12,5%	X <sup>2</sup> (2; N=34) = 1,90; p = 0,387
	Diploma superiori	75,0%	
	Laurea	12,5%	
<b>Stato civile</b>	Single	33,3%	X <sup>2</sup> (1; N=21) = 0,18; p = 0,676
	Coniugato/a	66,7%	
<b>Professione</b>	Casalinga/pensionato	33,3%	X <sup>2</sup> (2; N=21) = 1,48; p = 0,476
	Lavoro dipendente	33,3%	
	Lavoro autonomo	33,3%	

# Risultati

	Campione	N	Media	Deviazione std.
<b>Pre</b>	Controllo	8	60,0625	13,85753
	Sperimentale	18	58,3056	13,45705
	Totale	26	58,8462	13,32649
<b>Post</b>	Controllo	8	63,8125	18,16578
	Sperimentale	18	74,6667	17,96320
	Totale	26	71,3269	18,38257
<b>Effetto</b>	F(1 24)	p		
<b>Fase</b>	11,03	0,003		
<b>Gruppo</b>	0,56	0,461		
<b>Fase X Gruppo</b>	4,34	0,048		



Le informazioni raccolte dall'osservazione del comportamento e dall'ascolto delle opinioni dei partecipanti riguardano:

*Gradimento*

Apprezzamento positivo verso il training in generale e verso le attività

*Interesse*

Viene riconosciuta l'importanza del progetto a fronte della percezione di decadimento delle proprie abilità cognitive

Coinvolgimento e interesse per le attività proposte

*Motivazione*

Impegno nell'esecuzione degli esercizi

Tutti i partecipanti hanno svolto gli esercizi per casa

## *Punti di forza*

- Efficacia del training e accoglienza positiva.
- Il gruppo stimola la riflessione, una maggiore capacità critica e il confronto tra i membri.

## *Criticità*

- Scarsa numerosità del campione.
- Somministrazione a tutti i partecipanti della versione A del test nella fase pre e della versione B del test nella fase post.
- Assegnazione non casuale alle condizioni dello studio.
- Narrazione a volte percepita come molto impegnativa.

# Studio 2



34 partecipanti: 24 soggetti sperimentali (di cui 19 donne) e 10 controlli (di cui nessun uomo)

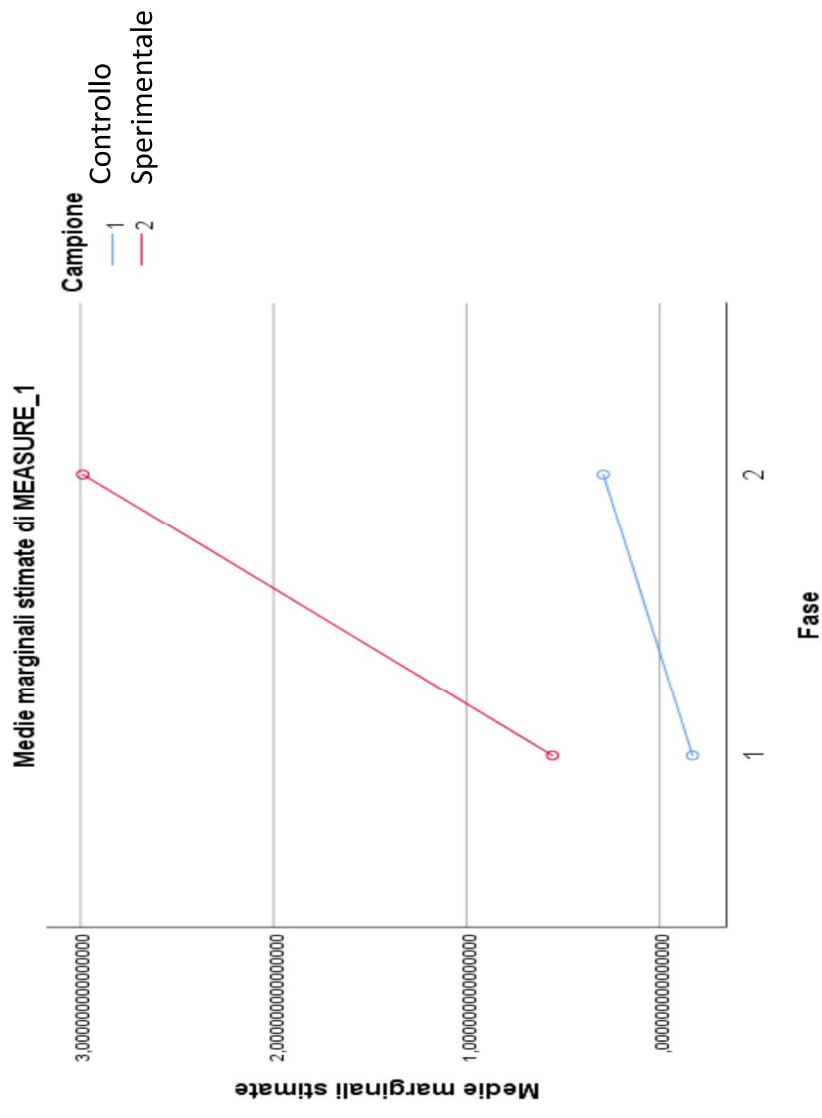
Selezionamento e reclutamento su base volontaria all'interno del bacino di utenza dell'associazione Assomensana e dei suoi affiliati;

