Promuovere l'invecchiamento positivo e competente attraverso il Modello Life Skills Education. Due progetti di ricerca-intervento.

Zambianchi M.

Istituto Universitario ISIA Faenza

Introduzione. Il Modello Life Skills Education adattato all'età anziana si pone, sul piano teorico, a crocevia tra Psicologia dell'Arco di Vita, Lifelong Learning, Psicologia dell'Invecchiamento Positivo (Zambianchi, 2025). L'invecchiamento Competente rappresenta l'outcome del potenziamento delle Life Skills proposte dall'OMS, adattate, per metodi e contenuti, a questa fase di vita. Un primo progetto (P.1) ha approfondito le seguenti Life Skills: Pensiero Critico; Decision Making; Relazioni Interpersonali. Un secondo progetto (P.2) ha approfondito le seguenti Life Skills: Pensiero Critico; Pensiero Creativo. Metodo. Partecipanti. P. 1: 6 soggetti, range età: 62 - 74. P.2: 15 soggetti, range età: 53 -70. È stata adottata la metodologia della ricerca-intervento, con test di ingresso, laboratori attivi, retest. Strumenti: per il P.1: Questionario sul Pensiero Critico (CThQ); Questionario ATTQ; Questionario Stili decisionali (GDMS); Questionario autoefficacia sociale (ASP); Casi-stimolo ToM (Teoria della Mente). Per il P.2: Questionario sul Pensiero Critico (CThQ); Questionario autoefficacia problem solving divergente (APSP); Test AUT di Guilford. I laboratori hanno utilizzato le seguenti metodologie attive: focus group; casi-stimolo; role playing, video clip. Risultati P.1.Un modello Anova misure ripetute ha evidenziato una differenza significativa per lo stile decisionale evitante ((F= 8.18; p< 0.01. test: M = 3.33 (ds= 0.62); retest M = 2.44 (DS = 0.40). Delta di Cohen = 1.51; r effect size = 0.60). Un modello Anova misure ripetute ha evidenziato una differenza sul caso-stimolo ToM (test M = 1.83 SD = 0.98; retest M = 2.80, DS = 0.44, Delta di Cohen = 1.27; r effect size = 0.53). Per il questionario ATTQ si segnala un aumento delpunteggio medio tra test e retest, ma non significativo (test M = 3.71; ds = 0.94; retest M = 3.88, ds = 0.90; Delta di Cohen = 0.18; r effect size = 0.09). Le altre misure non mostrano differenze significative test retest.Risultati P. 2. Un modello Anova misure ripetute ha evidenziato una differenza significativa sul Test AUT (usual functions: F = 7.98; p < 0.01; test M = 3.00 ds = 1.54; retest M = 1.57, ds = 1.15, Delta di Cohen = 1.04; r effect size = 0.46. Non usual functions: test M = 1.50, ds = 1.15; retest M = 2.50; ds = 1.28. Delta di Cohen = 0.82; r effect size = 0.38). Discussione. I risultati indicano una efficacia del modello su alcune misure, come la riduzione dello stile decisionale evitante, riconosciuto non funzionale, il miglioramento della Teoria della Mente, in declino in età anziana, e il potenziamento dei processi di pensiero creativo, in particolare la fluidità e la riduzione della fissità funzionale. Il modello appare promettente, con cautela dovuta ai piccoli numeri e necessità di replicazione.