

157.SUL GRUPPO AUTO O ETERO CENTRATO

Testo inviato da Daria Antonietti (psicomotricista, Casa dell'Anziano S. Camillo di Carugate, Milano) e Sara Vicinelli (educatrice, Casa dell'Anziano S. Camillo di Carugate, Milano) e discusso il 18 giugno all'incontro di Supervisione e Aggiornamento per Conduttori di Gruppi per familiari di persone con Alzheimer. La sessione di gruppo è stata registrata in modo palese con il consenso informato dei partecipanti. Il nome dei parlanti e ogni dato che possa permettere l'identificazione loro o di altre persone e luoghi è stato alterato per rispettarne la privacy.

Il contesto

Il testo è estrapolato dal 13° al 24° minuto dell'ultimo incontro (su sei) di un Gruppo ABC.

La signora Pina ha partecipato a tutti gli incontri. E' la figlia di una signora con demenza e da circa un anno e mezzo ha perso la sorella. Durante la sessione di gruppo si mette a piangere e si alza per lasciare la stanza.

Il problema della conduttrice riguarda il tipo di intervento da scegliere quando un familiare si emoziona e piange; il tentativo fatto nel condurre l'incontro è stato quello di mettere in atto l'8° Passo, riconoscere e quindi legittimare l'emozione di Pina, la signora che sta parlando nel gruppo.

All'interno del cerchio c'è una lavagna di carta con scritti i Passi che sono emersi negli incontri precedenti e su cui il Gruppo ha già lavorato.

I Dodici Passi

- 1 NON FARE DOMANDE
- 2 NON CORREGGERE
- 3 NON INTERROMPERE
- 4 ASCOLTARE
- 5 ACCOMPAGNARE CON LE PAROLE
- 6
- 7 COMUNICARE ANCHE CON I GESTI
- 8 RICONOSCERE LE EMOZIONI
- 9 RISPONDERE ALLE RICHIESTE
- 10
- 11 ACCETTARE LA MALATTIA
- 12

Il testo: *Quello è un dolore grande*

1. CONDUTTRICE: Ora rilasciamo la parola a voi, cosa vi portate a casa, quali sono i Passi che vi sono serviti... in particolare se c'è un Passo...
2. PINA: Io sono Pina, in particolare *Non correggere* questo l'ho imparato e mi serve perché in effetti ho visto che il rapporto è molto più tranquillo, sia da parte mia ma soprattutto da parte di mia mamma, perché non la vedo più, perché prima notavo, va beh mia mamma non è in uno stato così avanzato, per cui a volte è cosciente delle sue mancanze e non sempre ovviamente. Per cui quando magari è un po' più cosciente e io mi rivolgersi a lei come ad una persona che ha bisogno di aiuto, la infastidiva. Per cui ho imparato, questo non lo sto facendo più, non la correggo e il rapporto è migliorato sinceramente; *Non interrompere* e anche riesco ad *Ascoltarla* molto di più, non prevengo

più il suo discorso, quello che per me potevano essere le sue richieste che magari erano quelle di una volta e che però non sono quelle di adesso. Per cui questo sì, e va beh, *Rispondere alle richieste* sì anche, *Riconoscere le emozioni* ci sto provando.

3. I PARTECIPANTI: (*ridono*)
4. PINA: E anche *Accettare la malattia*, ma secondo me è quella più difficile, cioè secondo me una volta che si riesce a fare quello tutti i Passi vengono più semplici e più automatici.
5. CONDUTTRICE: E viceversa, cioè una volta che io, se voi vedete (*indica la lavagna con i Dodici Passi*) fino a qua sono un po' tutte strategie, perciò modalità del mio cambiamento rispetto al malato di Alzheimer, da qua in giù noi abbiamo solo *Accettare la malattia*, il 10° è *Accettare che faccia quello che fa, così come lo fa* e il 12° è *Occuparsi del proprio benessere* (*Passi non ancora affrontati nel gruppo*). Gli ultimi tre sono personali, non è tanto un cambiare atteggiamento, è una cosa che ciascuno deve acquisire dentro di sé, allora inizio ad accettare che faccia quello che fa e allora questo mi permette di accettare la malattia e se accetto che è una malattia con tutte le sue cose, allora posso riprendere in mano un po' me stesso e occuparmi anche un po' del mio benessere, perché capisco che occuparmi del mio benessere è importante proprio anche per occuparmi del benessere del mio familiare. Questi tre passi sono possibili se riesco a cambiare il mio atteggiamento, cogliendo un po' questi...
6. PINA: In effetti è vero...
7. CONDUTTRICE: Questi suggerimenti.
8. PINA: Accettare la malattia è un pochino meglio ma, probabilmente perché si riesce a fare quelle cose.
9. CONDUTTRICE: Perché come ci siamo detti fin dall'inizio io metto in evidenza l'aspetto sano e allora io ritrovo l'altro, un po' come se con la malattia di Alzheimer io perdo l'altro.
10. PINA: Esatto.
11. CONDUTTRICE: E l'altro si perde... uhm... è proprio la malattia della perdita, a partire dalla perdita della memoria anche proprio della perdita, si perdono i neuroni, si perdono delle capacità, allora questi atteggiamenti sono stati provati e riprovati, ed è per quello che ve li proponiamo e si è visto che con questi si riacquisisce un po', si ritrovano delle parti che non erano del tutto perse ma erano nascoste dalla malattia, e allora riesco a tirar fuori la parte sana e guarda, ritrovo l'altro...
12. PINA: E' verissimo.
13. CONDUTTRICE: Allora questo mi permette di accettare la malattia. Come faccio ad accettare la malattia? Quando mi muore un familiare, appunto, è perso. Io ho questa esperienza, l'hai perso ed è perso per sempre. In questo caso non è ancora perso...
14. PINA: (*inizia a piangere, e accenna a uscire*)
15. CONDUTTRICE: Può rimanere qua con noi, condividiamo le emozioni...
16. PINA: (*piange*) Perché è mancata mia sorella un anno e mezzo fa...
17. CONDUTTRICE: Capisco, e quello è un dolore grande.
18. PINA: Scusate.
19. ALCUNI PARTECIPANTI: Ci mancherebbe.
20. TERESA: Ti puoi sfogare, ci mancherebbe, è giusto!
21. CONDUTTRICE: Imparare a riconoscere le emozioni, Pina, vuol dire imparare a riconoscere le proprie.
22. TERESA: Sei umana.
23. CONDUTTRICE: Meno male che siamo umani, e la persona c'è.
24. PINA: In effetti è vero... io facendo quello, non lo so, io prima vedevo mia mamma proprio un'altra persona, non mia mamma, invece, non che stia migliorando, mettendo in pratica quelle cose un po' alla volta, sono riuscita a riprendere un attimino il rapporto e vedere un po' di più la

