

509. Covid-19. Gruppo ABC: Sull'8° Passo

Testo inviato da Roberta Borri (medico geriatra, Pavia) per il Corso di formazione per Conduttori di Gruppo ABC (CABCS 2020). La conversazione è stata registrata in modo palese con il consenso informato dei conversanti e degli operatori sociali presenti. I nomi e ogni dato che possa permettere l'identificazione di persone e luoghi è stato alterato per rispettarne la privacy. Inviando il testo l'operatore ne autorizza la pubblicazione su www.gruppoanchise.it e l'utilizzo a scopo didattico e di ricerca, purché sia garantita la privacy dei conversanti. Commenti di Roberta Borri e di Pietro Vigorelli.

Il contesto

Il percorso del Gruppo ABC si è tenuto nel mese di ottobre 2020, la trascrizione che segue riguarda il 3° incontro; erano presenti il conduttore e 4 familiari, l'Assistente Sociale del Comune e la tirocinante in Servizio Sociale che sta scrivendo la tesi di laurea sui Gruppi ABC e sull'Approccio Capacitante. Gli incontri si svolgono rispettando le norme anti-Covid in una sala consiliare molto grande, dopo la rilevazione della temperatura e la compilazione di una scheda di triage, rispettando le distanze (più di 2 metri) in un locale areato (finestre aperte durante l'incontro), tutti tengono la mascherina e si igienizzano le mani all'ingresso e all'uscita.

I partecipanti

Anna si occupa di suo padre, 98 anni, che ha avuto un ictus circa due anni fa, ha qualche momento di confusione ed è assistito da una badante. Trascorre molte ore della giornata con lui, anche se non è convivente.

Giovanni si occupa a tempo pieno dello zio di 98 anni, affetto da demenza senile grave.

Giulia ha una mamma affetta da Morbo di Parkinson, gravemente disabile e con deficit cognitivi di grado lieve, che vive con una badante.

Milena si occupa del padre da più di 10 anni, invalido in seguito ad un ictus. Attualmente ha un badante per le difficoltà di gestione quotidiana dovute al peso. Si sente molto sola perché sua sorella non è presente e a causa del recente peggioramento del papà non si sente sufficientemente supportata dai servizi territoriali. La settimana prima era molto angosciata perché il papà la rifiutava.

L'incontro di gruppo

L'incontro si apre con la tradizionale Lettura iniziale, poi ci sediamo e il conduttore chiede ai partecipanti se durante la settimana precedente sono riusciti a mettere in pratica i Passi e il compito assegnato nell'ultimo incontro.

Il testo: *Vivrò ancora per poco*

1. CONDUTTORE: avevamo detto di partire da qualche vostro spunto...

2. ANNA: io ho vissuto in questa settimana con una certa tensione e dolore il fatto che ormai ci sia una memoria lunghissima e una speranza corta, di solito si dice memoria corta e speranza lunga, qui è il contrario, il papà continua a dire *per poco, vivrò ancora per poco* e chiude le giornate recitando l'eterno riposo, e questo mi fa una certa tristezza perché penso che vive questi giorni non sapendo cosa sarà il domani, di solito è un ottimista il mio papà, ora si è lasciato andare.

