

538. Gruppo ABC online. Sulle tecniche di conduzione

Testo inviato da Daniela Pellerino, Counselor, per il corso di formazione per Conduuttori di Gruppo ABC, terzo anno, 2021. La conversazione è stata registrata in modo palese, con il consenso informato dei conversanti. La trascrizione è fedele comprese le parole malformate, tronche, ripetute e le frasi senza senso. Il nome dei familiari partecipanti e ogni dato che possa permettere l'identificazione loro e di altre persone e luoghi sono stati alterati per rispettare la privacy. Inviando il testo l'operatore ne autorizza la pubblicazione su www.gruppoanchise.it e l'utilizzo a scopo didattico e di ricerca.

Il contesto

In seguito al DPCM di attuazione per le misure di contenimento e gestione della pandemia SARS Covid-19, gli incontri ABC per familiari, annualità 2020/2021, sono stati avviati in modalità online su piattaforma GOOGLE MEET. I partecipanti sono stati invitati alla presentazione degli aspetti fondamentali dell'Approccio Capacitante e della metodologia ABC, venerdì 26 marzo, al fine di valutare la loro volontà di partecipazione al Gruppo ABC. Gli incontri si svolgono online dalle ore 18,15 alle 19,30 nelle seguenti date: 12, 26 marzo; 9, 23 aprile; 7, 21 maggio. La registrazione riguarda il terzo incontro condotto da Daniela Pellerino, affiancata da Mina Mantova come co-conduttrice.

Il gruppo

Il gruppo di partenza è formato da sei caregiver familiari e tre professionali che nel loro lavoro domiciliare si rapportano con persone disorientate cognitivamente. Le due conduttrici hanno valutato di proporre a tre caregiver familiari, assenti il 26, di passare ad un altro Gruppo ABC che partirà alla metà di aprile. Il gruppo è semiaperto. Un'altra sessione di gruppo è stata pubblicata col n. 529.

La sessione di gruppo

Alla sessione hanno partecipato due caregiver familiari e una professionale.
Durata dell'incontro: 1 ora e 12 minuti.

Il testo: *Possibile che non posso fare quello che voglio!*

La fase sociale d'accoglienza delle persone che man mano si connettono.

1. DANIELA: Prendiamo la *Carta ABC*, inizio io e ciascuno di noi legge un passaggio a turno, i passaggi sono superiori a noi quindi qualcuno ripeterà. (Lettura della *Carta*). Stiamo camminando, passo dopo passo, verso la meta del diventare *curanti esperti nell'uso della parola*. È una meta che sappiamo essere raggiungibile, in modalità certo diverse, nel qui e ora di ciascuna di noi e che ci permette di godere di una felicità, forse piccola, ma possibile, questo ci dà forza. Il cammino è ritmato dai *Dodici Passi*. Faccio un brevissimo riepilogo di quelli conosciuti. Il *Primo Passo* è *Non fare domande*, quindi preferire la forma dichiarativa e affermativa. Il *Secondo Passo* è *Non correggere*, accettare quindi che il nostro caro possa pronunciare nomi sbagliati, luoghi sbagliati, incoerenze, frasi sconnesse, senza correggere perché non siamo insegnanti. Il *Quarto Passo Ascoltare*, che è stato il nostro compito per queste due settimane, è un atteggiamento, tra l'altro, basilare in tutti i rapporti perché ci permette di entrare in relazione profonda con l'altro, non sovrapponendo noi stessi all'altro. Nei confronti del nostro caro *Ascoltare* significa rispettare la sua inerzia verbale, rispettare la sua lentezza, senza provare paura per questo silenzio o disagio perché è lo spazio in

cui il nostro caro sta cercando di trovare le parole per esprimersi e conversare con noi. Se lo precediamo, ahimè, oltre a frustrarlo, impediamo l'obiettivo di fondo. Poi abbiamo conosciuto Il *Quinto Passo Accompagnare con le parole* nelle sue declinazioni: *Accompagnare nel suo mondo possibile*, *Cercare il Punto d'Incontro Felice*, *Restituire il motivo narrativo*, *Rispondere facendo eco*, quindi agganciarci alle ultime parole pronunciate, *Somministrare autobiografia*, parlare di noi come si fa in una relazione io-tu. Abbiamo conosciuto, ma dobbiamo approfondirlo, il *Decimo Passo Accettare che faccia quello che fa, come lo fa*, strettamente correlato al *Secondo Passo Non correggere*, che è sul versante del dire, mentre *Accettare che faccia quello che fa* è sul versante del fare. *L'Undicesimo Passo è Accettare la malattia*. Questo è il *Passo* sottostante a tutto ma è quello che richiede un tempo lungo, faticoso, che ci poniamo come obiettivo, ma cerchiamo di aver pazienza con noi stessi perché non è facile accettare la malattia. Ce lo proponiamo, accettiamo le cadute, pronte sempre a rialzarci. Avevamo come compito quello di esercitarci nel *Quarto Passo Ascoltare*, ma avevamo anche in sospeso la conversazione che ci aveva comunicato Sara; il tempo però non era sufficiente per trattarlo con dignità. Io, se siete d'accordo, partirei dalla comunicazione di Sara. Cosa ne dite?

