

COLLOQUIO CON LA FIGLIA DI UNA PERSONA CON DEMENZA

Testo inviato da Anna Santoro (psicologa, Pavia) e discusso al Corso per conduttori di Gruppi ABC.

La conversazione è stata registrata in modo palese con il consenso informato della conversante. Il suo nome e ogni dato che possa permettere l'identificazione sua o di altre persone e luoghi è stato alterato per rispettarne la privacy. Il colloquio, pur essendo tra due soli conversanti (la psicologa e la figlia di una persona con demenza) è stato condotto facendo riferimento al Metodo dei Dodici Passi utilizzato nei Gruppi ABC. Viene trascritto fedelmente, così come è avvenuto, con le difficoltà incontrate e le soluzioni impiegate.

La conversante e il contesto

La signora Mariella accompagna il padre, Gino, alla visita di controllo presso la UVA. Gino ha una diagnosi di demenza di tipo misto, vascolare e degenerativa, di grado lieve.

Mirella entra prima da sola perché vuole parlare senza che il padre possa ascoltare; lamenta una grande difficoltà nella gestione del papà. Appena entrata comincia a raccontare episodi in cui fa fatica a gestire il papà; le propongo quindi un colloquio individuale per parlare delle difficoltà che incontra. Mariella mi segue in un altro ambulatorio mentre il papà fa la visita di controllo con la geriatra.

Spiego la funzione della registrazione, chiedo il consenso e iniziamo il colloquio.

Il testo: Sulla difficoltà ad aiutare un familiare senza correggerlo

Il testo viene suddiviso in quattro frammenti, l'inizio del colloquio, due esempi di conversazione infelice e la conclusione.

L'inizio del colloquio: la focalizzazione sulle parole

1.PSICOLOGA: Buon giorno Mariella.

2.MARIELLA: Buon giorno Dottoressa.

3.PSICOLOGA: Bene, come le dicevo la settimana scorsa io seguo un corso per aiutare i familiari di anziani fragili ad avere conversazioni felici con il proprio caro malato e a non sentirsi più impotenti di fronte ad una situazione che sembra impossibile da gestire. Le tecniche che usiamo sono quelle dell'Approccio Capacitante, basato sull'uso della parola e su delle situazioni concrete. Ed è proprio quello che andremo a fare oggi insieme. Partiamo quindi da quelle conversazioni infelici o che hanno avuto un esito negativo, perciò lasciate interrotte, o finite con un'arrabbiatura.

4.MARIELLA: Ah dottoressa, lei non sa quante ce ne siano, perché non lo fa solo con me ma anche con mio fratello e mia mamma. Non si può, non si sa più come prenderlo. In alcuni momenti non si sente neanche, fa i suoi cruciverba ed è contento, che anche lì, dico io, fa i cruciverba e non ne sbaglia uno e poi si dimentica le cose più semplici. Sembra quasi lo faccia apposta. Probabilmente sarà la malattia, però... Noi vediamo proprio un cambiamento, mio papà non è mai stato così.

Prima conversazione infelice: come si fa ad andare alla spiaggia?

5.PSICOLOGA: Capisco, proviamo a concentrarci su una conversazione precisa, che lei si ricorda sia finita male, provando a ricordare le parole che sono state dette da lei e dal suo papà.

6.MARIELLA: Ad esempio siamo andati al mare a settembre e abbiamo preso l'albergo sulla spiaggia con tutte le comodità vicine, di modo che se lui voleva andare a prendere il giornale o un caffè poteva farlo senza dipendere da nessuno. Gli ho fatto anche una piantina dell'albergo e della spiaggia... lei pensa sia servito a qualcosa? No, perché mi chiama per sapere dove deve andare.

7.PSICOLOGA: Quali sono le parole che vi siete detti in quel momento? Proviamo a ricostruire il dialogo.

8.MARIELLA: Gli faccio "Papà, ti ho fatto uno schemino con l'albergo, la spiaggia, il bar e l'edicola, così se vuoi puoi muoverti da solo" e lui mi risponde "Va bene", senza nemmeno un grazie. Dopo poco arriva e mi dice "Mi porti a prendere il caffè?" E allora a me sale il nervoso, perché gli avevo detto poco prima come andare al bar.