3. CONDUTTORE: pensiamo all'8° Passo, *Riconoscere le emozioni*. Il papà è un grandissimo anziano e ora probabilmente comincia a riflettere su quello che sarà l'inevitabile fine vita, che prima o poi arriverà e io ritengo che sia una buona emozione da accogliere.
4. ANNA: sì certo, ma mi fa tenerezza per come vive, perché poi è lucidissimo, la badante ha due figli in Grecia e lui ha chiesto quanti abitanti fa la Grecia, non lo sapevamo, perché in Grecia era morto un amico. Lui ricorda tutte queste cose, che aveva una fidanzata al tal paese, ha una memoria vivissima, anche con interessi, come voler sapere quanti abitanti, si occupa di sport, sa che Ronaldo è malato, però ha anche questo sentore di una vita che si sta chiudendo.
5. CONDUTTORE: ognuno di noi ha il suo modo di vivere la malattia, i problemi, l'avvicinarsi della morte, bisogna lasciare che ognuno esprima quello che ha dentro.
6. ANNA: io dico sì l'eterno riposo, ma potremmo cantare, anche *Volare*, non sempre quello...
7. CONDUTTORE: magari a lui serve quello per darsi conforto, perché la religiosità è diversa per ciascuno di noi, ma è confortante, la ripetizione delle preghiere salta fuori spesso, sono comunque ancora una volta le nostre emozioni da riconoscere e gestire...
8. ANNA: È stato male, ma ora si è ripreso, ha ripreso forza, quando stava male ero addoloratissima, tutti mi dicevano *ma sai, la sua età*, e io dicevo *sì la so, ma è il papà*, ma adesso sta meglio. Solo, vedere che lui pensa che ci sarà la fine mi fa impressione.
9. CONDUTTORE: magari prepararvi insieme è una bella cosa, se lui la cerca per le preghiere insieme è bello, è farlo insieme, è prepararsi per il quando...
10. ANNA: ora me lo abbraccio, prima avevo un rapporto un po' più distaccato, sa, padre e figlia, non come con la mamma, ma ora mi fa tenerezza, come un bambino. Spesso me lo abbraccio, gli do dei baci, gli dico *sei il mio papà* e lui mi dice *per poco*...
11. CONDUTTORE: sarà contento degli abbracci, il papà...
12. ANNA: sì, anche se si meraviglia di questi abbracci. Prima non c'era questa affettuosità, cioè c'era ma non era esplicita.
13. CONDUTTORE: bello allora che lei sia riuscita a tirarla fuori!
14. ANNA: sì sì.

15. CONDUTTORE: voi come siete andati, avete provato qualche Passo?
16. GIOVANNI: ho provato, però non c'è cambiamento, lui è sempre uguale. L'atteggiamento diverso dobbiamo averlo noi. Tutte le mattine mi manda a stendere (*tutti ridono*), questo non è cambiato, però i giorni sono tutti uguali. Lui non vuole essere disturbato. Vado che sono quasi le nove, non vado alle sei e mezza, però lui *lasciami stare ho freddo*, lui starebbe lì. Allora io mi dico, inutile stare lì, dobbiamo essere decisi noi, deve alzarsi, quindi, dolce ma deciso lo faccio alzare, lo metto sulla seggiolina. Adesso mi sono messo che magari prima di portarlo in bagno gli do un po' da bere e un po' si colazione, per evitare di farlo alzare e portarlo in bagno e cambiarlo, magari lo lascio riposare ancora un attimino mentre fa colazione e gli cambio il pannolone dopo, se vedo che si alza ed è già debole lo lascio un po' lì.
17. CONDUTTORE: e ha visto che così è meglio?
18. GIOVANNI: sì, è più tranquillo anche perché è meno pesante per lui. Già si deve alzare, se poi devi anche metterlo sul water, cambiarlo, lavarlo subito, poi ha freddo...
19. CONDUTTORE: ha trovato una strategia!
20. GIOVANNI: allora lo porto in cucina, preparo un po' di caffelatte, si sveglia un pochino, beve, perché è dalla sera prima che non beve, sono passate tante ore, il pannolone è pieno di pipì, ma funziona bene. Quindi poi verso le nove e mezza lo porto di là, nel bagno caldo, lo lavo un pochino. Non è che sia proprio diverso, ma si perde un po', via...
21. CONDUTTORE: ha rispettato i suoi tempi.
22. GIOVANNI: sì ho rispettato i suoi tempi, non parlo più tanto, come dice lei, però devo fare, se guardo lui non si fa, si può rimandare un po', ma poi si deve fare. Quando vedo che è un po' più in forza gli faccio la doccia, però dobbiamo essere noi. È già da tempo che sono rassegnato, è un'incombenza, che ci sono tante cose che si fanno anche se non ci piacciono. Penso a quelli che si fanno le bicicletate o vanno in palestra, non penso lo facciano perché hanno voglia, ma perché lo devono fare, e lì è lo stesso. Sistemo mio zio anche se non ho

voglia, ma lo faccio. Io lo faccio perché lo devo fare, è un lavoro che devo fare, lo faccio volentieri perché accudisci una persona viva, il tuo sangue, e basta, lo fai, quante cose si fanno, c'è gente che va a fare il cammino di Santiago. Io faccio il cammino con mio zio.