Criterio di esclusione: età < 55 anni e presenza di deterioramento cognitivo.



	<b>Campione</b>	<b>Media</b>	<b>Deviazione std.</b>
<b>Pre</b>	Sperimentale	-0,2	0,9380
	Controllo	0,6	0,7965
	Totale	0,1	0,9448
<b>Post</b>	Sperimentale	0,3	1,6910
	Controllo	3	1,6985
	Totale	1,2	2,1135

<b>Effetto</b>	<b>F(1 27)</b>	<b>p</b>
<b>Fase</b>	39,93	<0,001
<b>Campione</b>	12,88	0,001
<b>Fase X Campione</b>	18,51	<0,001



# Sviluppare la creatività nella riabilitazione

in collaborazione con Laura Colautti

e

Maria Luisa Rusconi e Matteo Sozzi

# Perché il pensiero flessibile nella riabilitazione dell'anziano?

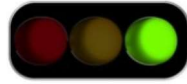
- Con l'avanzare dell'età aumentano le richieste da parte dell'ambiente, mentre diminuisce la flessibilità di pensiero, se non propriamente stimolata.
- La flessibilità di pensiero è fondamentale per la risoluzione di problemi e di piccoli ostacoli della vita quotidiana.
- La creatività risulta essere presente e potenziabile nell'anziano, sia sano che con patologie.
- Vi è la possibilità di sviluppare il pensiero flessibile per aiutare l'anziano con problematiche neurologiche a far fronte in modo funzionale alle richieste dell'ambiente, migliorandone la capacità di adattamento.

# Obiettivi

Attraverso esercizi strutturati di diversa natura e complessità, sia di tipo cartaceo che computerizzato, ci si propone di:

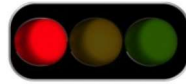
- potenziare la flessibilità di pensiero e le capacità di problem solving (ed indagarne gli effetti sul piano cognitivo e comportamentale);
- valutare un possibile recupero del deficit neurologico conseguente a lesioni cerebrali;
- analizzare gli effetti dell'intervento sulla qualità della vita e sul benessere psicologico del paziente;
- analizzare gli effetti dell'intervento sul pensiero creativo.

# Criteri



## **Criteri di inclusione:**

- esiti di ictus cerebrali (sia ischemici che emorragici);
- età superiore ai 50 anni;
- distanza dall'evento acuto superiore a 20 giorni;
- punteggio MMSE  $\geq 22/30$ ;
- stabilità del quadro clinico.



## **Criteri di esclusione:**

- negazione del consenso informato da parte del paziente;
- presenza di malattie oncologiche e/o psichiatriche in atto;
- presenza di deficit focali (afasia, neglect).

