

516. Sul riconoscere le emozioni, poi tacere

Testo inviato da Davide Bennardo, Dottore in Tecniche Psicologiche, promotore e fondatore dell'associazione Accudire APS, per il Webinar di Introduzione all'Approccio Capacitante del 18 novembre 2020. 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 dell'anziano e ogni dato che possa permettere l'identificazione sua o di altre persone e luoghi è stato alterato per rispettarne la privacy. Inviando il testo ne autorizzo la pubblicazione su www.gruppoanchise.it e l'uso per attività di ricerca, formazione, divulgazione scientifica e cura. Commenti di *Davide Bennardo e Pietro Vigorelli*.

Il conversante

Irene ha 77 anni, una scolarità di 4 anni ed è vedova da 38 anni.

Da qualche anno è affetta dalla malattia di Alzheimer, vive in casa da sola ed è inserita presso il centro diurno Alzheimer gestito all'interno dell'UVA della città di residenza. È in gran parte autonoma, ma a seguito di ripetuti episodi di disorientamento e deficit di memoria è stata affiancata in casa da due collaboratrici. Dal mese di febbraio 2020, in seguito all'interruzione dell'attività del centro diurno a causa dell'emergenza COVID, è accudita la mattina da Mariangela ed il pomeriggio da Alice che collaborano con i figli Lidia e Pietro.

Punteggio MMSE del Luglio 2020: 16/30.

Il contesto e la conversazione

La conversazione è avvenuta a casa di Irene la mattina alle 10.30, durante un momento di pausa dell'assistente familiare.

Irene ha acconsentito subito all'invito a dialogare. La conversazione si è svolta interamente in dialetto con tono di voce sempre pacato ad eccezione di alcuni momenti, in particolare quando parla del rapporto con la figlia, della cucina rotta e dei furti subiti.

A causa dei deficit di memoria la cucina a gas è stata disattivata, Irene pensa che sia rotta.

Durata: 7 minuti e 30 secondi.

Il testo: *L'importante è che sto bene*

1. CONVERSANTE: Ciao, come stai oggi?
2. IRENE: Diciamo bene!
3. CONVERSANTE: Ti ho portato un libro, il libro dei ricordi, dove puoi mettere le foto che ti piacciono e che ti fanno pensare ai momenti belli, alcune foto e dei disegni da colorare.
4. IRENE: Sempre io sono (*guardando la foto che la ritrae insieme a Mariangela*), avevamo comprato due così con la crema e li abbiamo mangiati a casa... (*sfogliando i disegni*) proprio ora mi ha chiamato l'avvocato (*l'operatrice del centro diurno presso l'UVA*), mi ha detto: gioia che fai? (*prende alcuni disegni già colorati e me li mostra*) mi aspettano tutti, vogliono fatti i disegni da me!
5. CONVERSANTE: Benissimo, puoi selezionare i disegni che ti piacciono di più e completare il libro dei ricordi, con le foto di famiglia, degli amici, eccetera...
6. IRENE: La foto di quando mi sono sposata forse...
7. CONVERSANTE: Certo, tutte quelle che ti piacciono.
8. IRENE: Lidia è sempre arrabbiata con me, fa passare il piacere... mi tratta come fossi sua sorella... tutto quello che ha da dire me lo dice.