2. SARA: Sì.
3. ANNAMARIA: Sì.
4. MINA: Sì.
5. DANIELA: Allora chiedo a Sara di riprendere le parole che aveva citato l'altra volta, quando la mamma era ricoverata in ospedale, costretta a letto.
6. SARA: Raccontavo un episodio successo alla mamma in ospedale, era ed è tuttora, i medici così ci riferiscono, molto affaccendata, quando è nel letto continua a muoversi, a voler fare tante cose. Quando era in ospedale esprimeva questa sua esigenza anche con le parole. Era un continuo “*devo andare, ho i bambini a casa, devo andare in giardino*”, con un affanno accompagnato dai gesti, tentava di scendere per andare dove era intenzionata ad andare. Quel giorno è stato particolarmente pesante perché dopo un pomeriggio passato nel “*devo andare...*” mi sono spazientita e le ho detto: “*Guarda, non puoi andare*”. Ricordo le sue lacrime agli occhi e il suo dire: “*Non posso fare quello che voglio*”. Questa cosa mi ha lasciato una frustrazione, un dispiacere nei confronti della mamma, che ancora oggi faccio fatica ad accettare.
7. DANIELA: Ci soffermiamo come primo esercizio nel riconoscimento delle emozioni, *l'inventario delle emozioni* che conosciamo perché l'abbiamo usato l'altra volta a proposito della conversazione tra Annamaria e sua mamma. Lo riprendiamo perché è molto importante, ci aiuta sia ad entrare in comunicazione con i nostri cari, sia a dare importanza al fattore emotivo che incide tantissimo sul comportamento e sul dialogo. Chiedo a Mina la collaborazione per scrivere sulla chat. La prendiamo tutte, ciascuna di noi scrive un'emozione che individua nella mamma di Sara, cos'ha provato la mamma nella situazione in cui era. (*silenzio, tutte scriviamo; segue un'interruzione di 5' causata dalla perdita di connessione del mio tablet*).
8. DANIELA: Sono ritornata. Scusate è caduta la connessione. Non vedo i vostri contributi.
9. MINA: Vuoi che li legga io Daniela?
10. DANIELA: Sì, grazie.
11. MINA: Io, di fronte alle parole “*non puoi muoverti*”, mi sento *incredula*, Sara riconosce la consapevolezza di avere una *limitazione*, Chiara individua *smarrimento*, io ne ho proposto un'altra, *impotenza*, non posso fare quello che voglio, Annamaria ugualmente riconosce *impotenza* e *avvilimento*, tu hai proposto *insofferenza*.