# Il training



Disponibile su  
[www.amazon.it](http://www.amazon.it)

# Struttura del training 1/2

- 20 sedute individuali, di circa 60 minuti ciascuna, a cadenza trisettimanale
- Suddivisione in 5 aree tematiche, individuate con gli operatori secondo le esigenze dei destinatari:
  1. **gestire l'attesa** rispetto al voler fare qualcosa/riuscire ad **attendere la risposta** di persone competenti;
  2. **fronteggiare la rottura di un oggetto** necessario per un'attività;
  3. **gestire un'interazione necessaria** con persone indesiderate;
  4. **intrattenere un bambino** per un pomeriggio;
  5. **gestire problemi di memoria** attraverso metodi personali.



# Struttura del training 2/2

Ogni area si compone di 5 attività:

1. esercizi prassico-costruttivi;
2. risoluzione di problemi reali in situazioni non convenzionali;
3. riflessione su notizie verosimili e brevi filmati attinenti alla problematica affrontata nell'area tematica di riferimento;
4. parallelismo con problematiche simili (con riferimento al passato e/o al presente);
5. generalizzazione e applicazione all'ambiente domestico di alcune strategie attraverso due *serious games* costruiti *ad hoc* o la proposta di individuare più usi possibili di oggetti quotidiani.

# Esercizi prassico-costruttivi

Flessibilità

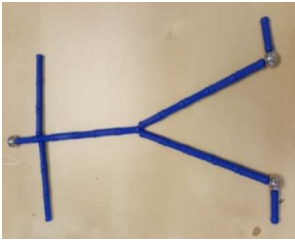
Problem solving

Materiale: cubi di plastica, barrette magnetizzate, lettere, Tangram

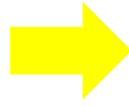
- Consegna 1: nel minor tempo possibile realizzare una costruzione che sia il più alta possibile, utilizzando il materiale a disposizione (tale esercizio viene svolto per 4 volte, con la specifica di non ripetere le costruzioni realizzate precedentemente);
- Consegna 2: nel minor tempo possibile, creare la sagoma di un oggetto utilizzando tutto il materiale a disposizione e rispettando le regole previste (tale esercizio viene svolto per più volte, con la specifica di creare sagome di oggetti appartenenti a categorie diverse da quelle precedentemente realizzate).

Materiale: forme di legno colorate e semisfera cilindrica

- Consegna 1: dopo aver scelto tre pezzi di legno, nel minor tempo possibile porli sulla base semisferica in modo che rimangano in equilibrio. Successivamente viene chiesto di scegliere quattro pezzi, dove al massimo due siano uguali ai precedenti, e viene ripetuta la consegna.
- Consegna 2: quando all'aumentare dei pezzi il paziente fatica a disporli in equilibrio sul semicerchio, si chiede di pensare alle caratteristiche che dovrebbe avere un possibile ulteriore pezzo di legno per non cadere.



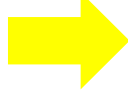
# Scenari basati sul pensiero laterale reale



Trovare molteplici  
soluzioni



Collegare



Cambiare punto  
di vista

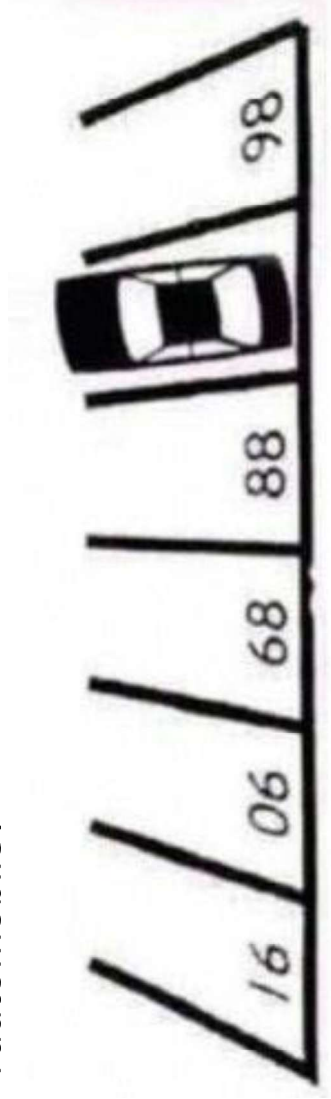
Materiale: situazioni strane o paradossali, ma che possono accadere a determinate condizioni nel mondo reale. Su un foglio oltre alla descrizione della situazione, vengono fornite tutte le informazioni sufficienti per risolvere il problema.