23. CONDUTTORE: tutti i giorni direi, questa è una bellissima consapevolezza.

24. GIOVANNI: tanto si sa benissimo che non è eterno. Fai quella cosa lì per qualche anno, certo quando lo fai per 20 anni... però sai benissimo che non è eterno, allora facciamolo, cosa dobbiamo fare. Poi ti basta quella volta che ti guarda ed è tuo zio, che ti allunga una mano e tu sei sciolto e questo ti ricompensa tutte le altre cose, quando ti urla... Poi penso a quelli che fanno le pazzie per i cani. Se fanno tutto quello per i cani, non possono imboccare il loro caro, cosa c'è di strano, non vedo qual è il problema a perdere del tempo a imboccare il tuo caro... non è eterno, quindi possiamo farlo.

25. CONDUTTORE: adesso faccio una domanda da conduttore. Quindi ha visto che la tecnica di non fare tante domande consente allo zio di esser più tranquillo?

26. GIOVANNI: sì, un po' sì, un pochino, perché comunque lui non è tanto disponibile. Lui lì sta bene, non vorrebbe muoversi, è sempre stato pigro. Anche 15 anni fa quando doveva fare la doccia era pigro, poi adesso ha novantotto anni...

27. ANNA: anche il mio papà ha 98 anni... non posso metterlo nella doccia perché ha un decubito, quindi lo lavo così. Cerco di non usare il pannolone, perché ha il decubito sacrale, di notte usa l'Urocontrol (*un dispositivo tipo catetere esterno per raccogliere le urine*), che ho imparato io a mettergli. Al mattino sulla poltrona lo laviamo, ma lui vuole essere lavato, anche quando ad esempio ho fretta mi dice lavami.

28. CONDUTTORE: la cura del sé è importante, quando si perde abbiamo perso tanto..

29. GIULIA: se mi può riassumere i 12 Passi...

Il conduttore li elenca spiegandoli rapidamente e distribuisce la scheda riassuntiva ai partecipanti, chiarendo i punti e riassumendoli.

30. CONDUTTORE: A proposito della *Restituzione del motivo narrativo*: l'eterno riposo lo possiamo considerare il motivo narrativo del papà di Anna. Lei lo accontenta dicendolo insieme a lui, anche se a lei fa un po' male. Questa è una cosa bellissima, perché se lui chiede di condividere questo tema, lei gli sta vicino e condivide, questo aiuta moltissimo.

31. CONDUTTORE: A proposito dell'*Accompagnare con i gesti*, mi ha fatto molto piacere quando prima Anna ha detto adesso me lo abbraccio, questo è il 7° Passo, *Comunicare anche con i gesti*. Prima non lo faceva per un senso di pudicizia, la mamma è diversa, il papà sembra un po' più lontano, invece è bello che comunichi l'affetto abbracciandolo, anche Giovanni ha detto che è contento quando lo zio allunga la mano...

32. MILENA: il mio papà è stato molto male questi giorni, è stato sul punto di lasciarmi, ma ce l'abbiamo fatta, anche se ora sta a letto, è debilitato, abbiamo problemi di decubito... non mi manda più a quel paese e si prende tutte le mie coccole e anche questo è un ritorno a sé. Ha ripreso a mangiare e bere, anche se è sempre più stanco, di anni ne ha 89, 15 anni dall'ictus, è comprensibile che sia stanco... io ho altri problemi... Il mio problema non è mio papà, né la mia famiglia, perché sono lodevoli, mia sorella no, non lo vede da un anno, stavolta la ho chiamata perché pensavo morisse, è venuta, lo ha guardato e se ne è andata. Non è più tornata. Se dovesse morire mio padre, non la chiamo più, lo saprà dalla gente... abita lì vicino.

33. ANNA: il papà non la cerca?

34. MILENA: no, quando prima litigavamo, una volta gli ho detto *me ne vado chiamo tua figlia*, lui mi ha detto *non ne ho bisogno*, non se ne parla, non so cosa sia successo né fra loro né con me, qualcosa avrò fatto, ma non so... ma non è neanche mia sorella il mio problema... il mio problema è il rapporto con le istituzioni. Nessuno si fa avanti, nessuno mi ha mai detto che si poteva chiedere un contributo, ne ho diritto, ma sei in lista d'attesa perché non ci

sono i soldi... tutto quello che devo comprare lo devo pagare, i miei sono disponibili, ma perché devo chiedere a loro dei soldi?