figura di mia mamma come lo è sempre stata, anche se non lo è. Però sinceramente si è abbattuta quella barriera...

25. CONDUTTRICE: E se mi posso permettere Pina, avendo avuto un lutto così grosso, uno ha proprio bisogno della mamma, per condividere e portare avanti un lutto così.
26. PINA: E probabilmente è la stessa cosa per lei...
27. CONDUTTRICE: E anche per lei, però, lei ha la malattia che la difende e Pina no. Perché probabilmente la mamma se lo ricorda o forse no, in realtà questa è una difesa grossa, forse importante per la mamma. Io ho perso i genitori, non so cosa voglia dire perdere una sorella...
28. PINA: Eh sì forse è peggio...
29. CONDUTTRICE: Perdere un figlio è forse una delle cose più dolorose, allora grazie al cielo che c'è la malattia che un po' difende; perciò diventa ancora più importante per Pina ritrovare la mamma, senno è come se dovesse celebrare due lutti...
30. PINA: Sì sì, infatti.
31. CONDUTTRICE: La mamma c'è.
32. PINA: Infatti da quel lato lì ho ritrovato un pochino la mamma, il rapporto va meglio, spero di arrivare al più presto agli ultimi tre punti...
33. CONDUTTRICE: Ah ah, calma, arriveranno, usi il 5° Passo con la *Somministrazione di autobiografia*, cioè si racconti a sua mamma, anche senza parlare del fatto che è morta sua sorella, se non se lo ricorda, può mettere insieme il 5° Passo e l'8° Passo... la mamma riconosce le emozioni, perciò io posso dire alla mamma, sono triste, sono...
34. PINA: Però c'è sempre quel fattore da parte mia che...
35. CONDUTTRICE: Però scoprirà che la mamma, la mamma è la mamma e la mamma coccola...
36. PINA: Sì sì, indubbiamente, però magari cerchi di evitare altri problemi all'altra persona, per cui cerchi...
37. CONDUTTRICE: Non deve per forza concettualizzare in maniera cognitiva... Però tu puoi chiedere alla mamma "guarda oggi avrei proprio bisogno di una coccola perché mi sento un po' giù" e vedrà che nonostante la demenza, la mamma sarà pronta a dare la coccola, perché sul lato emotivo funzionano e funzionano bene... perché sono le ultime cose che si perdono...
38. PINA: Ah, sono le ultime cose che si perdono? Meno male.
39. CONDUTTRICE: Perché la parte emotiva, le emozioni, come dire, il cervello è fatto a strati, i neuroni della corteccia cerebrale, e perciò le funzioni cognitive sono la parte esterna, la sede delle emozioni è interna, perciò è raramente colpita, è una ghiandola del cervello, non sono i neuroni, quindi rimane. Magari non le saprà esprimere, non ti so dire se è felice o contenta, ma riconosco se piango o se rido... È un linguaggio universale, cioè se noi andiamo in America possiamo non conoscere la lingua, ma riconosciamo che se l'altro sorride è felice, è un linguaggio universale... se ci troviamo davanti ad una persona che non ci capisce, può non capire il linguaggio verbale, ma sicuramente l'emozione la percepisce, perché è universale... ed è per questo che si mantiene ed è per questo che è così importante.
40. CONDUTTRICE: Grazie Pina per la condivisione.
41. PINA: Grazie a voi.

Commento (a cura di *Pietro Vigorelli*)

Dal punto di vista metodologico sottolineiamo:

- l'utilizzo della lavagna di carta;
- l'indicazione dei Passi (durante ogni incontro di gruppo viene scritto il Passo che risulta utile per portare avanti una conversazione difficile).

In questo frammento sono messi al centro dell'attenzione i Dodici Passi, ma

○ mancano le parole su cui lavorare.

Questo è spiegato dal fatto che si tratta dell'ultimo incontro e la conduttrice chiedeva a ciascun partecipante, a conclusione della serie di incontri, quale passo fosse per lui più utile tra quelli di cui si era parlato.

In realtà il messaggio non è stato sufficientemente chiaro con la conseguenza che Pina al turno 2 non si è limitata a indicare uno dei Dodici Passi ma ne ha passati in rassegna più di uno.

Anche la conduttrice non si è poi attenuta alla consegna che lei stessa ha dato ma al turno 5 ha cominciato a lavorare sulle parole che Pina ha detto in gruppo, invece che limitarsi a prenderne atto.

Così facendo, il gruppo invece che concludersi si è riavviato; invece che essere eterocentrato (centrato cioè sulle parole che Pina ha scambiato a casa con sua madre) è diventato auto centrato (centrato cioè sulle parole che Pina ha detto nel gruppo parlando di sé).