Consegna: dare una spiegazione ragionevole rispetto allo scenario proposto, rispettando tutte le condizioni del testo e le «regole» che governano il mondo in cui viviamo.

# Esempio di scenario

Il parcheggio

In quale numero è parcheggiata l'automobile?



La grande muraglia cinese

Un italiano che non è mai stato in nessun altro paese vede la Grande Muraglia Cinese con i suoi propri occhi.

- non sta guardando una fotografia né un quadro;
- non sta guardando un filmato;
- sta guardando e vedendo la vera Grande Muraglia Cinese;
- non si trova con i piedi in territorio cinese.

Come si spiega?

# Riflessione su notizie e filmati

Tipo di materiale: brevi notizie vere o verosimili e brevi filmati tratti da film noti, della durata massima di 7 minuti.

Consegna 1: per ogni personaggio coinvolto nella situazione letta, immaginare elementi che possono peggiorare/causare situazioni problematiche e cercare più modi per risolvere tali scenari, anche collegandosi ad altri ambiti di vita e alle proprie conoscenze.  
come possono sentirsi gli attori coinvolti? lei come si sentirebbe?

Consegna 2: avendo visto il filmato, quale era il problema e quali le strategie che attuano i protagonisti? sono funzionali alla risoluzione del problema? perché?  
tendendo contro degli elementi a disposizione e di come sono i protagonisti cercare modi alternativi di risolvere la situazione.



# Esempi di notizie

**Attenzione selettiva,  
attenzione sostenuta**



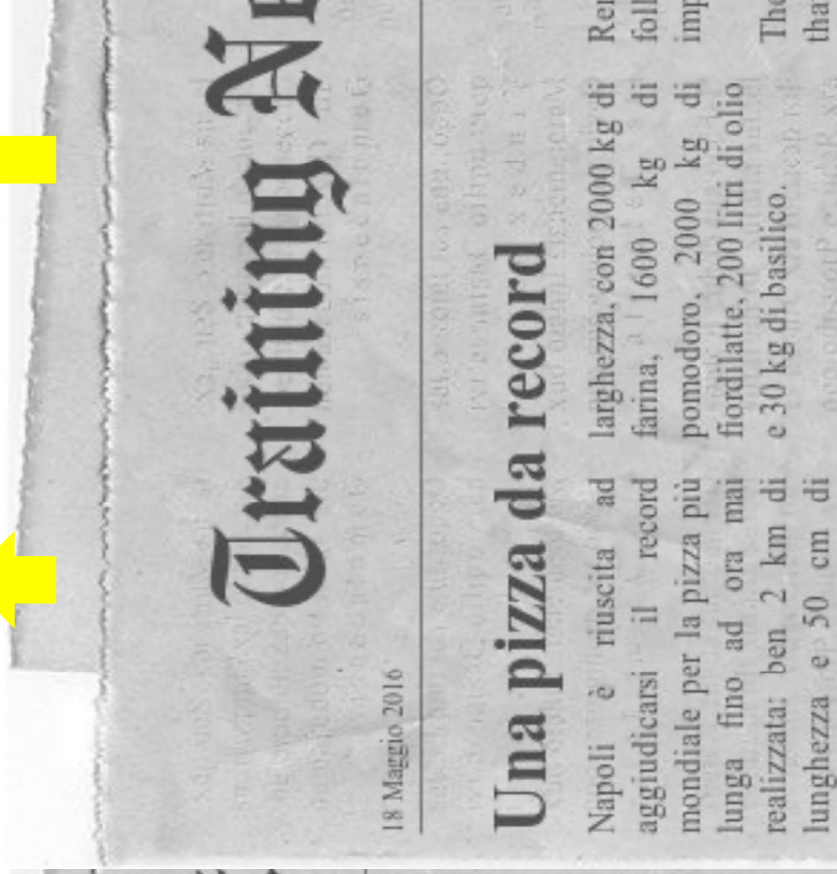
**Trovare molteplici soluzioni**



**Collegare**



**Cambiare punto di  
vista**

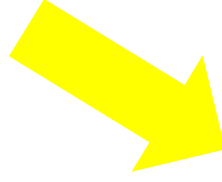


# Riflessione su problematiche simili autobiografiche del paziente

Consegna: rispetto alla problematica vista nella notizia, lei ha vissuto/sta vivendo una situazione simile?

come l'ha affrontata/la sta affrontando?

potrebbe esserle utile applicare qualcuna delle strategie viste insieme per risolverla?