35. ANNA: tra l'altro tenendoli a casa fai risparmiare lo stato.

36. MILENA: infatti, non peso sulla società, ma non mi aiutano.

37. CONDUTTORE: lei ha messo il dito su una piaga, ma che esula dagli obiettivi del nostro corso.

38. MILENA: lo so, però è il mio problema, ci ho pensato prima di portarlo qui... questo problema mi va a pesare sull'ultimo Passo, il 12°, *Occuparsi del proprio benessere...* Io non dormo la notte pensando *domani cosa pago?* Non dormo e litigo con mio marito, mi agito, mi dimentico le cose, non faccio le cose giuste... non curo me stessa... nel momento in cui io smetto di curare me stessa curo male mio papà.

Interviene l'Assistente Sociale presente, che al termine dell'incontro verificherà i servizi attivabili. L'Assistente Sociale presente è quello che ha voluto fortemente il gruppo, che ha ottenuto i fondi regionali per la realizzazione e ci ha fatto partire malgrado le restrizioni attuali.

39. MILENA: ma vede, quello che mi dà noia è il dover chiedere. Se è un mio diritto, ad esempio il geriatra, ne ho bisogno come il pane, perché non me lo danno... sono cose pazzesche.

Tutti concordano sulle carenze dei servizi territoriali, in particolare nella zona, anche in confronto con i territori circostanti.

40. ASSISTENTE SOCIALE: quello che dice la signora è pertinente con questo ciclo di incontri. Sei sola contro tutto, contro la malattia, contro le paure, che il papà muoia, che stia male, sia nei confronti dei parenti che delle istituzioni, quando si va a letto vien voglia di piangere, quindi quello che ha detto è pertinente con quello che stiamo facendo.

41. CONDUTTORE: infatti ho lasciato ampio spazio a queste considerazioni, che riguardano il 12° Passo.

Tutti concordano sull'importanza anche solo di potersi sfogare e condividere i problemi, anche pratici e sui sacrifici che fanno quotidianamente. Milena dice: "non ho più soldi, ma ho il papà che sta bene".

42. CONDUTTORE: a me ha fatto piacere accogliere il suo problema, spero che lei vada a casa più consolata, sapendo che è stata accolta, che ha potuto condividere. Ora proseguiamo.

43. GIULIA: mia mamma... io ho cercato di tacere, non ho fatto tante domande e ho sentito quello che voleva dirmi lei. Praticamente quasi tutti i giorni mi dice *Ma guarda che cosa mi è successo*. Sono due anni e mezzo che è invalida. Dopo una caduta, non riesce più a stare in piedi ed è su una sedia a rotelle... *Ma guarda che cosa mi è successo* continua a dirlo e io dico *Ma guarda che la vecchiaia è questa*. E poi questa settimana è successo due volte. Mi fa *Cercami un ospedale per handicappati, non un ricovero, ma un ospedale per handicappati, in modo che mi facciano loro qualcosa, perché la badante, continuando a curarmi così se ne vuole andare a casa* e io gli ho detto *Guarda, l'ospedale per handicappati, c'è quello di Santola, gli altri sono ricoveri, ma come facciamo a venirti a trovare lì, è lontano, non possiamo venire tutti i giorni e lei eh si è vero e poi con questa malattia che c'è in giro, non fanno venire in ospedale...* Già due volte in questa settimana mi ha specificato *Un ospedale per handicappati*.

44. CONDUTTORE: lei è stata bravissima!

45. GIULIA: mi dice che non ce la fa più ad andare avanti così, fa fatica, solo a volte riusciamo a tenerla in piedi attaccata al letto per cambiare il pannolone. Solo riuscire a tenerla così è già tanto, lei va giù di morale...

