

# Il volontariato come contesto di apprendimento per l'invecchiamento attivo

Paolo Di Rienzo, Giovanni Serra\*

## Abstract:

This paper examines the role of volunteering in later life as a context for learning and personal development, consistent with a life span developmental perspective. Participation in volunteer activities provides older adults with meaningful opportunities to enhance emotional well-being, mitigate cognitive decline, and develop social and civic competencies. Moreover, volunteering constitutes a vehicle for promoting lifelong learning, articulating a sense of care for the community, and sustaining the potential for personal growth and transformation. Drawing on data from a national survey on volunteers' competences and a critical review of the relevant literature, this contribution underscores the potential of volunteering as an expression of generativity and as a means of recognizing and valorizing the competencies of older adults.

**Keywords:** Active Citizenship; Later Life; Lifelong Learning; Life Span; Volunteering

## 1. Il volontariato come luogo di apprendimento per la Terza Età

L'educazione degli adulti è un campo che, negli ultimi decenni, ha suscitato crescente interesse tra studiosi e professionisti, anche in relazione alla fase di vita che abbraccia l'età anziana. Tradizionalmente, questa fase è stata associata a un inevitabile declino delle capacità fisiche e cognitive, ma sempre più evidenze scientifiche stanno ribaltando questa visione. In un'ottica di *life span*, che considera lo sviluppo umano come un processo continuo e dinamico, la Terza Età si configura invece come un periodo ricco di opportunità per l'apprendimento e lo sviluppo personale (Baltes e Baltes 1990). Una delle aree più promettenti di questo sviluppo è legata all'impegno in attività di volontariato, che non solo offre un'opportunità di restituire valore alla comunità, ma è anche riconosciuto come un contesto in cui è possibile apprendere e crescere a livello personale e sociale (Di Rienzo et al. 2022; Di Rienzo 2023).

\* Il contributo è il risultato del lavoro congiunto degli autori. Per la stesura sono da attribuire a Paolo Di Rienzo i paragrafi 1, 2 e 6, a Giovanni Serra i paragrafi 3, 4 e 5.

Paolo Di Rienzo, Roma Tre University, Italy, paolo.dirienzo@uniroma3.it, 0000-0001-6774-9516

Giovanni Serra, Roma Tre University, Italy, giovanni.serra@uniroma3.it, 0009-0004-2443-4660

Referee List (DOI 10.36253/fup\_referee\_list)

FUP Best Practice in Scholarly Publishing (DOI 10.36253/fup\_best\_practice)

Paolo Di Rienzo, Giovanni Serra, *Il volontariato come contesto di apprendimento per l'invecchiamento attivo*. © Author(s), CC BY 4.0, DOI 10.36253/979-12-215-0744-7.30, in Vanna Boffo, Michele Bertani, Donatella Bramanti, Rabih Chattat, Laura Formenti (edited by), *Accompagnare la longevità. Buone pratiche educative e formative per l'invecchiamento attivo*, pp. 255-267, 2025, published by Firenze University Press, ISBN 979-12-215-0744-7, DOI 10.36253/979-12-215-0744-7

Numerosi studi hanno dimostrato che l'attività di volontariato genera benefici significativi per chi la svolge, oltre che per i destinatari delle azioni di volontariato (Weziak-Bialowolska, Skiba e Bialowolski 2024). Questi benefici si manifestano su diversi piani, dalla salute fisica al benessere emotivo, fino al contrasto del declino cognitivo, contribuendo complessivamente a una buona qualità della vita (Infurna, Okun e Grimm 2016). Per gli anziani, in particolare, il volontariato rappresenta un'opportunità di rimanere attivi, coinvolti socialmente e cognitivamente stimolati, sfidando la visione comune che vede l'invecchiamento come una fase esclusivamente negativa e regressiva.

Nell'ambito dell'educazione degli adulti, il volontariato può essere considerato un potente strumento di apprendimento prevalentemente di tipo informale. Infatti, l'apprendimento degli adulti non avviene esclusivamente in contesti formali come scuole o università, ma anche attraverso esperienze di vita quotidiana, attività lavorative, sociali e comunitarie (Merriam e Bierema 2013). Il volontariato si inserisce perfettamente in questa prospettiva, fornendo agli individui l'opportunità di sviluppare nuove competenze, rafforzare conoscenze esistenti e acquisire un maggiore senso di autoefficacia e scopo.

In questo contesto, la presente ricerca mira a esplorare in che modo il volontariato può diventare un'occasione di apprendimento significativo per gli anziani, indagando non solo i benefici immediati in termini di salute e benessere, ma anche gli apprendimenti di carattere sociale, emotivo e cognitivo che emergono dall'esperienza di volontariato.