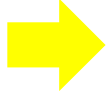
**Memoria episodica**

**Capacità critiche**



# Fluenze d'uso

Collegare,  
Riorganizzare



Flessibilità  
mentale



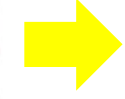
Generalizzazione alla  
vita quotidiana

Tipo di materiale: una parola stimolo rappresentante un oggetto di uso comune  
Consegna: elencare in 90 secondi il maggior numero di modi di utilizzo di un oggetto, includendo sia i più banali sia quelli più inusuali.

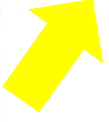
Esempi di parole stimolo:	Sacchetto di carta	Spugna
	Scarpa con il tacco	Calza
	Matita	Scorza di arancia intera
	Telefonino	Orecchino
	Sedia	Palloncino gonfiabile
	Forbici	Coperchio di pentola
	Filo da stendibiancheria	Bottiglia d'acqua

# Serious games

Collegare,  
Riorganizzare



Problem solving





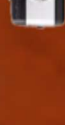






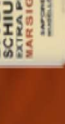
Generalizzazione alla  
vita quotidiana

Tipo di materiale: due serious games costruiti ad hoc e presentati su tablet o computer. Sono uguali nella logica dell'esercizio e nel livello di difficoltà, ma differenti negli oggetti e nel motivo per cui viene fatta tale lista (nel primo → gita in giornata al lago, nel secondo → piccola festa in casa).

Consegna: data una lista, si chiede di individuare 10 oggetti fra 16 proposti: 4 sono presenti come richiesti e 6 sono da trovare tra oggetti usati solitamente per altri scopi ma che possono sostituire quelli in lista, gli altri 6 sono oggetti distrattori.