46. CONDUTTORE: il suo compito sarà comunque di accompagnarla lasciandole la speranza, come dicevamo l'altra volta, ma contestualizzando la realtà. Cioè va bene se resta così, andiamo avanti a fare gli esercizi, che sono gli stessi che ti possono fare in un ospedale per handicappati. Lei ha lasciato esprimere alla mamma un sentimento bellissimo, in pratica le ha chiesto *Facciamo qualcosa*.
47. GIULIA: io le ho detto *ti portiamo nell'ospedale di Mirabello*, ma lei mi ha detto *No, perché l'altra volta sono andata lì con le mie gambe e ne sono uscita così. A Mirabello no!*"
48. CONDUTTORE: la mamma ha espresso la sua consapevolezza. *Lì non ci voglio andare perché quando ci sono andata sono solo peggiorata*. Dal suo punto di vista è vero. Poi magari è peggiorata per la malattia e non per colpa dell'Ospedale di Mirabello, ma il concetto che le è rimasto è questo... e lei come lo porta il peso di sentirsi dire così?
49. GIULIA: ... eh... mi si spezza il cuore, cosa posso fare?
50. CONDUTTORE: eh... bisogna riconoscere le emozioni e accompagnarla nel suo percorso che non è modificabile, ma cercare che non peggiori.
51. GIULIA: il prossimo passo è restare a letto...
52. CONDUTTORE: infatti lei deve sollecitare la mamma a fare tutto il possibile perché non peggiori, mantenere quello che c'è e che può farlo lei, anche senza andare all'ospedale per handicappati, tutti i tentativi che fa sono esercizio. Ora vi faccio fare un esercizio... provate a mettervi al posto di Giulia davanti alla mamma quando vi dice *Ma guarda che cosa mi doveva capitare!* Cosa rispondereste voi?
53. ANNA: *eh a volte capita, c'è chi è più fortunato o più sfortunato, però se tu ti impegni, vedrai che potrai migliorare un pochino, non è necessario andare in una struttura*.
54. MILENA: a me mio papà lo ha chiesto, *Cosa mi è capitato, perché mi è capitato*, quando ha avuto l'ictus. Ci ha messo due settimane per potermelo chiedere e io ho risposto cosa era successo esattamente.
55. CONDUTTORE: però questa è stata la sua risposta...
56. MILENA: in mio papà.
57. CONDUTTORE: no, sull'acuto. La signora ha una malattia cronica e anche abbastanza stabile. Le chiedo di mettersi nei panni di Giulia, quando la mamma la guarda e le dice *Ma guarda che cosa mi doveva capitare!*
58. MILENA: ma io me lo coccolo, anche mio papà lo dice, allora io me lo abbraccio un po' e gli dico *Allora oggi ti fa male di più questa spalla? Mettiamo un po' di crema? Vuoi vedere la televisione? Vuoi che chiacchieriamo un po'?*
59. CONDUTTORE: insomma fa un sacco di domande. (*ride e con lei ridono tutti*)
60. MILENA: (*ridendo*) questo sì, è vero, anche se non le ho più fatte questa settimana, perché era mia abitudine dire *Vuoi fare? Vuoi dire? Vuoi vedere?* Questa settimana non lo ho fatto ed è andata molto meglio. È andato molto meglio perché in effetti è lui, chiacchiera. Invece di essere io a chiedergli l'argomento è lui che mi dice cosa vuole dire, e quindi va meglio.
61. ANNA: a me nel lockdown è capitato questo. La mia badante ha preso il treno nel giorno libero, superando tre Comuni, poi mi ha detto *torno domani*. Io avevo chiamato il medico e i carabinieri. È stata poi tre settimane in ferie, è andata bene perché sono stata io in casa con mio papà. Avevo paura a far venire qualcuno, mio papà è sempre stato imboccato, ma in quel periodo ho provato a farlo mangiare da solo e ci è riuscito. Da allora ha recuperato la capacità di mangiare da solo, non bene, perché c'è sempre roba sotto il tavolo, ma è stata una conquista, insperata anche per noi, una conquista che avrebbe dovuto già raggiungere in ospedale. Ce l'ha fatta... almeno una nota positiva del lockdown. Magari può essere così anche per tua mamma.
62. CONDUTTORE: invece Giovanni cosa direbbe alla mamma?
63. GIOVANNI: io... quando mi dice che vuole andare all'ospedale?
64. GIULIA: sì, che lei mi chiede che vuole andare all'ospedale.
65. GIOVANNI: direi *Stai qui con me, a farmi compagnia. Perché vuoi andare all'ospedale, che sono qui apposta per te, per stare con te. Siamo insieme nella nostra casa. Guarda che bello la nostra casa, che bello stare insieme, sono contento di aiutarti*.

