

16. Sul riconoscere le emozioni

Buongiorno,

desideravo sapere come potrebbe essere l'approccio nei confronti di mia madre, affetta da Parkinson vascolare, decadimento cognitivo con deliri a componente ansiosa. Ogni volta ci travolge con i suoi deliri e le sue ansie paradossali. Non ci lascia parlare ma insiste su fatti terribili che le accadono giorno e notte.

E' come se vivesse sdoppiata perché ci riconosce, ricorda tutto, ma vive nel terrore di essere mandata via dalla RSA e buttata in mezzo alla strada. Questo è il suo chiodo fisso, oltre al fatto che tutti complottano contro di lei, che ci hanno derubati ecc. ecc. Siamo numerosi figli, ognuno con una sua reattività. Io riesco abbastanza a gestirla ma ogni volta esco distrutta. Avete qualche consiglio?

Lettera firmata

Buongiorno.

Il consiglio consiste nel non contrastarla e neppure nel cercare di rassicurarla.

Potrebbe invece fare così:

- 1. per prima cosa cerchi di identificare l'emozione che la mamma sta esprimendo con le sue parole (per esempio, la mamma ha paura di essere mandata via dalla RSA, la mamma si sente protetta stando nella RSA);*
- 2. poi le restituisca con le parole quello che ha capito (mamma, hai paura che ti mandino via);*
- 3. poi non aggiunga nulla, stia zitta e aspetti che sia lei a proseguire;*
- 4. poi continui a parlare con la mamma rispondendole in modo pertinente, informandosi in modo dettagliato sulla sua paura (sui complotti, sui furti). L'importante è continuare a parlare, prendendo sul serio le sue parole, restando aderenti alle sue parole.*

Questo può essere un buon inizio, poi cercherà di cavarsela meglio che può, come già sta facendo.

Aggiungo che non può restare sola ad affrontare un problema così impegnativo. Si affidi anche al medico, neurologo o geriatra, per il supporto farmacologico.

Per approfondire le consiglio la lettura di

- ALZHEIMER. Come favorire la comunicazione nella vita quotidiana (FrancoAngeli/Self-help. Pagg. 144, euro 18).

Auguri e cordiali saluti

Pietro Vigorelli