Il contesto italiano rappresenta un terreno particolarmente fertile per studiare il fenomeno del volontariato tra gli anziani. Il Paese, con una delle popolazioni più anziane d'Europa, ha visto negli ultimi anni una crescente partecipazione degli anziani in attività di volontariato, spesso come risposta a sfide legate all'invecchiamento demografico e alla necessità di promuovere una maggiore coesione sociale. Le organizzazioni di volontariato del Terzo Settore giocano un ruolo chiave in questo scenario, fornendo agli anziani non solo una piattaforma per contribuire alla società, ma anche un ambiente in cui possono continuare a crescere e apprendere.

Una delle teorie di riferimento per comprendere il valore educativo del volontariato nella Terza Età è quella dell'apprendimento trasformativo, formulata da Jack Mezirow (2003 [1991]). Secondo questa teoria, gli individui possono trasformare i loro schemi mentali e prospettive attraverso esperienze critiche che li costringono a riflettere sulle loro convinzioni e a riorganizzare la loro comprensione del mondo. Il volontariato, con le sue dinamiche complesse e spesso imprevedibili, può rappresentare proprio quel tipo di esperienza critica che stimola una riflessione profonda, portando a un cambiamento significativo nel modo in cui gli anziani percepiscono sé stessi e il loro ruolo nella società.

All'interno di questo quadro teorico, la ricerca si propone di indagare i seguenti aspetti: in che misura l'attività di volontariato contribuisce all'apprendimento degli anziani? Quali sono le competenze o conoscenze più frequentemente acquisite o rafforzate attraverso il volontariato? E, infine, come l'esperienza di

volontariato può contribuire a un senso di realizzazione e scopo, elementi fondamentali per il benessere psicologico e l'autostima, soprattutto in età avanzata?

I risultati di questa ricerca possono fornire importanti indicazioni per sviluppare politiche e pratiche educative che supportino l'apprendimento lungo tutto l'arco della vita, favorendo l'integrazione degli anziani nella società e contrastando i rischi legati all'isolamento sociale e al declino cognitivo. Inoltre, le evidenze empiriche raccolte possono essere utili per le organizzazioni di volontariato nel progettare attività e percorsi formativi che rispondano alle specifiche esigenze degli anziani, massimizzando i benefici di apprendimento derivanti dall'esperienza di volontariato.

## 2. Metodi e attività della ricerca

Il cuore della ricerca riguarda le competenze strategiche esercitate nell'attività di volontariato.

Con il termine 'competenza' si fa qui riferimento alla capacità proattiva del soggetto di mobilitare e orchestrare le proprie risorse interne (conoscenze, abilità, atteggiamenti, motivazioni, valori...) e le risorse del contesto per portare a termine compiti in modo efficace e socialmente riconosciuto (Pellerey 2004; Le Boterf 2008). Le molteplici e diverse attività svolte dai volontari nei variegati ambiti in cui essi sono impegnati comportano l'esercizio di molte e differenti competenze, largamente legate alla specifica area di intervento e allo specifico tipo di operazioni che essi compiono. Tuttavia, l'ipotesi è che vi sia un set di competenze trasversali al contesto di azione che caratterizza l'esperienza del volontariato ed è coerente con la sua natura specifica. Da qui discende la scelta di focalizzarsi sulle competenze strategiche, intese come quelle che abilitano l'esercizio e lo sviluppo delle risorse personali in contesti e situazioni caratterizzate da evoluzione (Alberici e Di Rienzo 2014) e che, pertanto, facilitano l'esercizio effettivo delle altre competenze.

Partendo dall'esito di precedenti studi (Di Rienzo e Bertoni 2019; Di Rienzo, Bertoni e Palazzini 2021) e considerando anche le competenze chiave per l'apprendimento permanente (Unione Europea 2018) e il quadro europeo *LifeComp* della competenza chiave personale, sociale e di apprendere ad apprendere (Sala et al. 2020), è stato definito un quadro di competenze strategiche dei volontari, costituito da 11 competenze: 1) Competenze personali; 2) Competenze sociali; 3) Competenza di apprendere ad apprendere; 4) Competenza di cittadinanza; 5) Competenze culturali; 6) Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali; 7) Competenza imprenditoriale; 8) Competenza manageriale e di leadership; 9) Competenze collettive di *équipe* e di rete; 10) Competenze per la gestione del cambiamento; 11) Competenza digitale.