66. GIULIA: perché mia mamma si fissa che la badante dopo un po' si stufa, si è già stufata, se ne va, lei non vuole far tribolare noi.

67. CONDUTTORE: mi sembra che la risposta di Giovanni sia perfetta *Sono qui per te, stiamo insieme, a casa nostra.*

68. GIOVANNI: *qui è casa tua, guarda che bello.* A volte faccio guardare mio zio dalla finestra. Vede sempre le stesse cose, vede l'orto, gli alberi, però sono punti di riferimento. Lui è contento, si guarda tutto intorno, vede sempre le stesse cose e le stesse persone, si tranquillizza. Invece quando è andato all'ospedale non riconosceva, si svegliava e gridava, secondo me la cosa ideale è stare a casa propria con le persone di casa.

69. CONDUTTORE: io direi che Anna può provare con qualcuna di queste risposte e vedere cosa ritorna dalla mamma... Ognuno di noi aspetta una risposta ma non c'è la risposta giusta. C'è la giusta interazione tra le persone, ognuno ha le sue dinamiche.

70. ANNA: anche mio papà ha paura che vada via la badante, se ne sono già stufate due... Perché io non voglio che mettano il pannolone, devono alzarlo tutte le volte che deve fare la pipì, e lui sa di questa fatica, perché ha paura. Mi chiede se avranno la pazienza di accudirlo. Ha paura di stancarle. Tante cose le faccio io. Lui sa durante il giorno di essere un peso, questo lo teme...

Si discute ancora sulla scelta della badante e dei servizi.

71. CONDUTTORE: (*ridendo*) bisognerà dire al dottor Vigorelli che per essere a posto bisognerebbe aggiungere altri due Passi: il 13° *Trovare la badante giusta* e il 14° *Essere in un territorio che offra i servizi.* (*tutti ridono e si passa alla fase conclusiva dei saluti*)

1° Commento (a cura di *Roberta Borri*)

I caregiver presenti nella prima parte hanno riferito sul compito assegnato: Provare il 1° Passo *Non fare domande*, su cui avevamo insistito nell'incontro precedente, il 4° *Rispettare la lentezza*, l'8° *Riconoscere le emozioni*, il 9° *Rispondere alle richieste* e tutti riferiscono di avere osservato cambiamenti positivi:

- Anna sembra aver sostituito le domande con gli abbracci, è molto più a suo agio a parlare di sentimenti e del tempo di fine vita;

- Giovanni ha "trovato il tempo" di occuparsi di sé e dello zio diversamente. La volta precedente ci aveva raccontato che l'alzata per lui era un momento molto faticoso, lo zio si innervosiva, lui doveva fare colazione da solo per poi affrontarlo, ora si è organizzato diversamente, non fa domande, ma fa quello che c'è da fare. In questo incontro è molto partecipe, dà consigli e partecipa molto volentieri alla Giostra delle risposte possibili;

- Giulia ha dato spazio alle angosce della mamma che le chiede cosa le è accaduto. Adesso non la interrompe, rispetta i suoi tempi e la mamma ha potuto dire la sua (portami all'ospedale per handicappati). La volta precedente ci aveva detto che per lei sentirsi fare questa richiesta le pesava moltissimo, ora appare contenta di aver ottenuto altre parole, e partecipa alla Giostra delle risposte possibili prendendo appunti per provare quanto le hanno consigliato;

- Milena sembra portarci fuori contesto con il suo lungo discorso sui servizi (che ho riassunto per motivi pratici), ma in realtà ha colto l'essenza del 12° Passo *Occuparsi del proprio benessere*. Si chiede come si può fare quando la realtà è difficile per motivi sociali (i problemi con la sorella) ed economici (ha moltissime spese che fa fatica ad affrontare).

Grazie a Giulia non è stato difficile trovare delle parole su cui lavorare, anche se la Giostra delle risposte possibili si è condotta in modo un po' atipico: hanno dato tutti una possibile risposta alternativa, ma dopo aver raccontato la loro personale esperienza.

