

## Le Libere Università per la Terza Età Una formazione che arricchisce la vita

di Francesca Pepe<sup>1</sup>

### Un cambio di prospettiva: dall'invecchiamento “attivo” a quello “creativo”

Il 2012 è stato l'anno europeo dell'Invecchiamento “attivo”, definito dall'OMS come “un processo di ottimizzazione delle opportunità relative alla salute, partecipazione e sicurezza, allo scopo di migliorare la qualità della vita delle persone anziane”<sup>2</sup> che interessa l'intero ciclo della vita umana.

E' un fenomeno che coinvolge l'intera società, sotto il profilo culturale ed economico, che delinea un passaggio da politiche centrate prevalentemente sui bisogni degli anziani, a iniziative centrate sui loro diritti e sulla loro concreta partecipazione alla comunità.

Il nuovo anziano non è più destinatario di interventi meramente assistenziali, ma è soggetto portatore di abilità fisiche e intellettuali, risorse su cui investire per porlo nella condizione di generare benessere per sé e contribuire allo sviluppo economico della collettività, riducendo per esempio le spese per contributi sociali e pensioni anticipate<sup>3</sup>.

In questo contesto l'anziano ripensa il proprio tempo “liberato” dai vincoli di prima; affrancato dai doveri lavorativi, non cade nella schiavitù del vuoto, ma si rigenera in una nuova quotidianità, nella quale non si limita ad esserci, ma nella quale si reinventa in modo creativo, senza più omologarsi al già fatto e al già detto, grazie ad un raggiunto equilibrio interiore che gli consente di accettare nuove sperimentazioni di vita, di soddisfare rinnovate esigenze.

---

<sup>1</sup> Francesca Pepe, formatrice, consulente, mediatrice familiare, è esperta di diritto civile e commerciale, nonché di comunicazione e relazioni interpersonali, è altresì docente presso la Libera Università Carlo Tincani di Bologna; e-mail [info@francescapepe.it](mailto:info@francescapepe.it)

<sup>2</sup> WHO “Active Ageing: a policy framework”, Ginevra 2002

<sup>3</sup> Educazione degli adulti: non è mai troppo tardi per apprendere”, comunicazione del 23.11.2006 della Commissione Europea.



## L'apprendimento in età avanzata: una sfida possibile

Lisbona, anno 2000: gli stati membri della Comunità Europea vogliono fare dell'Europa una società altamente competitiva, con un'economia basata sulla conoscenza e sull'apprendimento permanente; obiettivo confermato dal "Quadro strategico per la cooperazione europea nel settore dell'istruzione e della formazione" predisposto per il periodo 2010 - 2020<sup>4</sup>, che vuole l'apprendimento *lifelong* una realtà per tutti, coinvolgendo ogni sistema di formazione e di istruzione, formale o informale, attraverso la promozione della sua eccellenza ed attrattiva a tutti i livelli, nonché attraverso l'incoraggiamento alla creatività, all'innovazione e all'acquisizione di competenze trasversali.

Nel quadro delle strategie elaborate a livello internazionale per la promozione del *lifelong learning* il ruolo della formazione degli adulti diviene centrale.

Ma in un'Europa ove la popolazione è sempre meno giovane, è realistica la sfida del *lifelong learning* o l'anziano che apprende è una mera utopia?

L'invecchiamento cerebrale, la perdita di memoria, la ridotta capacità di elaborazione di informazioni sempre meno nitide sono fatti.

Tuttavia, lo stato attuale della neuroscienza – come è noto - è giunto a dimostrare che l'invecchiamento intellettuale può essere reversibile. Si è infatti passati da un'idea di cervello "statico", che a partire dalla maturità subisce un processo degenerativo dovuto alla morte dei neuroni, ad un'idea di cervello "plastico", capace anche in età adulta di riorganizzarsi e di migliorare la propria funzionalità attraverso esperienze di apprendimento.

Secondo M. Merzenich<sup>5</sup> si perde in efficienza se si cessa di esercitare le proprie facoltà mentali, perché il cervello dirotta le risorse necessarie verso altre attività che si continuano a praticare.