Lo studio qui presentato si colloca nel panorama italiano e si basa sui dati raccolti mediante una *survey* condotta nel 2023, con un questionario online auto-compilato. Sulla base di una convenzione stipulata tra il Dipartimento di Scienze della Formazione dell'Università di Roma Tre e il Forum Nazionale del Terzo

Settore (FNTS), i volontari operanti nelle organizzazioni non profit sono stati raggiunti tramite le reti nazionali aderenti al Forum e a Caritas Italiana, nonché mediante una campagna di comunicazione diffusa sui social media e alcuni organi di stampa, denominata “NOI+. Valorizza te stesso, valorizzi il volontariato”.

Il questionario compilabile attraverso il link diffuso consta di 33 domande, suddivise in quattro sezioni: 1) dati socio-anagrafici; 2) attività di volontariato svolte; 3) competenze agite nell'attività di volontariato; 4) motivazioni e visioni. La *survey* è stata condotta fra aprile e luglio 2023 e ha consentito raccogliere un campione di convenienza formato da quasi 9.000 record. Da questi è stato estratto un campione specifico, selezionando le 1.974 risposte dei volontari ultra sessantatreenni, che costituiscono la base di dati oggetto del presente contributo. I dati sono stati analizzati mediante analisi descrittive monovariate e bivariate, utilizzando il software Microsoft Excel©.

### 3. Profilo e attività di volontariato dei rispondenti

Fra i 1.974 volontari anziani che hanno risposto al questionario prevalgono gli uomini (57%) e le persone che si collocano nella fascia di età 65-70 anni (58%), seguite dalla fascia 71-75 anni (30%) e dagli ultra settantenni (12%).

La quota prevalente dei rispondenti vive nelle regioni del Nord (65%). I rispondenti del Centro sono il 19% e quelli del Sud il 16%. È preponderante la percentuale di coloro che svolgono attività di volontariato nelle Organizzazioni di volontariato (69%), seguiti dai volontari delle Associazioni di Promozione Sociale (APS) (16%). Il 35% ha conseguito un diploma di scuola media superiore e la medesima percentuale descrive coloro che hanno completato studi universitari, con una prevalenza per la laurea magistrale (25%).

Fra le reti di riferimento dell'organizzazione in cui i rispondenti svolgono volontariato prevale l'Auser (31,1%), seguita da Croce Rossa Italiana (21,5%), Caritas (8,8%), Anpas (3,8%), Volontariato Vincenziano (2,5%), Federavo (2,5%) e MoVI (1,8%).

L'azione volontaria si esplica in modi molto diversificati e spesso ciascun volontario è impegnato in attività e funzioni diversificate (Fig. 1). Sono molte le persone che offrono volontariamente il loro tempo e le loro capacità dedicandosi alla guida delle organizzazioni. Si segnala, ad esempio, l'attività di dirigente/quadro (45,0%) e quella di gestione delle relazioni con la Pubblica Amministrazione (29,1%). Non mancano, però, i volontari che svolgono compiti più operativi a supporto diretto delle persone, come nel caso degli autisti sociali e/o sanitari (37,1%), nonché attività operative a supporto della raccolta fondi (30,0%).

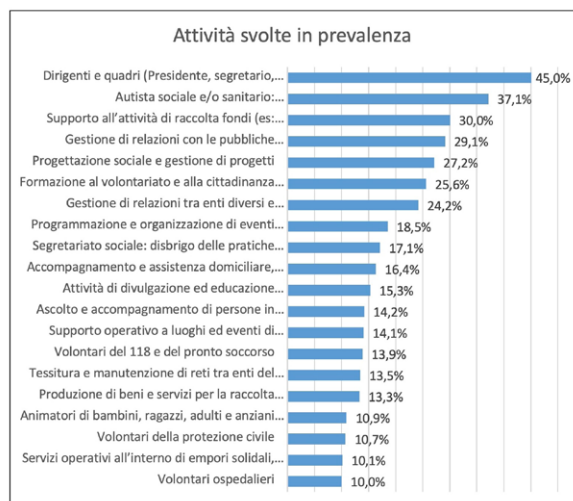


Figura 1 – Attività svolte dai volontari anziani. Ciascuno poteva indicare molteplici opzioni.

Comparando le percentuali di svolgimento delle diverse attività fra i volontari ultra sessantaquattrenni e la media del campione complessivo, si rileva uno scarto significativo a favore dei volontari anziani nell'attività di dirigente o quadro dell'organizzazione (+15,9%) e uno scarto sfavorevole nelle attività operative per l'emergenza: volontari del 118 o del pronto soccorso (-23,4%), volontari della protezione civile (-15,6%), intervento di primo aiuto in strada (-13,7%). Sono significativamente meno della media del campione generale anche i volontari anziani che si dedicano alla donazione del sangue (-15,4%).