12. DANIELA: Voglio spiegare perché ho scritto *insofferenza*. Mi sono focalizzata sul fatto che la mamma continua a muoversi mentre è a letto. Capisco benissimo, mi sono messa nei suoi panni, se non puoi agire diventi intollerante. Questo esercizio ci serve per individuare le parole da dire alla mamma. Voglio ancora fare un giro: pensiamo alle emozioni di Sara che già ha condiviso con noi dicendo il suo disagio. Proviamo a soffermarci ancora sulle sue emozioni, dato che in un rapporto si è in due, sia prima quando vedeva la mamma scalpitare nel letto, sia dopo quando ha ascoltato la frase e visto le lacrime. (*si scrive sulla chat*). Mina ha scritto *dolore*, il dolore di vedere la mamma così attiva costretta a letto, Annalisa *dispiacere*, che è una sfumatura del dolore, Chiara *nervosismo*, perché certamente essere lì, veder una persona che si agita, si arriva lì con altri problemi addosso, inoltre si può già provare stanchezza fisica e psicologica, il risultato è il nervosismo. Chiara evidenzia che Sara prova *frustrazione* nel vedere le lacrime, messaggio molto eloquente. Io ho scritto *impotenza* prima (cosa posso fare in questa situazione?) e *senso di colpa* dopo, perché uno prova disagio e si sente in colpa, pensando di aver provocato, senza volere, una sofferenza alla mamma. Mina scrive anche *scoraggiamento*, certamente. Sara scrive *disagio* prima, *senso di colpa* dopo. Voglio dire qualcosa sul senso di colpa prima di tutto come familiare. Dire che capisco Sara è dire poco. È proprio l'emozione che ci accompagna nei momenti in cui, soprattutto all'inizio, ci arrabattiamo per entrare in comunicazione con i nostri cari e non riusciamo. Passiamo giorni in tale emozione, pur sapendo che non siamo noi a provocare questa condizione. Questo cammino mi ha aiutato, e spero che aiuti ciascuna di voi, ad abbandonare il senso di colpa, non solo perché impariamo a gestire e utilizzare questi strumenti ma anche per imparare ad essere, passatemi questo aggettivo, misericordiosi con noi stessi, tolleranti, ad avere sentimenti di benevolenza nei nostri confronti che portiamo questo peso. Non sto dicendo che siamo degli eroi, siamo persone che condividiamo un grosso evento, la malattia dell'altro. Insieme ad altre fatiche della nostra vita, portiamo avanti anche questa fatica. Il *Dodicesimo Passo è Occuparsi del proprio benessere*. Il fatto di essere qua significa occuparci di noi, l'ho ripetuto tante volte all'inizio dei nostri incontri. Cerchiamo il nostro benessere e, nella misura in cui lo troviamo, ricade sul nostro caro. *Occuparsi del proprio benessere* significa anche non farsi prendere dal senso di colpa ma attivarsi per fare qualcosa che ci aiuti. A questo punto, teniamo presente le emozioni e passiamo alla *giostra delle parole* che abbiamo già conosciuto. Entra in scena Mina che scrive la prima battuta di Sara. Sara, puoi gentilmente suggerirci la prima battuta della mamma?
13. SARA: Ho detto "*Basta non lo puoi fare*".
14. DANIELA: Dopo scriviamo la reazione della mamma.
15. SARA: *Possibile che non posso fare quello che voglio*.
16. MINA: Forma interrogativa?
17. SARA: Mah, non ci giurerei. Mi sembra di più un'esclamazione.
18. DANIELA : Possiamo anche mettere la comparsa delle lacrime. Giusto Sara?
19. SARA: Sì, sì.
20. DANIELA: Tu Sara hai detto di non ricordare com'è proseguito il discorso.
21. SARA: Ho questo ricordo, e sarei abbastanza certa perché in queste settimane ho pensato molto a quel momento. C'è stato un momento di silenzio da parte di tutte e due. Io non riuscivo nemmeno a guardarla negli occhi per il senso di colpa. Dopodiché ha ricominciato a dire "*Devo alzarmi, devo andare*". A quel punto la mia reazione non è stata più come quella precedente e sono rimasta lì, impotente, ad ascoltare quello che stava dicendo, non sapendo più cosa fare.