Il cervello di una persona anziana non affetta da particolari patologie degenera se e quando questa si limita a svolgere attività routinarie, se agisce e pensa in modo cristallizzato, se attua meccanismi compensativi per aggirare attività divenute complicate.

Al contrario, impegnarsi in nuovi compiti sfidanti e svolgere attività complesse attiva una reversione dell'invecchiamento cerebrale, inducendo il cervello a produrre nuove connessioni neuronali in sostituzione delle vecchie.

Stando quindi ai risultati della neuroscienza, l'apprendimento non è riservato alle generazioni giovani, ma è attuabile in modo gratificante ed efficace in tutte le età della vita; anzi, contribuisce a rallentare gli effetti dell'invecchiamento.

Da questo quadro risultano essenziali l'ampliamento degli interessi, l'esercizio mentale, lo sviluppo della creatività, finalità tutte perseguite dalle Università della Terza Età.

---

<sup>4</sup> Conclusioni su un "quadro strategico per la cooperazione europea nel settore dell'istruzione e della formazione" (ET 2020) [Gazzetta ufficiale C 119 del 28.5.2009].

<sup>5</sup> Michael Merzenich, neuroscienziato autore di studi sulla neuroplasticità cerebrale



## Le Libere Università come “luoghi antropologici”<sup>6</sup>

Le Libere Università per la Terza Età sono ambienti nei quali - da tempo e con successo - si svolgono attività formative, e non solo, dedicate agli anziani.

Si sviluppano in Italia a partire dagli anni Ottanta, ma mentre in Francia e in altri paesi europei sorgono per iniziativa diretta delle Università degli Studi, e quindi hanno fin dal principio un carattere istituzionale, qui nascono e proliferano grazie all'impulso di soggetti privati, come centri culturali e associazioni. Ed è proprio il loro germinare oltre il cancello delle istituzioni che fa di esse qualcosa di estremamente vivo, pulsante, a tratti eterogeneo, ma al contempo vulnerabile.

Nel nostro panorama socio – culturale le Libere Università si propongono come “altro” dalle Università istituzionali, non certo per porsi in antitesi con esse, ma piuttosto come forma di integrazione della missione formativa del mondo accademico in genere, concentrate sul significato umano e sociale del sapere, più che sul suo sviluppo.

Infatti, se nelle Università degli Studi ci si prepara alla vita, nelle Università per la Terza Età ci si allena al ben vivere; in altri termini, se le prime dispensano contenuti, sui quali costruire un domani relazioni utili, le seconde generano - qui ed ora - rapporti di qualità.

Muovendo da una cultura della relazione, il fenomeno delle Libere Università della terza Età in Italia è ormai divenuto un autorevole polo di riferimento per chi ha interesse ad uno studio della disciplina non avulso dal rapporto umano; è la risposta al bisogno profondo di cultura e di aggiornamento delle fasce di età adulta, come naturale conseguenza del miglioramento delle aspettative di vita, in termini di quantità e di qualità.

Va precisato che esse, benché gestite da privati, sono autentiche istituzioni in grado di interagire autorevolmente con altri soggetti che operano sul territorio.

Dal congresso di Pallanza del 1995 tenuto dalla Federuni - la Federazione delle Libere Università della Terza Età - sul tema “I nuovi anziani”, è emerso che la terza età dei nostri giorni è la fase della vita in cui la persona si realizza pienamente, raggiungendo e godendo di ciò che nelle altre età aveva solo desiderato, allo stesso tempo potendo offrire alla società un contributo significativo.

Ecco allora il ruolo delle Libere Università: promuovere un nuovo approccio mentale, favorendo il passaggio dalla cupezza sterile di chi vede scivolare via la vita, alla serena accettazione del divenire anziani senza mascherarlo.

Coloro che le frequentano provengono da diverse esperienze e nella partecipazione alle attività delle Università trovano il modo di rispondere alla voglia di socializzare e di incanalare in qualcosa di utile l'energia che ancora li pervade, laddove non sia più possibile o sufficiente realizzarlo nell'attività lavorativa o nella quotidianità familiare. Sono persone in piena efficienza, che cercano di ridefinire la propria esistenza nella libertà e nel servizio alla società.