#### 4. Le competenze agite dai volontari anziani

La Tabella 1 riepiloga le risposte dei volontari ultra sessantaquattrenni alla domanda su quanto ritengono di esercitare le competenze strategiche nelle loro attività di volontariato.

Tabella 1 – Autovalutazione delle competenze strategiche esercitate nell'attività di volontariato.

Competenze strategiche	1-Mai	2-Qualche volta	3-Molte volte	4-Sempre
C. Personali	3,5%	15,8%	40,9%	39,6%
C. Sociali	1,5%	8,4%	35,2%	54,8%
C. Apprendere ad apprendere	3,0%	16,0%	38,5%	42,4%
C. Cittadinanza	3,4%	14,9%	32,7%	48,9%
C. Interculturali	5,2%	22,4%	33,1%	39,2%
C. Consapevolezza ed espressione culturali	11,3%	28,3%	29,4%	30,9%
C. Imprenditoriale	10,5%	30,0%	35,4%	23,9%
C. Manageriali e di leadership	16,9%	26,6%	29,8%	26,5%
C. Collettive d' équipe e di rete	7,9%	28,5%	35,5%	27,6%
C. Gestione del cambiamento	8,9%	32,8%	35,0%	22,2%
C. Digitale	7,7%	23,9%	31,8%	31,3%

Nella Fig. 2 è rappresentata in forma grafica la distribuzione di frequenza della somma delle risposte 3 e 4 per ciascuna competenza del quadro considerato.

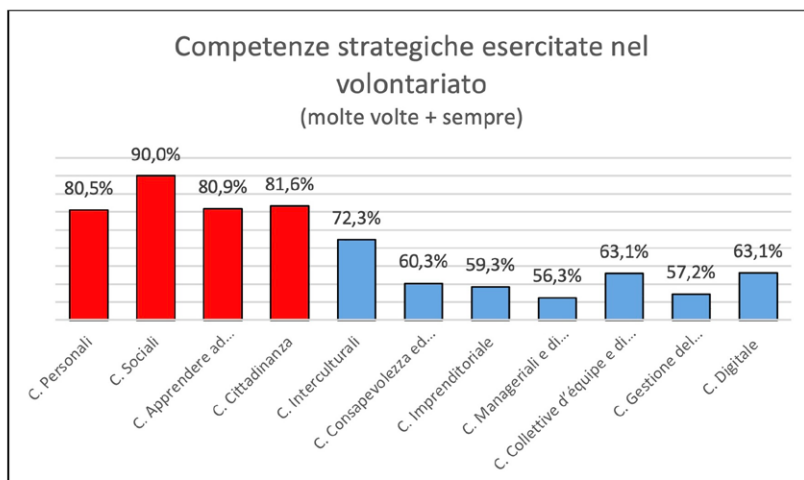


Figura 2 – Autovalutazione delle competenze esercitate dai volontari ultra sessantaquattrenni.

Si noti, innanzitutto, che il quadro di competenze strategiche elaborato si può considerare adeguato a rappresentare l'esperienza dei volontari nella Terza Età. Nessuna competenza, infatti, è riconosciuta come significativa per la propria attività da meno del 56% del campione.

Inoltre, quattro competenze risultano particolarmente significative, in quanto sono indicate da più dell'80% dei rispondenti. Si fa riferimento alle competenze sociali (90,0%), alla competenza di cittadinanza (81,6%), alla competenza apprendere ad apprendere (80,9%) e alle competenze personali (80,5%).

Nella Fig. 3 sono poste a confronto le autovalutazioni del campione dei volontari ultra sessantaquattrenni e quelle medie dell'intero campione di volontari esaminato. I volontari anziani ritengono di esercitare maggiormente nella loro attività, rispetto alla media, le competenze sociali (+3,2%), le competenze collettive (+3,5%) e, sorprendentemente, la competenza digitale (+5,5%). Anche nel caso della competenza di cittadinanza la percezione di esercizio dei volontari della Terza Età supera, anche se di poco, la percentuale della media del campione (+0,4%). Risultano, invece, meno esercitate rispetto alla media le competenze personali (-12%), l'apprendere ad apprendere (-4,1%), la competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali (-9%), la competenza imprenditoriale (-7,4%), le competenze manageriali e di leadership (-5,7%).