22. DANIELA: A questo punto proviamo a scrivere ciascuna di noi che cosa si potrebbe rispondere all'esclamazione: *Possibile che non posso fare quello che voglio. (si scrivono le proposte)*. Proviamo a leggerle e a riflettere. Qui non c'è la gara a chi scrive la frase migliore. Noi ci stiamo esercitando e cogliamo questa occasione per ampliare i nostri orizzonti. Sara, conoscendo la mamma, ci dirà quale frase le sembra più adeguata. Parto dalla mia: *Capisco mamma, non ne puoi più di stare a letto*. Con questa frase ho voluto mettermi in sintonia con la mamma, ascoltando la sua frenesia, la sua agitazione, il suo desiderio di fare qualcosa, l'insofferenza, come dicevo prima nell'inventario *delle emozioni*. Annamaria dice: *Certo che puoi fare quello che vuoi, ma lo potrai fare non appena starai meglio*. Anche qui c'è la ricerca di mettersi in sintonia con il desiderio della mamma, posticipando la realizzazione del suo desiderio quando starà meglio. La prima parte sembra accondiscendere al desiderio, la seconda parte evidenzia il tentativo di *contrattare* con la mamma che appena starà meglio potrà realizzare il suo desiderio. Quindi c'è l'accoglienza della richiesta, poi lo spostamento nel dopo per la realizzabilità. Mina si pone decisamente sul piano della comprensione: *Capisco, mamma, la tua difficoltà*. Ha ascoltato non solo le parole della mamma ma anche il suo linguaggio non verbale e le restituisce la comprensione delle sue difficoltà. Le dichiara di aver recepito e accolto che si sta trovando in difficoltà. Sara propone: *Mamma, potrai fare quello che senti in un altro momento*. Questa decisamente diversa dall'altra frase, vedi quanto cammino Sara, accoglie la richiesta della mamma sottolineando che non è il momento in cui può farlo. Ti assicuro che potrai alzarti e fare qualche cosa ma non è questo il momento. Chiara ci propone: *Mamma, anch'io mi sentirei così se dovessi stare a letto*. Molto bella questa *somministrazione di autobiografia*! Chiara si immedesima nella fatica della mamma e dice: *anch'io*. Io stessa quando sono molto stanca dico: vorrei avere qualcosa per stare a letto, poi quelle rare volte in cui mi è capitato, dopo un po' d'averli i numeri. Sappiamo cosa vuole dire essere costretti a stare a letto. Tutte quante siamo entrate nel mondo della mamma e ci siamo sintonizzate con la sua difficoltà. Sara, cosa vuoi dire dopo questa carrellata?
23. SARA: Ringrazio tutte del contributo, se avessi avuto queste risposte sarei stata più serena. Sono riuscita a ragionare pur nell'emotività del momento perché parlare di un momento così è stato difficile. Quello che è stato detto mi sembra che possa andare bene per la mamma. Mi si ripresenterà l'occasione perché mi dicono che tuttora è affaccendata, anche se meno consapevole della sua condizione. La frase che più mi colpisce è: *Mamma, anch'io mi sentirei così*. Conoscendo la mamma, forse è quella che riuscirebbe a colpire nel segno.
24. MINA: Daniela scusa, forse non vedi nello schermo che Chiara ha aggiunto: *Non vedo l'ora che tu possa alzarti*. È proprio una bella comunicazione!
25. DANIELA: C'è tutta la condivisione della speranza e dell'attesa del momento in cui la mamma potrà alzarsi. C'è proprio l'uso dell'Ottavo Passo, il *Riconoscere le emozioni* della mamma. Vorrei evidenziare che con la *giostra delle parole* riscopriamo l'Ottavo Passo *Riconoscere le emozioni* che abbiamo conosciuto nell'inventario *delle emozioni*. È stato importante fare *l'inventario delle emozioni* perché siamo entrate sullo stessa lunghezza d'onda della mamma e ci ha permesso di trovare le parole adeguate. Mi preme molto evidenziare questo collegamento: ascoltare le emozioni per trovare le parole adeguate. Talvolta le persone manifestano le emozioni, anche se malate, con una certa facilità, nel senso che le manifestano attraverso il linguaggio non verbale, lo sguardo, la postura, le espressioni del volto. Talvolta non è così. Non è sempre facilissimo riconoscere le emozioni del nostro caro. Magari siamo concentrate su qualcosa da fare o non siamo attente all'origine della sua emozione. Magari il nostro

caro ha provato qualcosa dentro di sé, noi non siamo dentro di lei, dentro di lui, ci coglie di sorpresa o ha percepito qualcosa che noi non abbiamo percepito. Si tratta di affinarci in questa attenzione e in questo ascolto. Identificare le emozioni, nominarle, sembra facile ma non sempre lo è. Restituire al nostro caro l'emozione, perché, nel momento in cui la restituiamo con il suo nome, riconosciamo la legittimità, la cittadinanza di quella emozione. Con questo esempio non abbiamo faticato a riconoscere le emozioni della mamma di Sara, ma non è sempre così. Non siamo chiamati a giudicare l'emozione, mai, l'emozione è quella che è, non è né positiva né negativa. L'emozione è quella che proviamo. Poi possiamo cercarne il significato e il perché. Rispettiamo la sua emozione, rispettiamo il suo mondo, quindi il suo essere persona. Abbiamo anche scoperto l'importanza dell'ascolto, tra poco veniamo al compito. *Ascoltare* il linguaggio verbale e non verbale che, nel caso della mamma di Sara, sono coerenti tra di loro. La tristezza della mamma e le sue parole sono coerenti tra di loro. C'è qualcuno che vuole dire qualcosa? (*silenzio 5"*)

26. MINA: Passiamo al compito.

27. DANIELA: Allora passiamo al compito che consisteva nell'ascoltare i nostri cari. C'è qualcuno che vuole condividere?

28. ANNAMARIA: Le conversazioni telefoniche sono molto brevi perché da un po' di tempo la mamma taglia corto. Telefona tante volte dimenticando di averlo fatto poco prima. "*Ciao, come stai, non verrai? Come sta la bambina? Come sta Matteo? Ciao, ciao*". Provo a chiederle delle cose, poche cose perché evito di fare domande, ma lei risponde brevemente e vuole chiudere. Sfugge tantissimo. Quando sono stata lì, il fine settimana di Pasqua, l'ho spronata cercando i suoi interessi. Un tempo era la cucina. Ora non lo è più, non cucina più, non riesce a concentrarsi. Prima le dicevo: "*Dai prendiamo quella ricetta*". Ora non ci sente più su questo. Per Pasqua le ho detto: "*Me la cerchi tu la ricetta della zia?*" Mentre la cercava ha trovato delle poesie create da lei che ci leggeva di continuo. Io mi lamentavo dicendo: *basta mamma!* Questa volta invece l'ho ascoltata.