Come conduttore ho cercato di parlare poco, in maniera capacitante, solo per indirizzare il discorso e dall'equilibrio dei turni verbali mi sembra di esserci riuscita (di solito tendo a fare lunghe spiegazioni, ma le avevo fatte nel primo incontro e il gruppo non ha avuto bisogno di ulteriori ripetizioni sui Passi).

Sono riuscita a parlare di tutti i Passi, anche se anche questo è un po' atipico, ma avevamo tutti l'ansia che si potessero chiudere gli incontri per le problematiche dovute al Covid e i partecipanti erano desiderosi di avere una specie di traccia su cui poi lavorare. Non sappiamo ancora se dovremo interrompere gli incontri, ma tutti hanno detto di voler proseguire, magari a distanza. Per questo motivo distribuire la scheda dei 12 Passi e commentarli brevemente perché poi i caregivers potessero sperimentarli nel quotidiano mi è sembrata una soluzione soddisfacente per rispondere alla richiesta di Giulia. Poi ho cercato di citarli sempre nel mio discorso, ogni qual volta mi è stato possibile.

Non ho scritto le parole emerse sulla lavagna per problemi di uso del materiale ma ho usato il mio blocco. Purtroppo non era visibile ai partecipanti per la distanza, però tre su quattro scrivevano a loro volta e tutti hanno chiesto di poter avere la trascrizione degli incontri fatti (la invierò per email). Avrei potuto lavorare subito sulle parole, mi hanno offerto molti spunti, ma ho preferito lasciare un po' di spazio alla restituzione dei "compiti".

Il clima del gruppo è stato molto bello, i partecipanti erano evidentemente di estrazione socioeconomica diversa (forse non rende l'idea, ma probabilmente in un altro contesto non si sarebbero parlati), ma si sono trovati insieme a condividere le loro emozioni e con piacere ho visto che anche all'uscita hanno proseguito con lo scambio di idee tra di loro. Abbiamo riso insieme, nessuno ha contestato le idee degli altri, non vi sono state discussioni, ci siamo lasciati con la promessa di proseguire comunque gli incontri anche con altra modalità.

La tirocinante presente ha potuto verificare i problemi di conduzione:

- *Gestire le diverse personalità dei partecipanti.* Nel primo incontro Anna era stata logorroica e aveva preso quasi tutto lo spazio, in questo terzo incontro, pur essendo molto centrata sui suoi problemi è stata equilibrata e ha suggerito risposte agli altri partecipanti.

- *Gestire il tempo:* tra le modalità anti Covid vi era anche la riduzione della durata degli incontri a un'ora, per cui mi ero preparata una scaletta di quello che avrei voluto trattare, poi ovviamente il gruppo ha "tirato fuori" molto di più.

- *Accettare gli interventi fuori tema e riportarli al contesto.*

- *Evidenziare le parole:* nel secondo incontro è stato molto più difficile focalizzarsi sulle parole, alla fine avevamo trovato il compromesso di focalizzarci per qualcuno sulle parole, per qualcuno sulle emozioni che le parole esprimevano. Questa volta è stato più facile.

- *Citare un Passo* nel contesto che si crea durante la conversazione. Io ho adottato la strategia di tenere davanti a me la scheda con i 12 Passi, in modo da averli fisicamente davanti mentre i caregivers parlano e citarli ogni volta che ce n'era l'occasione.

Abbiamo raccolto dati preliminari con la compilazione della scala CBI (Caregiver Burden Inventory) per lo stress del caregiver e NPI-UCLA per i disturbi del comportamento dell'anziano con demenza. All'ultimo incontro è prevista la compilazione della Scheda per la valutazione dei risultati del Gruppo Anchise, sperando di arrivare almeno al 5° incontro; ne sono previsti sette, ma il progetto, date le circostanze, si riterrà realizzato comunque con 5 incontri.

2° Commento (a cura di *Pietro Vigorelli*)

I risultati del lavoro di Gruppo sono stati soddisfacenti e la conduttrice li ha già ben commentati, sottolineando che le scelte fatte nascevano dal desiderio di presentare tutti i 12 Passi in vista di un possibile lockdown per l'emergenza Covid. Per fortuna questa emergenza non durerà in eterno.