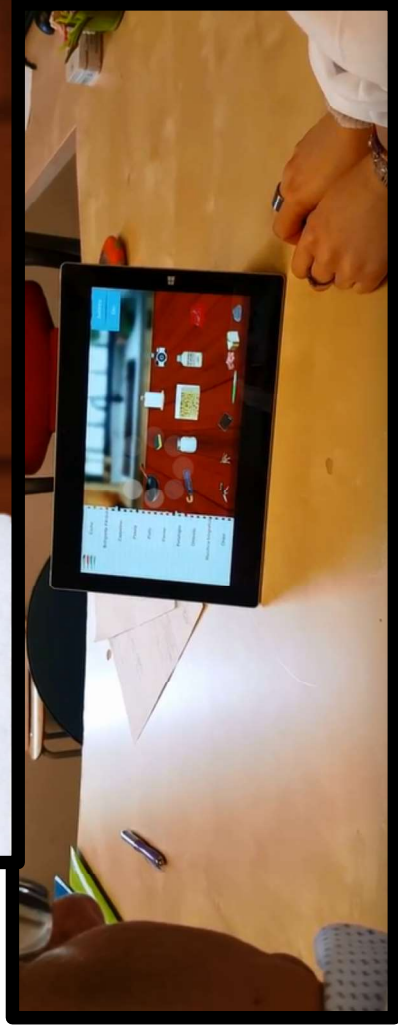
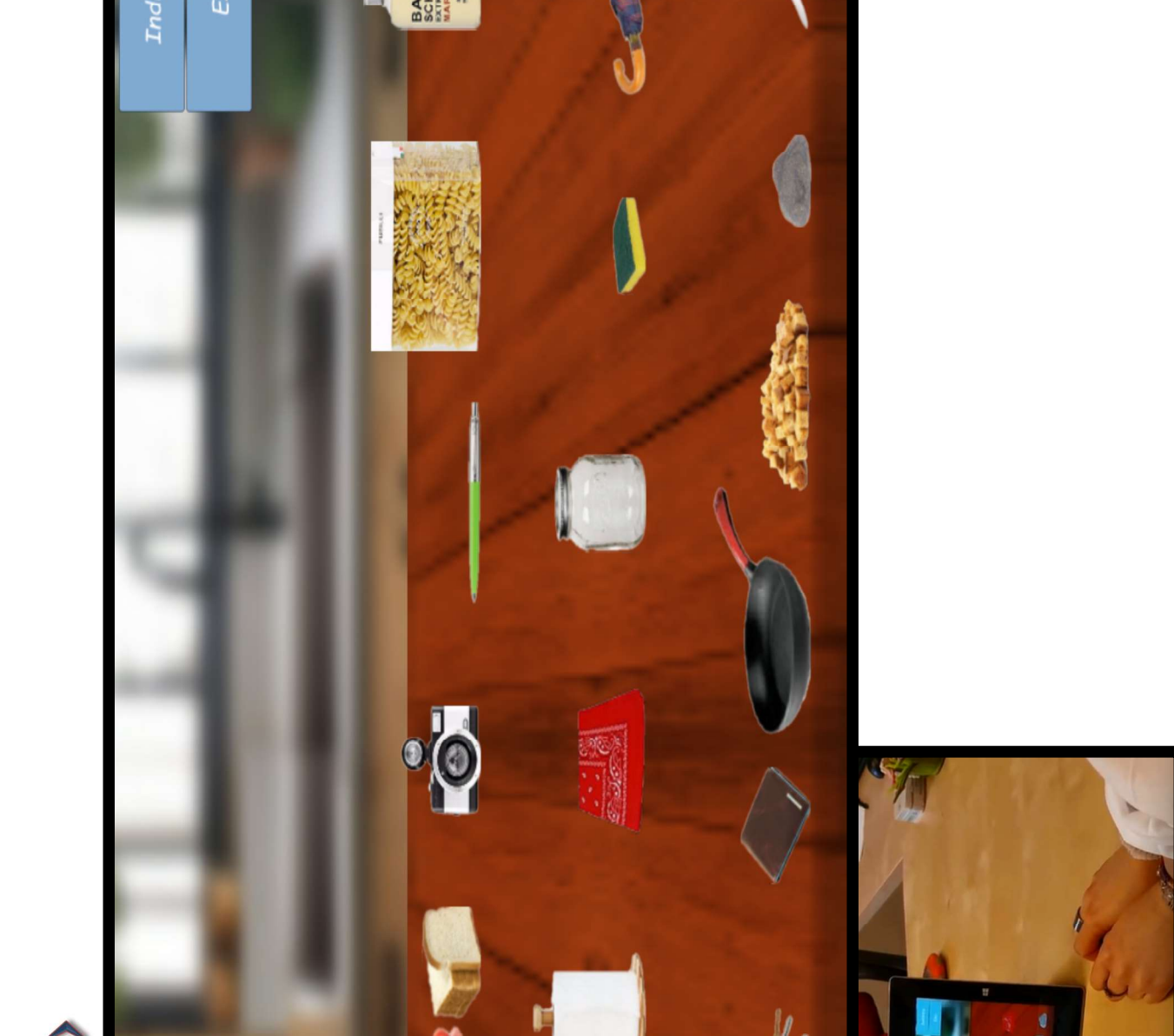
Vi è inoltre la possibilità di salvare i dati relativi alla performance dell'utente nella risoluzione dei giochi: *tempo impiegato*, *errori fatti*, quante volte e quali livelli di *facilitazioni* sono stati richiesti per ciascun oggetto, *ordine* in cui si è cliccato sugli oggetti, al fine di capire se si è fatto uso di qualche strategia compito.

# Scenario «Gita»















Esche	
Bottiglietta d'acqua	
Cappellino	
Posate	
Piatto	
Panino	
Portafoglio	
Ombrello	
Macchina fotografica	
Chiavi	

Indietro

Esci



# Scenario «Festa»

Scotch					
Forbici					
Pennarello					
Pinzatrice					
Carta regalo					
Vaso per fiori					
Cesta per pane					
Portatovaglioli					
Soitopentola					
Portacandela					