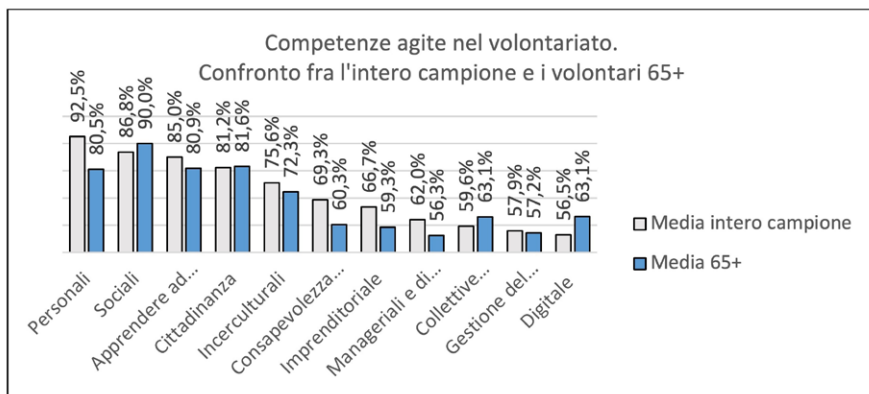


Figura 3 – Confronto fra le competenze agite dai volontari ultra sessantaquattrenni e quelle dell'intero campione.

Non si rilevano significative differenze fra i volontari della Terza Età se si suddivide il campione per fasce di età: 65-69 anni, 70-75, più di 75 (Fig. 4). L'unico dato degno di rilievo è il netto scarto nella competenza digitale a svantaggio dei volontari con più di 75 anni.

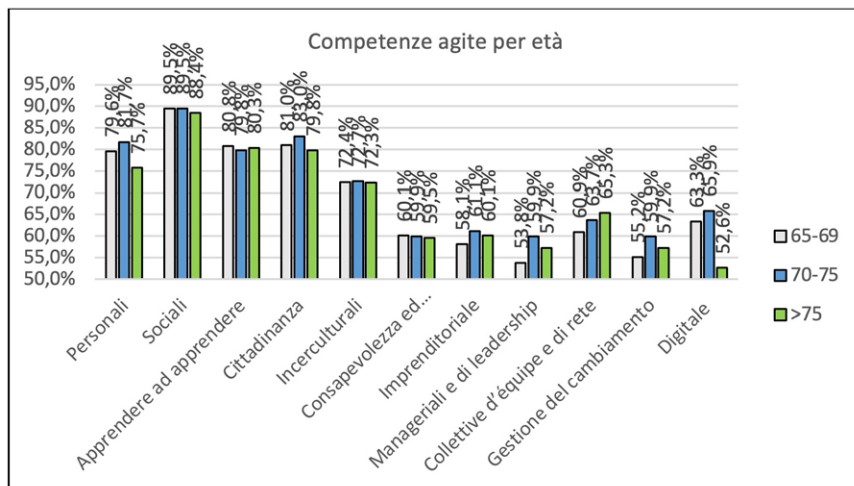


Figura 4 – Competenze agite dai volontari ultra sessantaquattrenni per fasce di età.

I dati riportati confermano il ruolo chiave del volontariato come spazio di apprendimento per gli anziani, con un impatto significativo sulle competenze sociali e di cittadinanza.

La forte incidenza delle competenze sociali (90,0%) suggerisce che l'interazione con gli altri, l'esercizio dell'empatia, la gestione delle relazioni e la collaborazione siano aspetti centrali dell'esperienza volontaria. Questo risultato si collega alla competenza di cittadinanza (81,6%), che implica non solo il senso di responsabilità civica, ma anche la capacità di contribuire attivamente alla crescita della comunità e alla promozione della sostenibilità sociale e ambientale. La relazione tra queste due competenze evidenzia come il volontariato rappresenti un contesto in cui la socialità si traduce in impegno civico.

Inoltre, il dato sull'apprendere ad apprendere (80,9%) dimostra che anche in età avanzata il volontariato offre opportunità di apprendimento informale, confermando il suo legame con l'apprendimento permanente. Questo aspetto è particolarmente rilevante per gli ultra sessantaquattrenni, per i quali il volontariato diventa non solo un modo per trasmettere esperienze, ma anche per acquisire nuove conoscenze e adattarsi a un mondo in cambiamento. L'attività di volontariato diviene così, per le persone anziane, un'esperienza di apprendimento trasformativo (Narushima 2005), attraverso la quale può accadere loro di dover scendere a compromessi o di collaborare con persone di diversa provenienza, con approcci differenti, per affrontare problemi in ambiti a loro poco conosciuti, oppure di dover dedicare tempo anche in situazioni di impegni gravosi. Secondo Narushima, questo processo è assimilabile alla procedura dell'apprendimento trasformativo (Mezirow 2003 [1991]), in quanto l'esperienza vissuta nel volontariato può assumere la funzione di un «dilemma disorientante», che innesca fasi di «auto-esame», «riflessione critica», «esplorazione e pianificazione di nuovi ruoli» e «negoziatura delle relazioni», tutte tappe che conducono alla trasformazione del quadro di riferimento (Narushima 2005, 578).

