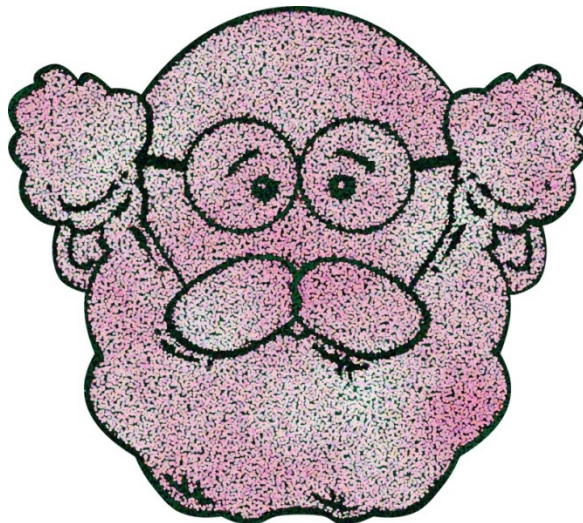


GUIDA PRATICA

Quali sono le abilità da potenziare

di

Laura Pedrinelli Carrara



Se vogliamo effettuare l'animazione dobbiamo conoscere quali abilità dobbiamo a stimolare per poter svolgere un lavoro mirato, cioè per poter animare e non intrattenere.

Differenza fra intrattenimento e animazione

Quando intratteniamo l'anziano con giochi divertenti non ci soffermiamo sullo scegliere determinate attività in base al tipo di stimolazione che offrono, oltre ovviamente al gradimento che riscontrano.

Ciò fa sì che alcuni giochi possono riproporsi più volte nel breve tempo e senza le accortezze tipiche di chi fa animazione mirata, che servono ad ottimizzare la stimolazione cognitiva e psicosociale.

Per questo motivo, quando si fa intrattenimento si tende a:

- Stimolare l'anziano soprattutto in alcuni modi, per esempio con il ballo, con la tombola, con le carte. Nell'animazione invece le modalità sono molto più eterogenee e mirate.
- Lasciare che venga vicariato, cioè che un familiare o un operatore lo aiuti dove lui non arriva invece di sollecitarlo a lavorare da solo. In questo modo si pensa di togliergli una frustrazione, nell'imminente è così, ma allo stesso tempo lo si inibisce nel provare da solo e lo si impigrisce mentalmente. Chi fa animazione sa bene come stimolare l'anziano a fare da solo, in modo graduale, senza imbarazzarlo.

- L'intrattenimento non prevede una programmazione mirata al benessere psicofisico dell'anziano, generalmente si svolgono o si programmano le attività in base al tempo a disposizione e alla volontà degli ospiti.
- L'intrattenimento non si propone di sollecitare le abilità mentali dell'anziano, ma è fine a se stesso. Lo scopo è generalmente quello di far passare del tempo in modo ludico e sereno,

Fare animazione significa adoperarsi per far sì che l'anziano possa mantenere il più a lungo possibile le proprie abilità cercando di diminuire la velocità dello scadimento mentale e di recuperare quello che ancora è possibile.

Per questo motivo si effettua una programmazione, per evitare di stimolare soprattutto alcune abilità e sotto impiegare delle altre.

Anche quando l'animazione è spontanea, come per esempio può avvenire per l'operatore che accompagna la persona anziana a fare l'igiene personale, la modalità scelta non è a caso, ma si basa su un lavoro di complicità e attivazione mirata di determinate facoltà mentali o psicofisiche.

Ma quali sono le abilità principali su cui lavorare per stimolare l'anziano?

Le abilità principali sono quattro:

1. Abilità socio-relazionali
2. Abilità fisiche

3. Abilità psicologiche

4. Abilità cognitive

Abilità socio-relazionali

Riguardano la stimolazione dell'anziano alla collaborazione e alla interazione con gli altri attraverso lavori di gruppo nei quali si sollecita l'espressività individuale, la condivisione, il mutuo aiuto e il confronto.

Un esempio sono i gruppi di condivisione dei ricordi all'interno dei quali gli anziani si confrontano le esperienze e ne vivono insieme le emozioni.

Abilità fisiche

Si stimola l'anziano al movimento delle parti del corpo sane, attraverso movimenti dolci del corpo o gesti spontanei come la scrittura, la presa di palloncini, l'applauso, il ballo, ecc. Il principio base è che se la persona sta bene fisicamente ciò si ripercuote anche sul benessere psicologico e viceversa. Come diceva un vecchio detto: mente sana in corpo sano.

Abilità psicologiche

Si sollecita l'anziano al contatto emotivo gestito, cioè utilizzando attività mirate si stimolano emozioni come la gioia, la sorpresa, lo sfogo costruttivo attraverso ricordi tristi o emotivamente importanti.

Si lavora anche sull'affettività aiutandolo attraverso l'animazione a stringere amicizie a conoscere meglio persone che vivono nella stessa struttura, ma con cui non ha scambi.

Si sollecitano gli anziani all'empatia, all'ascolto di sé e dell'altro e si lavora in modo da migliorare la loro autostima.

Abilità cognitive

Sono quelle facoltà mentali con le quali creiamo pensieri, risolviamo problemi, elaboriamo e comprendiamo e utilizziamo le informazioni: pensiero, intelligenza, memoria, ragionamento, attenzione, percezione, linguaggio, orientamento nello spazio e nel tempo.

Questa categoria di abilità viene stimolata attraverso esercizi specifici come la classificazione delle parole, la ricerca di uno stimolo in mezzo ad altri simili o le domande di orientamento.

Bibliografia

Pedinelli Carrara L. ***Attività di animazione per anziani. Stimolare le abilità cognitive e socio-relazionali nella terza età*** Erickson 2013

Pedinelli Carrara L. ***Una mente attiva. Percorsi di stimolazione cognitiva per la terza età***. Erickson 2013

Pedinelli Carrara L. ***Quattro passi per volersi bene, Tecniche per migliorare il proprio benessere psicologico***. Ed. Streetlib 2015

LIBRO CARTACEO <http://www.amazon.it/Quattro-passi-volersi-bene-psicologico/dp/6050491623>

E-BOOK <http://www.ibs.it/ebook/Pedinelli-Carrara-Laura/Quattro-passi-per/9788893154499.html>