9. CONVERSANTE: Dunque mentre si prende cura di te è nervosa... però fa tutto il possibile per farti stare bene!
10. IRENE: Quello che mi dice... non mi ricordo, sembra la matr... la matr... ma sono sua madre, (*pausa lunga*) ma insomma che dobbiamo fare? Poi si calma... ma più di quello che faccio, che devo fare? Mi dice: ho sempre da fare, ho tanti impegni. Ma io che ci devo fare?... non le chiedo niente. Io le dico che lei non si deve rivolgere male con me... basta che dico una cosa e... (*gira la mano in aria*) ... (*ride*)...mi dice: non posso fare niente... Ma tanto poi le passa.
11. CONVERSANTE: Certo che le passa, è tua figlia, ti vuole bene e vuole il meglio per te.
12. IRENE: Pietro per ora è giudizioso e mia cognata Roberta (*in verità è la nuora*) quando sono da loro a pranzo mi dice sempre: resta qua, resta qua... io faccio finta di non sentire, voglio stare a casa mia... anzi vorrei cambiare casa per una più grande, più bella, vorrei andare ad abitare nel palazzo dove vive mia nipote Giulia (*pausa lunga*) abita in un palazzo dove di fronte c'è il negozio di frutta... qualche volta andrò a trovarla, abita con il marito, lui ha il negozio e lei... lei invece lavora dove una volta mi hanno portata in ospedale, sopra la cosa... il furg... mi dimentico le parole, come si chiama il coso... quello che fa popi popi... boh, me le scordo... la situazione è male... che me ne frega... al posto di leggere delle volte mi vengono in mente... basta che sto bene.
13. CONVERSANTE: Va bene, possiamo fare degli esercizi così ti mantieni allenata, con i disegni, la ricerca dei numeri, le canzoni e le carte che ti piacciono.
14. IRENE: Sì, i disegni e i numeri mi piacciono, sono buoni... però i disegni quelli semplici! Proprio 5 minuti fa è venuta a trovarmi la dottoressa (*una video chiamata*), è venuta a conoscermi, mi ha detto: che è bella signora! ma ormai sono grande, ho 66 anni... 76... 77, ma so ancora truccarmi ed esco.
15. CONVERSANTE: Benissimo, allora preparerò dei disegni facili e la ricerca dei numeri.
16. IRENE: Ho la cucina rotta, come dobbiamo fare? Non posso cucinare! Però mi portano tutto pronto, tutto buono, a volte anche troppo abbondante...
17. CONVERSANTE: Ottimo, quindi la cucina è un pensiero in meno, puoi farne a meno e occuparti di altro, non devi neanche pulire!
18. IRENE: No, i piatti li faccio lo stesso! insieme a Mariangela... Mariangela ruba! Si prende le posate, le mette nella sua borsa, l'ho visto mentre lei era nell'altra stanza. Si è portata tutto l'oro...
19. CONVERSANTE: Io ricordo che gli oggetti di valore li hai affidati a Pietro, proprio per evitare di farli prendere alle persone che frequentano la casa.
20. IRENE: Sì certo, così non le trovano... però ruba e non le dico niente, mi preoccupa che vada via perché lei viene qui perché stava facendo un corso... a scuola... e allora le hanno detto di venire qua... ma io sto molto attenta, ho gli occhi molto attenti! Però è brava, mi tratta bene e sa fare bene i lavori domestici... basta che sto bene.
21. CONVERSANTE: Dunque Mariangela è una persona gentile con la quale ti trovi bene e mette in ordine la casa. Molto bene.
22. IRENE: Sì sì. (*gira la mano in aria*)
23. CONVERSANTE: (*pausa lunga*) Bene, grazie per la chiacchierata, vado via per oggi.
24. IRENE: Grazie a te (*ride*)... ti aspetto.

1° Commento (a cura di Davide Bennardo)

Questa per me è stata la prima conversazione svolta pensando in maniera più attenta alla tecnica da adottare, infatti durante il dialogo ho provato a mettere in pratica le tecniche passive ed attive dell'*Approccio Capacitante*.

È un percorso un po' faticoso perché bisogna tenere a freno l'istinto della risposta, il correggere, il completare le parole ovvero il sostituirsi al conversante.

Il rispetto delle pause, dei silenzi e il non giudicare il vero e il falso mi sono sembrati più semplici, mentre la maggiore difficoltà l'ho incontrata nei momenti in cui sono emerse le emozioni di rabbia, frustrazione ed intolleranza di Irene, nei turni 8, 16 e 18.