9.PSICOLOGA: Quindi quando il suo papà le ha detto "Mi porti a prendere il caffè" lei cosa ha risposto? Quali parole ha utilizzato?

10.MARIELLA: Gli ho risposto "Ti ho spiegato dove si trova il bar, vai, poi guarda la piantina e torni da noi, ti ricordi? Ti ricordi dov'è, vero?" e lui mi dice "Non lo so! Non me lo hai detto e qui non ci capisco niente", queste le sue parole, e allora io mi sono un po' arrabbiata e gli ho risposto "Ma come, ti ho segnato tutto, non ti ricordi davvero?" e lui inizia ad alzare la voce dicendo che noi siamo matti.

11.PSICOLOGA: Ecco, qui arriviamo al punto in cui la situazione diventa difficile, con l'arrabbiatura di entrambi. Ora riflettiamo sulle parole usate da lei e proviamo a modificarle, perché quelle del suo papà non si possono cambiare, in quanto sappiamo che ha una patologia con determinate caratteristiche, però lei Mariella può cambiare i suoi interventi e si potrebbe avere un risultato differente nella relazione con il papà, magari non facendogli quelle domande tipo "Non ti ricordi davvero?" perché purtroppo è la sua patologia e lui non può ricordare.

Quindi il suo papà le dice questa frase "Non lo so! Non me lo hai detto e qui non ci capisco niente", proviamo a trovare parole diverse per evitare che la conversazione finisca in un'arrabbiatura...

12.MARIELLA: Dottoressa, io non saprei, perché a me sembrava tanto chiaro! Magari dirgli "Te lo rispiego"... eh eh... Poi provare a farlo andare da solo.

13.PSICOLOGA: Certo, potrebbe essere un tentativo; sicuramente non è facile per i familiari vedere il proprio caro così cambiato, però bisogna capire che la malattia porta questi cambiamenti e in una fase iniziale dei disturbi, come è la vostra, sicuramente tutto sembra strano e difficile. Perciò bisogna cercare di accettare che faccia le cose così come le fa e da questa consapevolezza trovare i modi per relazionarsi serenamente. Può essere che il suo papà trovandosi in una situazione nuova si sia sentito ancora più disorientato... Provi a pensare ad un'altra possibile risposta alle parole di suo papà "Non lo so! Non me lo hai detto e qui non ci capisco niente".

14.MARIELLA: Dire magari "Papà ti accompagno io" e vedere cosa succede, anche se sono convinta che troverebbe comunque il modo per rispondermi male.

15.PSICOLOGA: E' un tentativo. Cerchiamone un altro, altre parole che potrebbe dire a suo papà quando le dice "Non lo so! Non me lo hai detto e qui non ci capisco niente".

16.MARIELLA: O signur dottoressa non saprei, perché so già che qualsiasi cosa...

17.PSICOLOGA: Magari il papà ha difficoltà nel capire il biglietto e gli risulta difficile, e questo lo fa anche irritare. Quindi si potrebbe dare un riconoscimento a questa difficoltà e facilitargli la situazione. Perciò cosa potrebbe rispondere a suo papà?

18.MARIELLA: Secondo quello che mi ha detto lei, potrei dirgli: "Papà, se ti viene difficile, vengo con te", ed effettivamente così potrebbe secondo me non arrabbiarsi.

19.PSICOLOGA: Quindi abbiamo individuato due frasi che potrebbe dire in situazioni analoghe a quella del mare e vedere come reagisce il papà.

20.MARIELLA: Ci proverò dottoressa. Io so che non sarà semplice perché mio papà in questo periodo è molto irrequieto, diverso da prima, non è mai stato così. Vi ringrazio per i suggerimenti che ci date, che lei mi sta dando e spero che siano utili, perché... è una guerra, una grossa guerra, non sa che angoscia che si crea anche in noi ogni volta a doverlo calmare, a non sapere se quello che si dice può farlo arrabbiare... Mia mamma è esausta e anche noi facciamo quel che si può... con lui c'è da perdere la pazienza; a volte addirittura non parla... Proverò, proverò con i suoi consigli.