Come sempre accade, quello che storicamente si è realizzato non è l'unico modo possibile di condurre il gruppo.

Qui di seguito, per allargare il ventaglio degli infiniti modi possibili di condurre un gruppo, presento altri due scenari possibili, partendo dalle stesse parole dei partecipanti.

Mi concentro sui turni 2-14 e li analizzo dal punto di vista delle emozioni e da quello delle parole.

Nei turni 2-14 la conduttrice del gruppo sceglie di ascoltare Anna e di dialogare con lei abbastanza a lungo. Si pone come obiettivo di lavorare sull'8° Passo, *Riconoscere le emozioni*.

In questo caso sono in gioco due ordini di emozioni:

- le emozioni del papà, un grande vecchio che si sta preparando alla morte, pare con serenità;
- le emozioni di Anna che invece è triste perché il papà pensa e parla della morte e forse sta anticipando il dolore del lutto.

Primo scenario, sulle emozioni del grande vecchio che sta a casa

Un primo scenario possibile è quello descritto da Roberta Borri: la conduttrice sceglie di centrare l'attenzione sulle emozioni del papà e di correggere quelle di Anna. Durante il lavoro di gruppo la conduttrice ha spiegato che la sua scelta è stata motivata dal timore ad affrontare le emozioni del grande vecchio, dalla paura cioè di affrontare il tema della morte e di non sapere poi come gestirlo. La scelta quindi nasce dalla saggezza e dalla consapevolezza dei propri limiti, anche se forse un'altra volta la conduttrice potrebbe essere più coraggiosa e provarci.

Il risultato che ha ottenuto con la sua scelta, però, ha avuto degli aspetti negativi: Anna non sembra trarre beneficio dai suoi interventi e insiste nel dichiarare la propria tristezza.

La conduttrice che cosa potrebbe dire di diverso per confortare Anna? Consideriamo un secondo scenario.

Secondo scenario, sulle emozioni della partecipante al gruppo

Il metodo ABC propone di focalizzare l'attenzione sul disagio presente nel *qui e ora* della sessione di gruppo, quello di Anna.

Infatti lei ha esposto la propria tristezza e cercava condivisione, invece si è sentita misconosciuta, come se la sua tristezza fosse inadeguata, quasi un sentimento sbagliato.

La conduttrice capacitante, invece, appena si accorge che il familiare che parla è carico di emozione, cerca di darle un nome, una precisazione, poi ne riconosce la legittimità, dal punto di vista di Anna, e la restituisce con le parole.

Per esempio potrebbe semplicemente riecheggiare la sua tristezza:

3bis. CONDUTTRICE: Le fa tristezza.

Con tre brevi parole restituisce ad Anna la sua emozione poi tace in attesa della sua reazione. È assai probabile che Anna si senta riconosciuta nel suo dolore, sia in qualche modo contenta di averlo potuto condividere e riprenda a parlare spiegando meglio, condividendo.

Anna non ha bisogno di una lezione su quale emozione dovrebbe provare, ha bisogno di ascolto e di attenzione ed è in questo modo che potrà sentirsi un po' meglio. Suo padre morirà, ma lei sa che può contare su un gruppo in cui trovare comprensione.

Terzo scenario, sulle parole

Appena Anna inizia a parlare (turno 2) cita testualmente le parole del papà: *vivrò ancora per poco*. Il metodo ABC suggerisce di cogliere e valorizzare le parole che vengono riferite, appena vengono dette. In questo caso il conduttore può scrivere sulla lavagna le parole del papà e chiedere ad Anna che cosa ha risposto l'ultima volta che le ha sentite.

1.PAPA': Vivrò ancora per poco.

2.ANNA: ?

Potrà poi annotare questa risposta, senza commentarla, e coinvolgere poi gli altri partecipanti con la *Giostra delle risposte possibili* per lavorare poi sulle parole e rendere tutti consapevoli che le risposte possibili sono tante.

In questo modo apre il mondo di Anna, le offre scenari nuovi e diversi e lei potrà scegliere parole nuove per accompagnare il papà nel suo cammino esistenziale e potrà sentirsi lei stessa più vicina al papà, più adeguata ed esperta nell'uso della parola.