## 5. Motivazioni e cambiamento

Il rapporto con la propria comunità fonda in modo preponderante l'esperienza delle persone che fanno volontariato. Henk de Vos (2004) ha messo in evidenza la tendenza a costruire relazioni comunitarie come antidoto alle pratiche competitive generate dalle dinamiche di mercato. Secondo questo autore le relazioni di reciprocità tendono a svilupparsi in misura maggiore quando gli individui percepiscono la possibilità di un futuro condiviso. L'aspettativa di una relazione stabile induce le persone a costruire attivamente interdipendenze, non tanto per ottenere benefici materiali, quanto piuttosto per perseguire il benessere personale e collettivo derivante dall'esistenza di rapporti di reciprocità. Tale dinamica si manifesta, ad esempio, attraverso il tentativo di rendersi utili agli altri, una pratica che trova particolare espressione in attività di volontariato e partecipazione comunitaria.

Queste considerazioni offrono una base interpretative per il dato relativo alle motivazioni indicate dai volontari anziani a fondamento della loro scelta di azione gratuita (Fig. 5).



Figura 5 – Motivazioni che spingono le persone di 65 anni o più a fare volontariato.

Nove persone su dieci – avendo la possibilità di indicare fino a tre opzioni – dichiarano che la principale motivazione del loro volontariato sta nella volontà di dare un contributo alla comunità. L'azione gratuita si manifesta come una modalità per prendersi cura del proprio contesto di vita, sia attraverso la tessitura di relazioni di reciprocità, sia come mezzo per coltivare il benessere personale derivante dalla stessa attività del prendersi cura. La prima prospettiva orienta l'interpretazione del dato nella direzione della 'generatività' (Erikson 1985), nella misura in cui l'attività di volontariato esprime il desiderio di contribuire al miglioramento

della realtà, esprimendo un reindirizzamento di attenzione dal 'sé' agli altri, il che implica una realizzazione di generatività e di integrità dell'io (Narushima 2005). La seconda prospettiva può essere interpretata a partire da studi come quello di Infurna, Okun e Grimm (2016) che, utilizzando i dati di uno studio longitudinale condotto negli Stati Uniti su alcune migliaia di volontari fra il 1998 e il 2012, hanno rilevato che in un campione rappresentativo a livello nazionale di adulti con età superiore ai 60 anni l'esperienza del fare volontariato è associata a un più basso rischio di degrado cognitivo. Un più recente studio longitudinale condotto in 15 paesi europei, fra cui l'Italia, nel periodo dal 2011 al 2020 (Weziak-Bialowolska, Skiba e Bialowski 2024) ha confermato l'associazione fra l'attività di volontariato e il benessere generale delle persone adulte e anziane e in particolare con un più elevato benessere emotivo, con un ridotto rischio di insorgenza di limitazioni nella vita quotidiana e anche con un più ridotto rischio di insorgenza del morbo di Alzheimer. Si fondono, così, in questa motivazione al volontariato, dimensioni altruistiche, legate al desiderio di aiutare gli altri, migliorare la società e rispondere ai bisogni di chi è in difficoltà, senza aspettarsi nulla in cambio e dimensioni eudaimoniche, legate alla crescita personale, alla ricerca di un senso più profondo nella vita e alla realizzazione di sé attraverso il contributo alla comunità.

Da questo punto di vista, l'attività di volontariato si connette alla prospettiva del cambiamento. Il 45,9% dei volontari over 64 è convinto che la propria azione di volontariato contribuisca a cambiare la realtà abbastanza o molto (Fig. 6). Nonostante la percentuale di coloro che esprimono un giudizio meno positivo a riguardo sia superiore (54,1%), è solo il 14,6% che ritiene che nessun effetto sortisca l'attività volontaria in termini di cambiamento sociale. In misura più o meno elevata, una larga maggioranza di volontari anziani riconosce che la propria azione generi effetti sociali trasformativi. Questo dato è coerente con la grande quota di volontari che riconosce la competenza di cittadinanza quale fondamento della propria esperienza, associando quest'ultima alla capacità di agire da cittadini responsabili, attraverso la partecipazione alla vita civica e sociale.

