

310. Sul senso di inadeguatezza, il *Non fare domande* e il *Non correggere*

Testo inviato da Donatella Basso, psicoterapeuta, Udine.

La conversazione è stata registrata in modo palese con il consenso informato del conversante e del familiare di riferimento. La trascrizione è fedele, comprese le parole mal formate, tronche, ripetute e le frasi senza senso. Il nome del conversante e ogni dato che possa permettere l'identificazione sua o di altre persone e luoghi è stato alterato per rispettarne la privacy.

Il conversante

La signora Loredana ha 82 anni. Le è stata diagnosticata una demenza di tipo Alzheimer con un decorso piuttosto rapido. Il suo ingresso in struttura risale a poco più di un anno fa. La si descrive come rallentata, ripetitiva, affaccendata e con alterazione del ritmo sonno/veglia. Deambula autonomamente ma ha un disorientamento spazio – temporale. Viene descritta come malinconica, con pregressi episodi di depressione.

La progressione dei disturbi neurocognitivi è documentata dai punteggi del MMSE: 24/30 nel febbraio 2015, 22/30 nel giugno, 14/30 alcune settimane prima del colloquio.

La conversazione e il contesto

La conversazione è avvenuta in un angolo della sala comune di una RSA, con il passaggio di altri ospiti e operatori. Loredana a tratti parla in dialetto friulano, ma le sue frasi sono riportate in italiano nella trascrizione. Durata: 19 minuti.

Il testo: *Le parole mie son misere. Non sono all'altezza e mi sento minorata*

1. PSICOLOGA: Eccoci! Signora Loredana, buongiorno. Ha visto che abbiamo il registratore... Perché io, come le dicevo, mi chiamo Donatella, sono una psicologa e mi interesso alle conversazioni con le persone, per cui sono qui, se ha piacere, per scambiare due parole con lei.
2. LOREDANA: Sì, sì, di quello che posso...
3. PSICOLOGA: Ma certo!
4. LOREDANA: Io, io le dico subito, non sono studiata, io ho fatto solo la quinta, non posso dirle...
5. PSICOLOGA: I tempi erano diversi...
6. LOREDANA: Ecco. Adesso se lei mi chiede qualcosa che mi mette in imbarazzo, perché non sono preparata...
7. PSICOLOGA: Guardi, io assolutamente vorrei evitare di fare domande. Siamo qui per una conversazione piacevole e le domande ci metterebbero entrambe in imbarazzo...
8. LOREDANA: Ecco.
9. PSICOLOGA: E in difficoltà...
10. LOREDANA: Ecco.
11. PSICOLOGA: Quindi le evitiamo.
12. LOREDANA: Le evitiamo. Parliamo un po' di tutto.
13. PSICOLOGA: Perfetto. Siamo proprio sulla stessa onda, io e lei.
14. LOREDANA: Lei dice.
15. PSICOLOGA: Dico di sì.
16. LOREDANA: Sì?
17. PSICOLOGA: Sì. Parlare un po' di tutto mi va bene.
18. LOREDANA: Una brutta onda, siamo su una brutta onda, perché io non so parlare tanto bene. M'incanto. Sono sensibile.
19. PSICOLOGA: Eh, lo credo.

