

Il Gruppo ABC per riuscire a parlare con il malato Alzheimer

Pietro Vigorelli

Quando nella vita quotidiana non si riesce più a comunicare con la parola che cosa succede? La situazione, già difficile per i molteplici problemi causati dalla malattia di Alzheimer, diventa ancora più difficile e pesante.

Quando il familiare-caregiver si accorge che nonostante il tempo e l'energia dedicati, nonostante le infinite cure, il malato continua a peggiorare e la comunicazione diventa sempre più difficile, che cosa succede? Al peso della malattia si aggiunge il peso della frustrazione e dell'impotenza.

Il Gruppo ABC è nato per far fronte a questi problemi e ha lo scopo di aiutare i partecipanti a uscire dal tunnel dell'impotenza e a diventare dei curanti esperti, esperti nell'uso della parola.

In base all'esperienza dei partecipanti mi sono convinto sempre di più che tenere vivo l'uso della parola nella vita di tutti i giorni è utile per favorire la "felicità possibile", quella dei familiari innanzitutto, e quella dei malati di riflesso.

Partecipando al Gruppo ABC i familiari si rendono conto che è la malattia a causare problemi e sofferenze, indipendentemente dalla volontà propria e da quella del malato.

Se è vero che siamo impotenti nei confronti della malattia è anche vero che un cambiamento di atteggiamento, la scelta "esperta" delle parole da dire e di quelle da non dire può migliorare le condizioni di vita nonostante la malattia.

È importante riconoscere di avere bisogno di aiuto e cercare questo aiuto dove lo si può trovare. Il Gruppo ABC risponde a questa esigenza e si propone come un gruppo di autoaiuto dove si accetta l'aiuto degli altri e dove si offre il proprio. Come?

Durante gli incontri il conduttore invita i partecipanti a raccontare nel modo più fedele possibile le conversazioni che avvengono a casa (o in RSA), così come effettivamente avvengono, con tutti i silenzi, le incoerenze e gli inceppamenti causati dalla malattia.

Quando emerge un problema si cercano soluzioni nuove, con il contributo di tutti e con l'aiuto del Metodo ABC.

Il Metodo ABC si basa sull'uso consapevole dell'ascolto e della parola e si realizza mettendo in pratica i Dodici Passi, una vera mappa che aiuta a superare le situazioni più difficili (lo spiego in un libro che ho pubblicato di recente e che è rivolto proprio ai familiari per riuscire a parlare nonostante la malattia: ALZHEIMER SENZA PAURA – Rizzoli).

Ogni incontro di gruppo dura due ore e la partecipazione è libera: ciascuno partecipa secondo i propri bisogni e le proprie possibilità.

Quanto viene detto è strettamente confidenziale, resta all'interno del gruppo e nel cuore di ciascuno.

Durante gli incontri non si discute: ciascuno è libero di raccontare la propria esperienza, di ascoltare quella degli altri e di portare a casa le idee e i suggerimenti che per lui sono più importanti.

Che cosa si ottiene dalla partecipazione al Gruppo ABC?

Un'esperienza nuova che aiuta a

- condividere le difficoltà incontrate nella vita di tutti i giorni
- ricercare (e trovare) soluzioni nuove ai problemi che si ripresentano tutti i giorni
- imparare tecniche utili per tener viva la conversazione in famiglia, nonostante la malattia
- uscire dal tunnel dell'impotenza e diventare un curante esperto

Attualmente sono in corso vari gruppi (a partecipazione chiusa) nati nell'ambito di progetti cofinanziati dalla Provincia di Milano e dalla Provincia di Oristano.

Un altro, con partecipazione aperta e libera, è promosso dal Gruppo Segesta e si riunisce a Milano alla Residenza Saccardo (via Saccardo, 47 – Milano, raggiungibile con la MM verde fermata Lambrate FS e seconda fermata autobus 54). Per chi vuole partecipare è gradita una telefonata di preavviso al n° 02 72094318.

Gli incontri si tengono dalle ore 17 alle ore 19 nei giorni 2 dicembre 2008, 8 gennaio 2009, 12 febbraio, 12 marzo, 2 aprile, 14 maggio, 11 giugno, 8 ottobre, 5 novembre, 3 dicembre 2009.