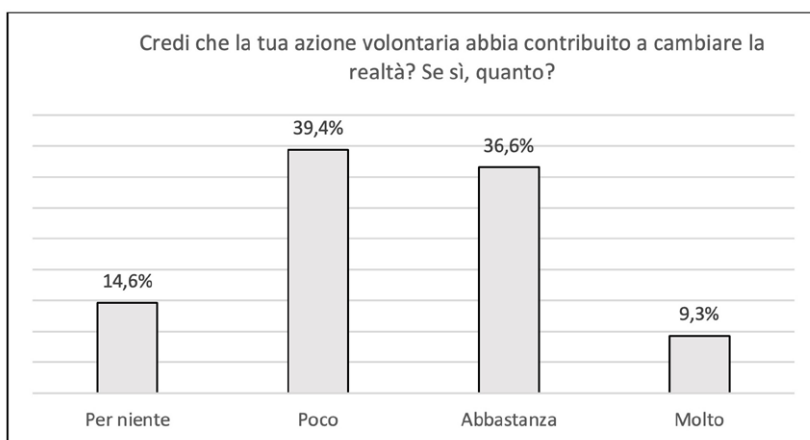


Figura 6 – Convinzione di efficacia della propria azione volontaria nel generare cambiamento sociale.

Con maggiore convinzione i volontari anziani si esprimono riguardo agli effetti della attività di volontariato sul proprio modo di pensare (il 65% è convinto che tale esperienza contribuisca abbastanza o molto).

Resta un 14,1% di persone sostanzialmente pessimiste in materia, ma più di un quarto dei rispondenti dichiara che il volontariato contribuisca molto al proprio cambiamento di mentalità. Trovano conferma, in questo caso, le considerazioni proposte sopra riguardo al volontariato come esperienza di apprendimento trasformativo.

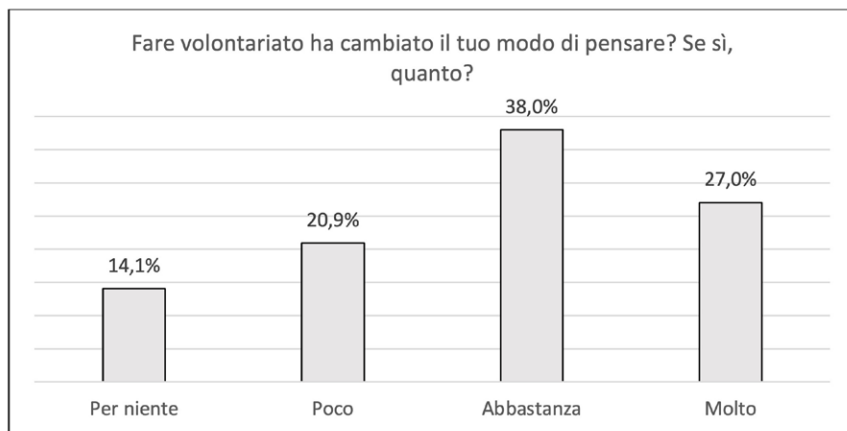


Figura 7 – Convinzione di efficacia dell'azione volontaria nel generare cambiamento nel proprio modo di pensare.

## 6. Conclusioni

Il volontariato rappresenta un contesto privilegiato per valorizzare le potenzialità di sviluppo degli anziani, superando la concezione tradizionale che associa l'invecchiamento al declino. Seguendo la prospettiva del *life span*, l'impegno volontario può essere interpretato come un'opportunità di crescita continua, con ricadute positive sia sul piano individuale che collettivo.

Uno degli aspetti fondamentali del volontariato nella Terza Età è il suo impatto sul benessere emotivo e cognitivo. Studi dimostrano che l'attività volontaria riduce il rischio di isolamento sociale e contribuisce alla prevenzione del declino cognitivo, grazie alla stimolazione intellettuale e alla costruzione di relazioni significative. Il senso di appartenenza e di utilità che ne deriva rafforza l'autostima e il senso di scopo nella vita quotidiana.

Oltre agli effetti psicologici, il volontariato permette agli anziani di sviluppare e rafforzare competenze sociali e di cittadinanza. L'interazione con persone di età e *background* diversi promuove la capacità di comunicazione, la collaborazione e la gestione dei conflitti. Queste competenze sono cruciali per una partecipazione attiva alla vita comunitaria e per contrastare forme di esclusione sociale.

Un altro elemento chiave è la possibilità di alimentare l'apprendimento permanente. Il volontariato offre occasioni concrete di acquisire nuove conoscenze e abilità, sia attraverso la formazione specifica per le attività svolte sia mediante l'apprendimento esperienziale. Questo aspetto è in linea con l'idea che l'apprendimento non si esaurisce in età giovanile, ma si estende lungo tutto l'arco della vita.