Seconda conversazione infelice: vorrei mangiare cinese

21.PSICOLOGA: Mariella, vedo che questa situazione le crea sofferenza e anche un senso di impotenza perché spesso si pensa di fare una cosa buona e invece si ottiene un esito negativo nella relazione con il malato. Proviamo a continuare con l'esercizio di prima, individuando sempre una situazione o una conversazione infelice che ha avuto con suo papà e ragioniamo sulle parole dette e quelle che avrebbe potuto dire per raggiungere un dialogo sereno.

22.MARIELLA: Sì, a me viene in mente che spesso ci chiede o ci propone di fare qualcosa insieme e poi non partecipa, e allora lì a spronarlo, ma niente, e quindi anche noi ci innervosiamo. Per esempio ci chiede di andare a prendere il cinese, noi andiamo e quando arriviamo mangia senza dire una parola e ad un certo punto si alza e va. Io e mio fratello gli chiediamo dove sta andando, se gli è piaciuto, visto che ci ha chiesto lui di cenare cinese, e la sua risposta è "Sì" e va via, a dormire. Quindi a me questa situazione crea nervosismo e poi magari mi arrabbio anche un po'.

23.PSICOLOGA: Certo, immagino che non sia semplice e che a volte ci si senta stanchi e frustrati perché quello che si fa sembra inutile, però proviamo a pensare che magari il suo papà si è dimenticato di avere chiesto di cenare cinese, oppure semplicemente ha voglia di andare a dormire. Proviamo a riflettere e a lavorare sempre sulle parole con l'obiettivo di non farlo andare via o farlo parlare in modo da condividere quel momento con voi. Perciò, riprendendo la conversazione, quali sono le parole dette da lei e da suo papà?

24.MARIELLA: Dunque, verso metà pomeriggio ci dice che vuole il cinese per cena, lui la chiama la cinesata, ci dice proprio "Dai ragazzi, facciamo la cinesata stasera!" pieno di entusiasmo, quasi sopra le righe e poi alla sera comportamento opposto, muto e testa bassa.

25.PSICOLOGA: Quindi il papà vi dice "Dai ragazzi, facciamo la cinesata stasera!" e lei cosa risponde?

26.MARIELLA: Io rispondo: "Va bene papà, come vuoi. Lo dico anche al Gino (*il fratello di Mariella*) e dopo andiamo a prenderlo e ceniamo tutti insieme". E qui già non risponde, dottoressa, è già nel suo mondo, come se non mi avesse chiesto niente, finito tutto il suo entusiasmo.

27.PSICOLOGA: Quando il papà non risponde, lei cosa fa? Cosa dice?

28.MARIELLA: Io me ne vado, cosa devo fare, non saprei...

29.PSICOLOGA: Provi a cercare uno stimolo che possa mantener viva la conversazione con suo papà... magari riconoscendo a suo papà il fatto che gli faccia piacere mangiare in compagnia di tutta la famiglia e facendo notare che anche a voi fa piacere stare tutti insieme. Ripetiamo l'esercizio precedente cercando le parole possibili da dire a suo papà in quella situazione. Quindi al silenzio di suo papà lei Mariella cosa potrebbe rispondere?

30. MARIELLA: Beh certo, riflettendoci potrei fargli notare come è bello stare insieme e dire "E' bello cenare cinese tutti insieme".

31.PSICOLOGA: (*scrivo la frase di Mariella*) Bene, troviamone anche un'altra, altre parole o gesti che si potrebbero fare in quel momento...

32.MARIELLA: Gli potrei dire "Papà, che entusiasmo, hai proprio voglia di cinese!" e poi non so dottoressa, aspetterei cosa mi risponde lui.

33.PSICOLOGA: Certo Mariella, sono due possibilità (*le mostro le due frasi scritte*) che potrebbe utilizzare le prossime volte in situazioni simili e vedere come va, che cosa dice suo papà.

34.MARIELLA: Quindi potrei provare a dire frasi del genere anche quando siamo a tavola e non parla o va via.