20. LOREDANA: E ho paura di sbagliare.
21. PSICOLOGA: Ah...
22. LOREDANA: Perché a scuola ho fatto appena la quinta.
23. PSICOLOGA: E quindi lei non si sente molto...
24. LOREDANA: Ee ecco. Le han già spiegato tutto...
25. PSICOLOGA: Ma a me fa piacere parlare con lei.
26. LOREDANA: Ma... se lei...
27. PSICOLOGA: Non siamo a scuola, quindi possiamo un po' decidere noi di cosa parlare...
28. LOREDANA: Cosa parlare... bene!
29. PSICOLOGA: Immagino ci siano delle cose che lei ha fatto, che sa, di cui magari ha piacere anche di parlare. Qualcosa ha da raccontare. Non siamo...
30. LOREDANA: Proviamo. Proviamo, se c'è qualcosa.
31. PSICOLOGA: Certo! Parlare, comunque, è sempre importante.
32. LOREDANA: Sì, molto importante.
33. PSICOLOGA: Ah, sì!
34. LOREDANA: Io sono una chiacchierona.
35. PSICOLOGA: Ah! Che bene. Mi fa piacere.
36. LOREDANA: Però l'italiano lo parlo molto male. Non sono stata a scuola. Parlo solo friulano.
37. PSICOLOGA: Se qualche parola le viene in friulano...
38. LOREDANA: Lei lo capisce.
39. PSICOLOGA: Io lo capisco. Cerchiamo di parlare italiano perché il mio friulano è diverso dal suo...
40. LOREDANA: Parlate diverso.
41. PSICOLOGA: Parliamo diverso. Se qualche parola non le viene in italiano, me la dice in friulano...
42. LOREDANA: Vediamo se vien fuori.
43. PSICOLOGA: E vediamo se vien fuori.
44. LOREDANA: Va ben. Va ben. Di cosa vogliamo parlare? A proposito di cosa?
45. PSICOLOGA: Può decidere lei di cosa parlare.
46. LOREDANA: No, è meglio che decida lei (*pausa lunga*).
47. PSICOLOGA: Allora io. A me piacerebbe che lei mi raccontasse qualcosa di bello.
48. LOREDANA: Eh! Qualcosa di bello! Qualcosa di bello. Non vien mai niente di bello!
49. PSICOLOGA: È da tanto tempo che non le succedono cose belle.
50. LOREDANA: Eh, un po'. Eh, un po'. Per dir la verità. E dopo io son molto sensibile. E quando vedo le cose che non vanno bene... Se lei sapesse quanto ci soffro!
51. PSICOLOGA: Ah!
52. LOREDANA: Proprio di dentro di... Qualche volta mi toglie anche l'appetito.
53. PSICOLOGA: La sofferenza toglie
54. LOREDANA: (*m'interrompe*) La sofferenza...
55. PSICOLOGA: Toglie l'appetito.
56. LOREDANA: Sì. Perché vorrei essere all'altezza di poter parlare perché mi piacerebbe... Siccome non sono studiata, non posso essere... non mi metto con le altre persone, perché non mi sento...
57. PSICOLOGA: Però io, sa, io credo che lei sia un'esperta di quello che sente, di quello che ha fatto, di quello che...
58. LOREDANA: Sì.
59. PSICOLOGA: Queste cose meglio di lei non le conosce nessuno.
60. LOREDANA: Io ho gestito un locale in centro.
61. PSICOLOGA: Caspita!
62. LOREDANA: Trent'anni... Non sono pochi.

63. PSICOLOGA: Sono tantissimi.
64. LOREDANA: E ho fatto solo la quinta.
65. PSICOLOGA: E quindi è stata brava e si è organizzata bene.
66. LOREDANA: Sono organizzata, sono organizzata, quando si è nelle cose, si cerca di fare quello che si può...
67. PSICOLOGA: Certo.
68. LOREDANA: Anche sbagliando. Io dicevo: forse non è giusto quello che parlo. Dovete capirmi. Perché io l'italiano, purtroppo, lo so poco. Adesso parli lei.
69. PSICOLOGA: Quindi lei incontrava tante persone.
70. LOREDANA: Tante.
71. PSICOLOGA: Che parlavano italiano.
72. LOREDANA: Sì.
73. PSICOLOGA: Qualcuna era anche una persona molto studiata...
74. LOREDANA: Sì, come no, come no...
75. PSICOLOGA: E lei...
76. LOREDANA: Però io mi mettevo a disagio, capisce, come...
77. PSICOLOGA: E queste persone la mettevano a disagio.
78. LOREDANA: Sì. Però mi capivano.
79. PSICOLOGA: Vuol dire che lei si spiega.
80. LOREDANA: Diceva, dicevano così: signora, io non la mangio, non le faccio niente, parliamo. Lei sa parlare, mi dicevano.
81. PSICOLOGA: Ah.
82. LOREDANA: Eh! Non so parlare. Solo quello che... che mi sento di dire. Ecco.
83. PSICOLOGA: Lei era sempre, spesso, preoccupata...
84. LOREDANA: Molto preoccupata!
85. PSICOLOGA: Ah! Lei si riteneva...
86. LOREDANA: Io mi tengo, mi tengo... non mi tengo come tutte le persone, mi sono... mi sento... mi sento minorata.
87. PSICOLOGA: Lei si sente...
88. LOREDANA: Minorata! Ho capito... Ho detto giusto?
89. PSICOLOGA: Giusto, giustissimo...
90. LOREDANA: Sì. Perché non ho studiato!
91. PSICOLOGA: Le sarebbe piaciuto.
92. LOREDANA: Come no! Ma in otto in famiglia, io la più vecchia, con la mamma, a fare i lavori, sa cosa vuol dire, non ho avuto tempo, ho fatto quello che faccio tutto di testa mia, così, mi piacciono le cose belle...
93. PSICOLOGA: Ah.
94. LOREDANA: Mi piacciono le cose belle, mi piace parlare.
95. PSICOLOGA: Siamo qua per questo.
96. LOREDANA: Ma faccio tanta fatica perché ho paura sempre di sbagliare! Dato che non sono stata a scuola, mi capisce, ho fatto la quinta, ma cosa vuole, la quinta!
97. PSICOLOGA: Finora è andata benissimo, è stato un piacere.
98. LOREDANA: Ah sì?
99. PSICOLOGA: Sì.
100. LOREDANA: La ringrazio, mi mette già un po' a mio agio.
101. PSICOLOGA: Eh!
102. LOREDANA: E' brutto. Nel mio caso io soffro. Perché vorrei essere all'altezza degli altri ma non posso. Manca lo studio, manca tutto.

