

L'approccio comunicativo  
attraverso l'Attività Fisica Adattata

*La Geromotricità e il Colloquio Psicologico:  
pensieri e bisogni nella nuova corporeità  
degli anziani istituzionalizzati*



**Roberta Benedetta Casti**

**L'APPROCCIO COMUNICATIVO  
ATTRAVERSO L'ATTIVITÀ FISICA ADATTATA**

*La Geromotricità e il Colloquio Psicologico:  
pensieri e bisogni nella nuova corporeità  
degli anziani istituzionalizzati*

*Scienza e tecnica*

BOOK  
**SPRINT**  
E D I Z I O N I

[www.booksprintedizioni.it](http://www.booksprintedizioni.it)

Copyright © 2021  
**Roberta Benedetta Casti**  
Tutti i diritti riservati

## Prefazione

*Grazie Roberta!*

80 anni: i miei!

30 anni fa, era l'età del "grande anziano"!

Oggi terapie, stile di vita, varietà di opportunità e di proposte (e, non ultimo, nella nostra società, il miglioramento economico), permettono di spostare "l'asticella" ben oltre i 90!

Per contro, l'evoluzione tecnologica, la rapidità dei cambiamenti stili di vita, il sovvertirsi di principi ritenuti inconvertibili, aumentano le distanze generazionali.

Tutto ciò per dire che alla "nostra" età c'è "fame di relazione"; per questo ho molto apprezzato il lavoro della dott.ssa Roberta Casti, di scorrevole lettura, quasi "fotografica", ricco di precisione, attenzione, sensibilità, che evidenzia l'ottimo approccio comunicativo attraverso l'Attività Fisica Adattata, propria della geromotricità: attenzione, precisione, sensibilità sono la base della "relazione" personalizzata che diventa finalità dell'intervento anche attraverso il colloquio psicologico, che si integra in modo opportunamente garbato.

*Brava Roberta!*

Prof.ssa *Ada Piccolo Borromeo*<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Prof.ssa Ada Piccolo Borromeo, insegnante di Educazione Fisica, scuole Secondarie Superiori di Primo e Secondo grado, docente ISEF (Istituto Superiore di Educazione Fisica) di Torino nel corso di specializzazione post-diploma in "Attività motorie per la terza età". Già presidente Onlus AGIEF, per tutta la parte di proposta, presentazione e realizzazione corsi di Geromotricità negli Istituti e nelle RSA. Organizzatrice con la prof.ssa Cesarina Minasso, presidente AGIEF, dei corsi di formazione dell'Associazione per Operatori Geromotricisti. Autrice di pubblicazioni, studi e opere sul Metodo.



## Premessa

Questa è una tesi di laurea che ho discusso in occasione della laurea triennale in Psicologia della Comunicazione presso l'Istituto Universitario Salesiano Torino Rebaudengo, un lavoro che ho svolto nell'ormai lontano 2013. I dati sicuramente non sono aggiornatissimi e la recente pandemia da Sars-Cov2 ha purtroppo causato molte vittime, anche tra i grandi anziani, da sempre depositari di saperi e testimonianze.

Ho pensato di mettere a disposizione dei colleghi chinesiologi e psicologi un elaborato che può fornire spunti ulteriori sull'esercizio fisico e sul colloquio psicologico, non per metterli a conoscenza di tecniche che già potrebbero possedere (un piccolo estratto di questo lavoro è stato pubblicato dalla casa Editrice Calzetti e Mariucci nel 2014, per conto dell'Associazione Italiana Psicologi dello Sport e dell'esercizio), ma per lasciare una testimonianza su persone che oggi, molto probabilmente, non ci sono più. Proprio per questo motivo condivido queste storie con tutte quelle persone che sono interessate all'ambito geriatrico e amano i nostri nonni, le loro radici e la loro storia, che, in fondo, sono anche un po' le nostre.

La popolazione anziana, oggi in Italia, è cresciuta molto rispetto al secolo scorso e questa crescita ha portato dei cambiamenti nello stile sociale, relazionale e, quindi, anche comunicativo, che rispecchiano le nuove esigenze al servizio della persona anziana.

Il mio interesse verso gli anziani credo sia da ricondurre alla necessità personale e psicologica di recuperare quel rapporto che si crea tra "nonni e nipoti", rapporto che io

purtroppo ho potuto sperimentare solo in minima parte. Le nonne non le ho conosciute e i nonni se ne sono andati via troppo presto perché io potessi cogliere, in loro, quegli aspetti profondi di complicità e dialogo che spesso portano al recupero della propria origine, della propria identità generazionale.

La persona anziana ritengo sia una grande risorsa e non un individuo ingombrante e “fuori gioco” per la società. Il personale richiamo, che ho da sempre nei suoi confronti, ha poi influenzato questo mio indirizzo per la discussione della tesi di laurea. Ho cercato di cogliere quegli aspetti che legano il lavoro dello psicologo alla parte comunicativa e relazionale del soggetto anziano. Durante questo periodo ho avuto modo di approfondire le mie conoscenze su tutti gli aspetti dell’ambito geriatrico e, in particolare, su alcuni aspetti del funzionamento mentale concernenti la memoria, il linguaggio, le emozioni, l’attenzione, la capacità di orientamento e le autonomie nel quotidiano.