35.PSICOLOGA: Sì, così potrebbe cercare di favorire momenti felici, e potrebbe risultare positivo sia per suo papà che per voi familiari.

36.MARIELLA: Le saprò dire dottoressa se sono stata capace.

Il congedo: il riassunto della conversazione e l'assegnazione di un compito

37.PSICOLOGA: Mariella, oggi abbiamo sperimentato queste tecniche dell'*Approccio capacitante* che le potranno essere utili nella relazione con suo papà. In primo luogo abbiamo visto che è meglio non rispondere con delle domande ad una sua frase, quindi richiamiamo il Primo Passo del metodo che è proprio *Non fare domande*. Inoltre abbiamo sottolineato che è utile riconoscere le emozioni e i pensieri del parente malato, richiamando quindi l'Ottavo Passo *Riconoscere le emozioni*.

Io spero che questo breve colloquio le sia stato utile e che riesca a portare a casa qualcosa che la potrà aiutare a parlare con suo papà.

38.MARIELLA: Sicuramente sono più alleggerita perché ho dei tentativi da fare e non avrei mai pensato di riflettere su certe cose, nel senso di pensare bene alle parole, e magari non farmi trascinare dalla situazione del momento, anche perché non ho più davanti mio papà, ma mio papà con una patologia.

39.PSICOLOGA: Sono contenta che le sia sembrato utile, quindi le proporrei un nuovo incontro con un compito da fare, ossia cercare di applicare il Primo Passo, *Non fare domande*. Alle parole di suo papà provi a non rispondere con delle domande e veda un po' come va.

40.MARIELLA: Ci proverò. Grazie dottoressa, mi ricontattate voi per l'appuntamento.

41.PSICOLOGA: Certo, non si preoccupi. Arrivederci.

42.MARIELLA: Arrivederci

Commento (a cura di *Pietro Vigorelli*)

Il Lettore si può esercitare sugli argomenti su cui si è lavorato durante la sessione del Corso:

- Come focalizzare l'attenzione sulle parole
- Come individuare il momento critico
- Fornire strumenti o suggerire soluzioni?
- Partire dall'esperienza (le parole scambiate) e dal disagio (entrambi si arrabbiano)
- Le parole dell'interlocutore (il padre) sono imm modificabili
- Le parole della figlia possono essere scelte, tra infinite composizioni di parole, per ottenere un risultato: una *Convivenza sufficientemente felice* tra i due conversanti.
- Nella prima conversazione, al turno 20 Mariella dice che con suo padre *c'è una guerra*. Si tratta di una chiara allusione al fatto che il padre vive in un suo *Mondo possibile*, un mondo diverso da quello in cui Mariella vorrebbe che abitasse. Per favorire una *Convivenza sufficientemente felice* Mariella potrebbe rinunciare al tentativo di tirare, di costringere il padre nel proprio mondo e accettare invece di accompagnarlo nel suo.
- Nella seconda conversazione, al turno 26 Mariella si accorge che il papà è *già nel suo mondo*, è già in un suo *Mondo possibile*, un mondo diverso da quello di Mariella perché non ha un prima e un dopo ma solo un tempo presente, un tempo in cui non c'è (più) il desiderio della cinesata. Per favorire una *Convivenza sufficientemente felice* tra i due conversanti Mariella può accompagnare con le parole suo papà nel suo *Mondo possibile*, può cioè proseguire la conversazione prendendo spunto da quello che il papà fa e dice nel qui e ora.
- Durante la sessione appare evidente come Mariella
 - abbia iniziato un proprio percorso di accettazione della malattia e dei comportamenti del padre,
 - si sia aperta a altri *Mondi possibili* in cui potrebbe usare parole nuove,
 - stia diventando più consapevole ed esperta nell'uso della parola.
- I *Passi* che possono aiutare: il Primo Passo *Non fare domande*, l'Ottavo Passo *Riconoscere le emozioni*, il Quinto Passo *Accompagnare con le parole*.
- Nella fase di congedo la psicologa procede come di consueto:

- riassume quanto è stato detto,
- cita i passi che possono essere utili per superare le situazioni di disagio riferite,
- assegna un compito (cioè un Passo su cui esercitarsi),
- saluta.