103. PSICOLOGA: Ci sono delle persone che non la fanno sentire a suo agio.
104. LOREDANA: Eh, ci sono delle persone così, proprio, sì... e a me dispiace.
105. PSICOLOGA: E questi non ci fanno sentire bene...
106. LOREDANA: No, no, no, perché io soffro. Allora sto, sto sempre più, sempre, sempre di più, più, più zitta. E non va bene. Mi chiudo in me stessa.
107. PSICOLOGA: Ci sono delle persone che la fanno sentire in errore.
108. LOREDANA: Sì. Minorenne...
109. PSICOLOGA: Certo.
110. LOREDANA: E allora... Non è facile.
111. PSICOLOGA: Parlare non è facile.
112. LOREDANA: Non è facile, no. E così tiro avanti come posso, alla buenas de dios, signora.
113. PSICOLOGA: Alla buenas de dios.
114. LOREDANA: Alla buenas de dios.
115. PSICOLOGA: Mi ricorda una canzone...
116. LOREDANA: Sì?
117. PSICOLOGA: Sì. (*Pausa lunga*)
118. LOREDANA: Eh, non è facile la vita (*pausa lunga*). E io purtroppo sono stata sempre con tanta gente. Me la son cavata alla buona, alla buona. Perché... dicevo, quando c'era qualche... studiato, dicevo: se lei parla... che la posso capire, possiamo parlare insieme. Ma se lei mi parla solo... come posso dire. Mi aiuti (*pausa breve*) Difficile, ecco! Non posso capirla. Ha capito come. Allora devo tacere. Son delle cose che vorrei parlare, perché mi sento di parlare, però... mmh... sono troppo sensibile, ho paura di sbagliare sempre, e questo è un gran difetto (*pausa di 6 secondi*). Una... la maestra che andavo a scuola, quella mi capiva. Diceva: tu sei una persona e puoi parlare con tutti, non serve se non sai proprio l'italiano come noi che abbiamo studiato... noi capiamo anche le persone che non sono studiate.
119. PSICOLOGA: E le persone che non sono studiate riescono a farsi capire anche bene.
120. LOREDANA: Eh! Si cerca.
121. PSICOLOGA: Certo.
122. LOREDANA: Ma sa che fatica! Perché mi vergogno, a sbagliare. Capisce come. Sono sensibile, allora vado poco avanti (*pausa breve*). Le ho già detto tutto.
123. PSICOLOGA: Sì, mi ha detto tante cose.
124. LOREDANA: Ecco. Le ho detto tante cose in poche parole. Questa è la mia vita. Io volevo essere qualcosa di più grande. Perché ho avuto il locale in centro. Ho gestito per trent'anni. Non è mica facile!
125. PSICOLOGA: Lo credo!
126. LOREDANA: Con tutte le persone... ignorante, in in poche parole. Persone ignoranti, come persone molto, molto studiate. Facevo alla mi buona de dios, (*accenna un sorriso*) dico sempre. Quello che mi veniva dicevo... e... più volte son stata ammirata, non so...
127. PSICOLOGA: Ah! Lei è stata ammirata.
128. LOREDANA: Sì sì.
129. PSICOLOGA: Ci sono state delle persone che si sono complimentate con lei.
130. LOREDANA: Sì sì sì.
131. PSICOLOGA: Ah!
132. LOREDANA: Sì sì sì. Perché hanno capito che ho paura a parlare perché non sono studiatà, capisce come. E allora... è difficile per me.
133. PSICOLOGA: È difficile.
134. LOREDANA: È difficile, sì. Non ho avuto te... non ho avuto tempo. Eravamo in otto in famiglia. Stia a sentire. Sei maschi. Da lavarli, stirare, preparare alla sera. Mettere sul letto, la mia mamma

mi insegnava così. Ognuno fai... fai, vai via sul letto e metti la sua roba. Perché lavavo tutti i giorni. E stiravo col ferro a... a car... a...