## Precisazioni

Occorre precisare al lettore alcune terminologie tecniche che troverà nel corso dell'opera.

APA – L'Adapted Physical Activity viene definita nel 2000 da De Pauw<sup>2</sup> come:

*Un termine <<ad ombrello>> usato in tutto il mondo per individuare un'area interdisciplinare di saperi, includendo le attività di educazione fisica, tempo libero, danza, sport, fitness e riabilitazione per individui con impedimenti, a qualunque età e lungo il ciclo della vita<sup>3</sup>.*

E ancora:

*L'APA integra informazioni e risultati di ricerche di sotto discipline delle scienze del movimento e dello sport (es. biomeccanica, psicologia dello sport, pedagogia dello sport, sociologia dello sport.) che si occupano dell'attività fisica e dello sport in relazione alle persone aventi bisogni particolari, in modo speciale individui con disabilità<sup>4</sup>.*

---

<sup>2</sup>Karen De Pauw è riconosciuta a livello internazionale nel settore della Attività Fisica Adattata, sport e disabilità. Autrice di numerose pubblicazioni è stata Presidente della ISAPA (International Federation Adapted Physical Activity) dal 1995 al 1999, che ha sede nello Stato americano della Virginia.

<sup>3</sup> Anna Bianco, Docente di Attività Fisiche Preventive Adattate presso il Corso di Laurea Specialistica Magistrale in Attività Fisiche Preventive Adattate – SUIISM, Torino. Modelli in ambito educativo (T.T.D. Attività Fisica Sportiva e Adattata in dimensione europea), Centro Stampa SUIISM, Torino, 1994, pag. 33.

<sup>4</sup> Ibidem.

AGIEF – Il Metodo Geromotricità elaborato, sperimentato e precisato in più di trent'anni e presentato, dal 1980 al 2015 in tre pubblicazioni, può essere vista come una “costola” delle Attività Fisiche Preventive Adattate. L'Associazione AGIEF (Associazione Insegnanti di Educazione Fisica) nasce a Torino nel 1979 dal Dottor Giovanni De Francesco, Direttore Sanitario dell'Opera Pia Crocetta di Torino, per veicolare il contenuto specifico di una nuova metodologia messa a punto da alcune insegnanti torinesi diplomate ISEF (Istituto Superiore di Educazione Fisica).<sup>5</sup>

Attraverso il movimento con la ginnastica specifica è possibile creare una comunicazione anche verbale.

Freud, nel suo lavoro *Introduzione alla Psicoanalisi*, conferma che:

*Originariamente le parole erano magie e, ancor oggi, la parola ha conservato molto del suo antico potere magico. Con le parole l'uomo può rendere felice l'altro o spingerlo alla disperazione, con le parole l'insegnante trasmette il suo sapere agli allievi, con le parole l'oratore trascina con sé l'uditorio e ne determina i giudizi e le decisioni. Le parole suscitano affetti e sono il mezzo di comunicazione con il quale gli uomini si influenzano tra loro. [...] Il colloquio nel quale consiste il trattamento psicoanalitico non ammette alcun ascoltatore, non si presta a dimostrazioni. È vero che anche un nevrastenico o un isterico può essere presentato agli studenti, in una lezione di psichiatria, ma allora racconta le sue pene e i suoi sintomi, nient'altro. Le comunicazioni di cui l'analisi ha bisogno, egli le fa solo a condizione che esista un particolare legame emotivo con il medico; ammutolirebbe non appena notasse un solo testimone a lui indifferente. Queste comunicazioni infatti riguardano la parte più intima della sua vita psichica, tutto ciò che, come persona socialmente autonoma, egli deve nascondere di fronte ad altri e inoltre tutto*

---

<sup>5</sup> Prof.sse Giuseppina Giorgi, Ada Piccolo, Cesarina Minasso nel 1978 danno inizio al nuovo metodo. Tutte e tre sono state Docenti presso l'ISEF di Torino nel corso di specializzazione post-diploma in “Attività Motorie per la Terza Età”.

*ciò che, come personalità unitaria, non vuole confessare a se stesso*<sup>6</sup>.

Il colloquio, nel più ampio senso del termine, diventa quindi per ogni età un valido strumento, utilizzabile solo se si entra in quella dimensione relazionale profonda che va oltre il limite della censura. Quando si “lavora il corpo” e “con il corpo”, subentrano meccanismi di comunicazione analogica che, molte volte, si evolvono in comunicazione verbale. Mentre questo accade, si entra nella comunicazione interpersonale che diventa atto di attenzione e di scambio.

Nell'individuo l'aspetto motorio è collegato alla parte psicologica e non possiamo ignorare questo rapporto. Occorre pertanto conoscere il funzionamento di questa macchina perfetta, che è l'uomo, nella sua totalità. Dalla nascita all'invecchiamento la psiche è un contenitore in evoluzione continua e attraverso il colloquio riflette il suo contenuto.

---

<sup>6</sup> Sigmund Freud, *Introduzione alla psicoanalisi*, Edizione integrale di riferimento, Prima e seconda serie di lezioni, Bollati Boringhieri, 1969, Torino, pag. 21.