Il volontariato, inoltre, consente agli anziani di esprimere la loro capacità di prendersi cura della comunità. Questo bisogno, profondamente radicato nell'essere umano, trova un canale di realizzazione nel supporto a iniziative sociali, educative e assistenziali. Attraverso il volontariato, gli anziani si sentono parte attiva della società, contribuendo al benessere collettivo e alla costruzione di legami intergenerazionali.

Infine, il volontariato mantiene vive le prospettive di cambiamento e sviluppo personale. L'essere coinvolti in attività significative favorisce l'adattabilità ai mutamenti sociali, stimola nuove progettualità e rafforza la resilienza. Questo aspetto contrasta l'immagine dell'anziano come individuo statico e passivo, restituendo una visione più dinamica e propositiva della Terza Età.

In sintesi, il volontariato nella Terza Età non è solo un'esperienza di servizio, ma un vero e proprio strumento di crescita individuale e sociale. Riconoscerne il valore e promuoverne la diffusione significa investire in una società più inclusiva e intergenerazionale, in cui gli anziani possano continuare a svolgere un ruolo attivo e significativo.

#### Riferimenti bibliografici

- Alberici, A., e P. Di Rienzo. 2014. "Learning to Learn for Individual and Society." In *Learning to Learn. International Perspectives from Theory and Practice*, edited by R. Deakin Crick, C. Stringher, e K. Ren, 87-104. London-New York: Routledge.
- Baltes, P.B., e M.M. Baltes, eds. 1993. *Successful Aging: Perspectives from the Behavioral Sciences*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Di Rienzo, P. 2023. "L'apprendimento informale degli adulti nel terzo settore. Il riconoscimento delle competenze strategiche." *Q-Times webmagazine* 1 (1): 284-97..
- Di Rienzo, P., Angeloni, B., Manfreda, A., e G. Serra. 2022. "Il Terzo Settore nel sistema della formazione degli adulti. Il ruolo del Servizio Civile Universale per lo sviluppo delle competenze di cittadinanza." *LLL* 18 (40): 74-92. <https://doi.org/10.19241/lll.v18i40.667>.
- Di Rienzo, P., e P. Bertoni, a cura di. 2019. *Rapporto di ricerca. Analisi e innovazione dei processi formativi del terzo settore: competenze strategiche dei quadri e dei dirigenti*. Bologna: Fausto Lupetti Editore.
- Di Rienzo, P., Bertoni, P., e L. Palazzini, a cura di. 2021. *Analisi e innovazione dei processi formativi del terzo settore: competenze strategiche degli operatori volontari in servizio civile*. Bologna: Fausto Lupetti Editore.
- Erikson, E.H. 1985. *Childhood and Society*. New York: W. W. Norton.
- Infurna, F.J., Okun, M.A., e K.J. Grimm. 2016. "Volunteering Is Associated with Lower Risk of Cognitive Impairment." *Journal of American Geriatric Society* 64: 2263-69. <https://doi.org/10.1111/jgs.14398>.
- Le Boterf, G. 2008. *Repenser la compétence. Pour dépasser les idées reçues: 15 propositions*. Paris: Eyrolles.

- Merriam, S.B., e L.L. Bierema. 2013. *Adult Learning: Linking Theory and Practice*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Mezirow, J. 2003 (1991). *Apprendimento e trasformazione. Il significato dell'esperienza e il valore della riflessione nell'apprendimento degli adulti*, traduzione di R. Merlini. Milano: Raffaello Cortina Editore.
- Narushima, M. 2005. " 'Payback time': Community Volunteering Among Older Adults as a Transformative Mechanism." *Ageing and Society* 25 (4): 567-84. <https://doi.org/10.1017/S0144686X05003661>.
- Pellerey, M. 2004. *Le competenze individuali e il portfolio*. Milano: Rizzoli.
- Sala, A., Punie, Y., Garkov, V., e M. Cabrera. 2020. *LifeComp. The European Framework for Personal, Social and Learning to Learn Key Competence*. EUR30246 EN. Luxembourg: Publications Office of the European Union. <https://doi.org/10.2760/302967>.
- Unione Europea. 2018. *Raccomandazione del Consiglio del 22 maggio 2018 relativa alle competenze chiave per l'apprendimento permanente (2018/C 189/01)*.
- Vos, H. de. 2004. "Community and Human Social Nature Contemporary Society". *Analyse & Kritik* 26 (1): 7-29. <https://doi.org/10.1515/auk-2004-0101>.
- Weziak-Bialowolska, D., Skiba, R., e P. Bialowski. 2024. "Longitudinal Reciprocal Associations Between Volunteering, Health and Well-being: Evidence for Middle-aged and Older Adults in Europe." *European Journal of Public Health* 34 (3): 473-81. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckae014>.