135.PSICOLOGA: Con le braci?

136.LOREDANA: Con le...

137.PSICOLOGA: Con le braci.

138.LOREDANA: Con le braci. E non era facile. Perché magari sul più bello della camicia stirata, eh, mi succedeva purtroppo di tornarla a lavare.

139.PSICOLOGA: Perché si sporcava facilmente.

140.LOREDANA: Facilmente, sì. Ho fatto la vita un po'... un po'... tirata. Come devo dire? Mmh!

141.PSICOLOGA: Faticosa?

142.LOREDANA: Eh?

143.PSICOLOGA: Faticosa?

144.LOREDANA: Faticosa, faticosa, ecco. Perché volevo io, io volevo arrivare. Io capivo, ma non sapevo a spiegarmi, io capivo, ma non sapevo a spiegarmi, e soffrivo. Ma tanto soffrivo!

145.PSICOLOGA: Perché lei è una persona sensibile.

146.LOREDANA: Sono sensibilissima... Sì. Metto le mani dappertutto. Cerco di imparare sempre, di essere un po' come gli altri ma non ci riesco. Perché... bisognava da bambini, proprio...

147.PSICOLOGA: Da bambina lei non si sentiva adeguata e anche adesso lei si trova in difficoltà.

148.LOREDANA: In difficoltà. Io mi trovo in difficoltà. Tante volte che sento parlare le persone mi piace sentire parlare. Non riesco a capire tutto, perché quando parlano italiano, che lo parlano loro, tra di loro, non mi posso permettere di chiedere sempre cosa vuol dire, ha capito?

149.PSICOLOGA: Sì sì.

150.LOREDANA: Io sono sensibile. Sono un po' difficile. Sono un po' difficile. Cosa devo fare?

151.PSICOLOGA: Si fa quello che si può.

152.LOREDANA: Brava. Allora farò quello che posso. E quello che non posso lascio da parte.

153.PSICOLOGA: Certo.

154.PSICOLOGA: Mi avrebbe piaciuto essere studiata, sapere parlare con tutti... Ero portata a dialogare. Capisce come.

155.PSICOLOGA: Una bella cosa questa.

156.LOREDANA: Una bella cosa, sì. Perché anche nel locale vengono di tutte le qualità, studiati, non studiati... Allora io mi arrangio un po' con tutti.

157.PSICOLOGA: Allora. Lei era una persona portata

158.LOREDANA: Sì

159.PSICOLOGA: A chiacchierare.

160.LOREDANA: Sì sì.

161.PSICOLOGA: A trovarsi con la gente.

162.LOREDANA: Sì, mi piace, io vivo con la gente.

163.PSICOLOGA: E stare tutto questo tempo nel suo locale le ha permesso anche di parlare, di incontrare gente, conoscere molte persone e scambiare molte parole.

164.LOREDANA: Sì, ma le parole mie son misere. Non sono all'altezza, e mi sento minorata. In poche parole questa è la verità.

165.PSICOLOGA: Io invece mi sento di farle i complimenti.

166.LOREDANA: Perché?

167.PSICOLOGA: Lei è riuscita a raccontarmi molte cose importanti, ha detto di essere una persona sensibile...

168.LOREDANA: Sì.

169.PSICOLOGA: Mi ha detto che le sarebbe piaciuto studiare...

170.LOREDANA: Sì.