Indietro

Esci



# I pazienti

**N= 6**

ID	Genere	Età	Anni scolarità	Stato civile	Professione	Tipo di evento morboso	Anno dell'evento
MC	Maschio	56	13	Sposato	Impiegato bancario	Ictus ischemico talamico sx	2015
LM	Maschio	73	8	Sposato	Pensionato (ex perito tecnico)	Ictus ischemico occipitale sx	2015
GS	Maschio	65	8	Sposato	Pensionato (ex ausiliare tecnico amministrativo)	Emorragia intraparenchimale talamo-capsulare sx	2011
GC	Maschio	58	13	Sposato	Quadro dirigente bancario	Vasculopatia dei tronchi sopraortici	2016
MB	Maschio	53	17	Sposato	Ingegnere elettrico	Cerebropatia post-anossica	2015
PC	Femmina	56	8	Sposata	Ristoratrice	Emorragia subaracnoidea dx	2011

Tutti i pazienti sono stati reclutati presso la Casa di Cura Privata del Policlinico di Milano (degenza ordinaria e ambulatorio SSN).



# Risultati qualitativi 1

I pazienti che hanno partecipato a tutte le sedute previste riferiscono di:

- tollerare 60 minuti di trattamento, senza mostrare particolari segni di affaticamento, stanchezza o noia.
- venire in ambulatorio motivati ed interessati.
- alla fine dell'ora di trattamento di sentirsi bene, di essere soddisfatti e di sentirsi stimolati ad usare una modalità per riflettere sui problemi che solitamente non usano.
- aver incrementato la percezione di competenza in merito alla risoluzione di problemi quotidiani (maggiore sicurezza nell'affrontare gli ostacoli, analisi della situazione in modo più ordinato e razionale, maggior facilità nell'acquisizione di una visione di insieme, aumentata autoconsapevolezza del proprio modo di agire, voglia di mettersi in gioco).