---

<sup>6</sup> M. Auge', “Non luoghi. Introduzione ad una antropologia della surmodernità”, Eleuthera, Milano 1993. Per l'Autore i Luoghi Antropologici sono: **identitari** (gli abitanti di un luogo vi si identificano e vi fondano la propria identità come individui e come membri di una comunità), **relazionali**, (danno vita a un tessuto sociale organico e sono la sede e la rappresentazione materiale delle relazioni di coloro che vi abitano), **storici** (conservano e rappresentano la memoria degli eventi trascorsi).

Per costoro le Libere Università rappresentano un luogo di incontro dove non si è più soli, ma dove c'è occasione di dialogo e di scambio; uno spazio dove le diverse iniziative culturali consentono di rimettere in gioco i loro interessi e la loro creatività, in un'ottica di comunicazione e di condivisione.

In questo senso, a coloro che frequentano è data la possibilità di ampliare ed aggiornare il proprio bagaglio culturale, potendo contemporaneamente partecipare attivamente ad eventi di diversa natura, magari da loro stessi avviati; così in essi si ridesta la passione per lo studio, ed al contempo li si rende "ricercatori" e protagonisti attivi della cultura.

Dal perché l'anziano si spinge verso l'apprendimento al "come" apprende il passo è breve; si osserva una proficua interazione tra motivazione, interesse ed esperienza: l'anziano impara per la voglia di sperimentare il nuovo, integrata dall'esperienza acquisita attraverso il suo vissuto.

Per questo le Libere Università per la Terza Età sono luoghi, non solo fisici, per chi vuole invecchiare "cre-attivamente".

Un esempio tra tutte la Libera Università Carlo Tincani di Bologna: dopo più di trent'anni offre agli adulti un motivo di partecipazione sociale, incontro e dialogo, attraverso un'attività culturale serena e formativa sotto ogni profilo ed <<.. è aperta a chiunque voglia frequentarla, indipendentemente dal titolo di studio posseduto, purché non sia in età scolare e garantisca un adeguato impegno di partecipazione>>.

### **... Dal punto di vista del formatore.**

Lavorare con persone appartenenti alla cd. Terza Età impone rispetto per il loro vissuto, costringe a "scendere dalla cattedra", ad entrare in aula in punta di piedi; sono infatti allievi esigenti nel chiedere e nell'accogliere proposte formative coerenti con la loro nuova vita, senza per questo disdegnare l'approfondimento culturale, se proposto in modo creativo ed adeguato.

L'esperienza evidenzia come costoro siano animati da una curiosità sana e preziosa, che solo chi è lì per il puro piacere di apprendere, non condizionato dal contingente, può provare e trasmettere a sua volta.

La partecipazione costante e numerosa urla la contraddizione rispetto all'idea canonica dell'anziano destinato all'immobilismo. Tutt'altro! Individui tradizionalmente giudicati deboli dalla società mostrano una straordinaria capacità di rimettersi in gioco, anche reagendo a dure prove personali, e chi ha il privilegio di osservarli è costretto a ragionare nuovi schemi di vita, pena una visione falsata della realtà.

Il formatore si trova in presenza di veri e propri archivi di storia e maestri di vita, che fanno dell'apprendimento un'occasione per essere gruppo e comunità; la dimostrazione di come nutrire l'anima equivale a nutrire il corpo.

La loro capacità di stare uno affianco all'altro, pur nella diversità di vissuto, è una lezione di integrazione, di trasversalità culturale e di fuoriuscita da quegli stereotipi, a causa dei quali spesso "i giovani" rinunciano ad intrecciare rapporti di qualità, per il solo fatto che l'altro è diverso.

Fare formazione in questi ambienti è un'interessante sfida e genera uno scambio fertile tra docenti e discenti.

Le Università per la Terza Età sono un esempio concreto di apprendimento *lifelong* e gli anziani sono ottimi modelli per noi formatori, che, a volte, forse un po' impigriti, dimentichiamo che la costante autoformazione è un indispensabile attrezzo del mestiere.