- 171.PSICOLOGA: Mi ha detto quanto è stata faticosa la sua vita...
- 172.LOREDANA: Sì.
- 173.PSICOLOGA: E mi ha detto tutto con parole...
- 174.LOREDANA: Povere...
- 175.PSICOLOGA: Ma giuste.
- 176.LOREDANA: Sì, di quelle... una realtà, insomma, ecco, della realtà.
- 177.PSICOLOGA: Di quelle della realtà, e ci siamo capite benissimo.
- 178.LOREDANA: Ben, son contenta, la ringrazio.
- 179.PSICOLOGA: Lei come si è sentita?
- 180.LOREDANA: Bene, non mi ha messo a disagio.
- 181.PSICOLOGA: Mi fa piacere.
- 182.LOREDANA: Sapendo che lei è una persona studiata, il mio io si sente a terra, capisce come.
- 183.PSICOLOGA: Ho capito.
- 184.LOREDANA: E allora non so come comportarmi, sto tanto zitta. E non va bene... Perché ho paura di sbagliare. E dopo se mi correggono sono un po' sensibile, anche...
- 185.PSICOLOGA: Certo essere corretti continuamente...
- 186.LOREDANA: Sì.
- 187.PSICOLOGA: E' una cosa che non fa piacere...
- 188.LOREDANA: Non fa piacere.
- 189.PSICOLOGA: E ci blocca anche.
- 190.LOREDANA: Come no!
- 191.PSICOLOGA: Eh!
- 192.LOREDANA: Delle volte... sapevo le risposte come che dovevo fare, però con la paura di sbagliare... niente!
- 193.PSICOLOGA: Niente! (*pausa breve*)... Bene (*con tono di commiato*).
- 194.LOREDANA: È così, cara.
- 195.PSICOLOGA: Beh, a me ha fatto molto piacere. È stata una buona conversatrice.
- 196.LOREDANA: Ah sì?
- 197.PSICOLOGA: La ringrazio del tempo che mi ha dedicato.
- 198.LOREDANA: Bene, molto co... lieta.
- 199.PSICOLOGA: Buona giornata.
- 200.LOREDANA: Grazie, e grazie altrettanto. E scusi di tutto. Cosa vuole che le dica. Prenda il buono e il brutto lo metta da parte!
- 201.PSICOLOGA: Sarà fatto.
- 202.LOREDANA: Ecco! (*ride*)... Grazie.
- 203.PSICOLOGA: Arrivederci.
- 204.LOREDANA: Arrivederla, signora.

Commento (a cura di *Donatella Basso*)

Loredana esprime fin da subito il suo senso d'inadeguatezza. Se però, come lei stessa ci suggerisce di fare al momento del commiato, prendiamo *il buono*, e *il cattivo* lo mettiamo da parte, troviamo davvero molto di buono in quello che ha detto.

Dimostra competenza a parlare e a comunicare, contratta fin da subito sui contenuti, esprime giudizi personali e cerca di giustificare la limitazione attuale delle sue capacità, argomentando che ha fatto solo la quinta elementare. Inoltre, si dimostra consapevole sul proprio modo di sentire e di sentirsi (competenza emotiva).

Loredana è collaborante e contenta di parlare, ma mette in chiaro fin dalla prime battute che farà quello che può (turni 2, 4) e che ha dei limiti: non ha studiato, ha fatto solamente la quinta elementare (turno 4), non è preparata (turno 6). Immagina che mi siano già state comunicate le sue inadeguatezze: *le han già spiegato tutto...* (turno 24). Dice che non vuole domande e che è meglio che decida io di che cosa parlare:

6. LOREDANA:... se lei mi chiede qualcosa che mi mette in imbarazzo.

12. LOREDANA: le evitiamo (*le domande*), parliamo un po' di tutto.

46. LOREDANA:... è meglio che decida lei.

Dopo l'inizio un po' stentato in cui Loredana parla del suo senso di inadeguatezza, la conversazione decolla e Loredana parla liberamente raccontando di sé:

- sono sensibile, molto sensibile, sensibilissima (turni 18, 50, 146, 150);
- sono una chiacchierona (turno 34);
- ho gestito un locale (turno 60);
- sono organizzata, quando sono *nelle cose* faccio tutto quello che si può (turno 66);
- ero molto preoccupata (turno 84);
- sono stata alunna, sorella, figlia (turni 118, 134);
- sono stata ammirata (turno 126), mi dicevano che so parlare (turno 80);
- metto le mani dappertutto (turno 146);
- mi sarebbe piaciuto studiare, ero portata a dialogare, volevo *arrivare* (turni 92,154);
- mi piacciono le cose belle (turni 92, 94).

Per ottenere questo risultato, che Loredana parli e racconti liberamente di sé, è stata Loredana stessa che ha indicato delle buone regole:

- evitare le domande (turno 11), non chiedere cose che mettono in imbarazzo (turno 6);
- non correggere (turno 184).

Non a caso, sono proprio queste le tecniche che ho cercato di utilizzare e che hanno favorito lo sviluppo della conversazione, nonostante le sue paure e i suoi disturbi neurocognitivi (MMSE 14/30).