Ho provato a restituire il motivo narrativo deviando verso i contenuti positivi del dialogo, ma la tentazione era quella di proporre uno stacco immediato e portare la conversazione verso altri temi.

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

Proviamo a riflettere insieme sui passaggi in cui Davide si è trovato più in difficoltà.

1° frammento

8.IRENE: *Lidia è sempre arrabbiata con me, fa passare il piacere... mi tratta come fossi sua sorella...tutto quello che ha da dire me lo dice.*

9.CONVERSANTE: *Dunque mentre si prende cura di te è nervosa... però fa tutto il possibile per farti stare bene!*

Al turno 8 Irene esprime liberamente la propria emozione: è arrabbiata con la figlia perché la tratta come una sorella.

Al turno 9 Davide si trova in imbarazzo e risponde con due frasi.

Con la prima, dopo essersi accorto che Irene sta provando ed esprimendo un'emozione importante, gliela restituisce con le sue parole: *Dunque mentre si prende cura di te è nervosa...*

Con la seconda cerca di dare una lettura positiva del comportamento della figlia: *però fa tutto il possibile per farti stare bene!*

Dal punto di vista capacitante la prima frase è riconducibile alla tecnica del *Riconoscere le emozioni*, la seconda è superflua, anzi, è considerata controproducente. Infatti nel turno successivo di Irene, il 10, la mamma non si ricorda, non sa completare le parole (*la matr... la matr...*), insiste nel sottolineare il comportamento della figlia che la mette a disagio.

L'utilizzo corretto della tecnica del *Riconoscere le emozioni* si ferma dopo la prima frase.

Dopo avere riconosciuto e restituito l'emozione alla signora, il conversante tace e lascia che sia la sua interlocutrice a riprendere la parola e a dire quello che vuole.

Nella conversazione reale Irene si è sentita in parte riconosciuta (*è arrabbiata*), in parte misconosciuta (sottolineando l'intento positivo di un comportamento che per lei è negativo).

In una futura conversazione possibile, se il conversante si limiterà a riconoscere l'emozione e a tacere, Irene si sentirà riconosciuta e parlerà più volentieri con il conversante.

2° frammento

16.IRENE: *Ho la cucina rotta, come dobbiamo fare? Non posso cucinare! Però mi portano tutto pronto, tutto buono, a volte anche troppo abbondante...*

17.CONVERSANTE: *Ottimo, quindi la cucina è un pensiero in meno, puoi farne a meno e occuparti di altro, non devi neanche pulire!*

Al turno 16 Irene accenna a un problema (*la cucina è rotta*) e subito dopo alla soluzione (*mi portano tutto pronto*). La risposta del conversante tiene conto del lavoro mentale ed emotivo già fatto da Irene e con le sue parole legittima quanto è stato detto (*Ottimo...*).

Nel successivo turno 18 Irene risponde in modo adulto, paritario, contraddicendo Davide e manifestando così la sua *competenza a contrattare e a decidere*. Poi prosegue esprimendo un'altra emozione, quella di sentirsi derubata.

3° frammento

18.IRENE: *No, i piatti li faccio lo stesso! insieme a Mariangela... Mariangela ruba! Si prende le posate, le mette nella sua borsa, l'ho visto mentre lei era nell'altra stanza. Si è portata tutto l'oro...*

19.CONVERSANTE: Io ricordo che gli oggetti di valore li hai affidati a Pietro, proprio per evitare di farli prendere alle persone che frequentano la casa.

Il conversante ascolta Irene senza interromperla, senza correggerla, prendendo in seria considerazione il suo punto di vista. Poi con le sue parole le propone pacatamente, in modo assertivo, un altro punto di vista.

Al turno successivo 20 Irene oscilla tra l'accettazione del punto di vista del conversante (*Sì certo, così non le trovano*) e il proprio (*però ruba*).

Il conversante non mette in risalto la contraddizione, la accetta, e la conversazione continua in modo felice, come dimostra l'evidenza delle parole:

24.IRENE: Grazie a te (ride)... ti aspetto.