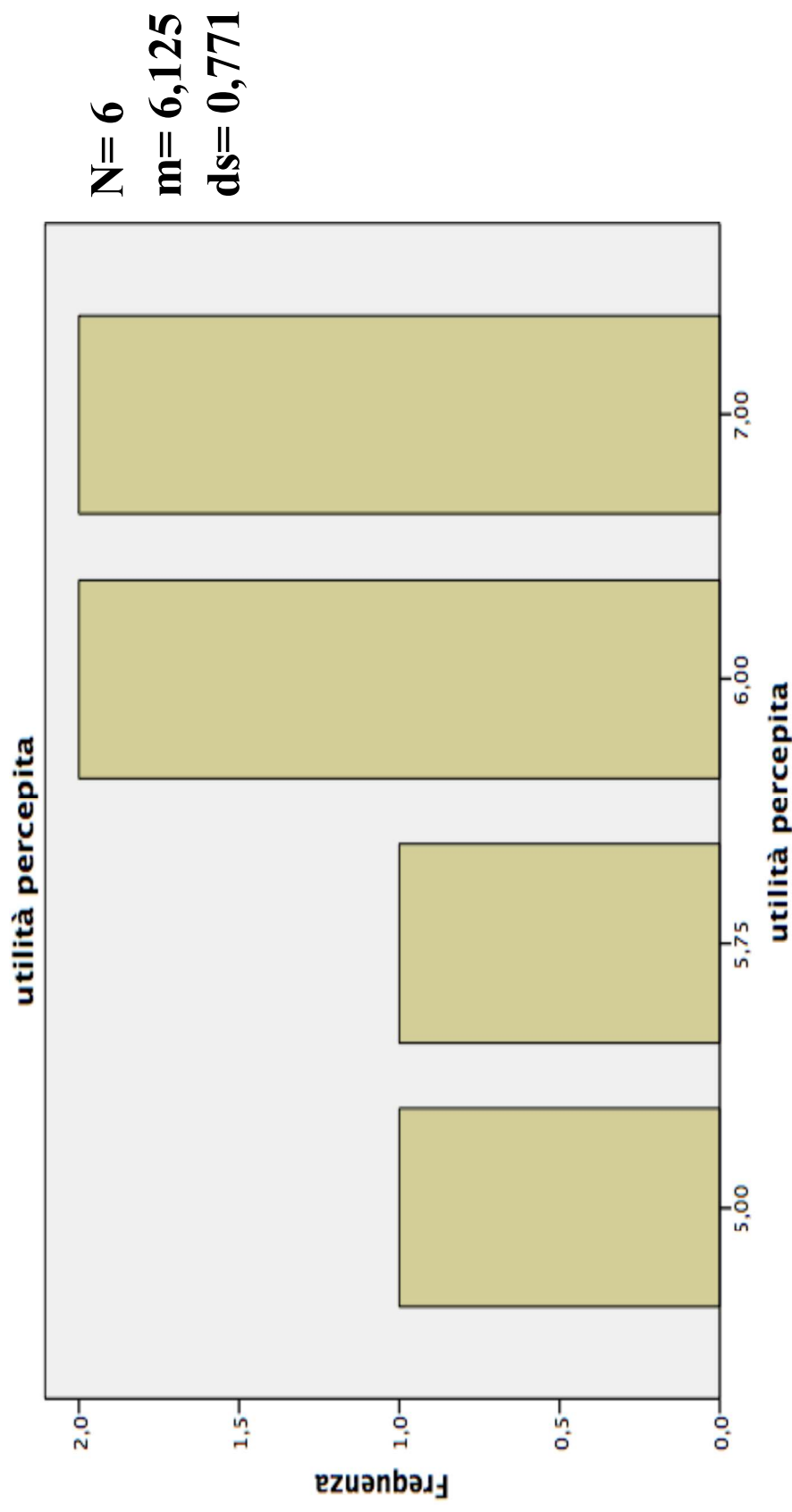
# Risultati qualitativi 2

Riguardo agli **esercizi** i pazienti riportano:

- motivazione nel dover rispondere a consegne simili tra loro ma con materiale molto differente (possibilità di cogliere come una medesima richiesta può essere affrontata in modi diversi);
- per gli esercizi prassico-costruttivi: soprattutto per i “Geomag”, frustrazione nelle prime sedute, poi i più utili per consolidare un modo alternativo di porsi di fronte alle situazioni quotidiane;
- per gli scenari paradossali: sia sentimenti di curiosità ed interesse, sia una certa difficoltà riscontrata nell’immaginare alcune situazioni;
- per le notizie ed i filmati: piacevolezza per il contenuto del materiale (natura insolita delle notizie e tratto comico presente nei filmati), offre la possibilità ai pazienti di esprimere le loro inclinazioni e interessi.
- per due serious games: interessante il riflettere in modo diverso su situazioni comuni ed oggetti di uso quotidiano.

# Risultati quantitativi 1

Dall'analisi dei dati relativi al punteggio assegnato all'utilità percepita del training, calcolata su scala Likert da 1 a 7, si può affermare che i pazienti hanno trovato utile il training.





# Risultati quantitativi 2

Dal confronto delle **valutazioni cliniche neuropsicologiche\*** emergono dei miglioramenti in molteplici abilità cognitive, diverse a seconda del paziente:

- in 2 casi nella componente prassica; in un paziente vi è anche la remissione delle difficoltà di pianificazione e di problem solving rilevate in ingresso.
- 2 casi nelle abilità mnestiche.
- 1 caso nel ragionamento logico e nelle funzioni esecutive non verbali.

In 3 pazienti permangono errori dovuti all'impulsività.

\* Per 4 pazienti su 6 è stato possibile fare un confronto pre e post-trattamento.

# Risultati quantitativi 3

Valutazione dei vissuti psicologici e della creatività

Test statistico non parametrico di Wilcoxon

**N= 6**

	m pre	ds pre	m post	ds post	p
MQOL-It	6,56	0,415	7,393	0,639	*0,075
BDI	12,67	9,48	8,67	8,43	0,216
STAI-X1	52,033	32,401	28,783	27,151	0,345
AES	11,17	4,622	10,17	3,312	0,465
CI	59	10,881	67,5	16,55	*0,046
A	51,833	7,111	54,333	8,31	0,414
C	39,533	7,067	39,644	4,956	0,893
R	73,722	7,993	72,778	6,588	0,833

\* p<0,10

*CREC: The role of serious games in improving flexibility in thinking in neuropsychological rehabilitation*

**Laura Colautti, Davide Baldassini, Vera Colombo, Stefano Mottura, Marco Sacco, Matteo Sozzi, Massimo Corbo, Maria Luisa Rusconi and Alessandro Antonietti**

[alessandro.antonietti@unicatt.it](mailto:alessandro.antonietti@unicatt.it)