29. DANIELA: Allora, Annamaria se sei d'accordo, chiediamo a Mina di diventare di nuovo la scrivana, di' tu una frase che ci hai comunicato e facciamo la *giostra delle parole*.

30. ANNAMARIA: La mamma ha detto: "*Guarda, una poesia, leggo questa poesia, senti, senti*". Io ho risposto: *Ah, che bello, ascoltiamo!* C'era anche mio marito. Mi sono resa conto che ha avuto difficoltà a leggere la sua scrittura. Non era mai accaduto. Mi accorgo che sta perdendo abilità.

31. DANIELA: Questo riguarda l'Io Malato; la malattia c'è. È un punto dal quale non possiamo prescindere, ne prendiamo atto, ripartendo con più forza dall'Io Sano che è quello di leggere la poesia. Giusto?

32. ANNAMARIA: Sì, quello sì.

33. DANIELA: C'è un'altra risposta della mamma dopo che hai detto: *che bello ascoltiamo?*

34. ANNAMARIA: No. L'ha letta con entusiasmo.

35. DANIELA: Questo allora è stato positivo. Che dici Mina, facciamo *un'altra giostra* anche se il risultato è stato felice?

36. MINA: In questo caso è stata molto brava, ha messo in pratica il *Quarto Passo Ascoltare*. Risposte alternative sono sempre su questa linea e, non essendo uno scambio verbale infelice, possiamo sospendere.

37. ANNAMARIA: Non sono stata brava in un altro momento della giornata. Vedendo mia figlia che giocava con il pianoforte di mia mamma, la mamma ha detto: "*Ah, che brava!*" Allora io ho detto: "*Dai mamma, suona La Prima Carezza!*", un pezzo che

- suonava sempre. Lei non se lo ricordava. Dico: “*Ti prendo lo spartito?*” Lei: “*No, non ci vedo bene*”. Lì ho fallito, perché le ho fatto una richiesta invece di lasciarla libera di suonare il pianoforte. È stata una cosa innocente, per me è stato un ricordo di quando ero piccola.
38. DANIELA: Sì, tu hai chiesto una cosa specificatamente.
39. ANNAMARIA: Lei si è resa conto di non ricordare e ha mollato tutto, andando via.
40. DANIELA: È una forma di domanda chiusa. Vedi che lo riconosci tu stessa. Si tratta proprio di affinarsi. Lo dici e riconosci da sola che non va bene. E poi perdoniamoci, non stiamo a bastionarci, ci pensa già la vita. Siamo consapevoli dell'errore per non farlo più o farlo sempre di meno. Poi basta. Non sostiamo sul nostro errore perché questo è contrario al nostro benessere e quindi al benessere della mamma.
41. ANNAMARIA: Grazie.
42. DANIELA: A questo punto passo la parola a Mina per le conclusioni. È stato un incontro ricchissimo. Mina a te la conclusione.
43. MINA: Intanto avete letto nella chat che Chiara ci saluta perché è andata via. Noi ricambiamo il saluto di Chiara. Volevo tornare alla risposta di Sara perché volevo darvi un suggerimento ed avere una chiave interpretativa sul malessere che Sara ha provocato alla mamma che poi è stato il suo senso di colpa. La risposta di Sara: “*Basta, no, non lo puoi fare*” ha creato tutto quello che è successo a cascata: il disagio della mamma, il dispiacere di Sara. Nell'analisi verbale che fa Vigorelli sulle parole utilizzate, sui contenuti e significati, sottolinea che le parole avversative che contengono una negazione: *No, Non, Ma, Però*, hanno un effetto negativo perché è come voler disconoscere la persona. Noi siamo abituati a dire sì, no, a seconda dell'opportunità del fare o non fare una cosa, ma dobbiamo imparare che, con le persone con demenza, le parole avversative non funzionano. Hanno solo un effetto di disconoscimento. Ecco perché quella cascata di dolore successivo. Anche questa è una tecnica da usare.
44. SARA: È chiarissimo e anche condivisibile con la razionalità del momento odierno.
45. MINA: Faccio un ripasso sui passi emersi nella serata. Il *Dodicesimo Passo Occuparsi del nostro benessere* che ha introdotto Daniela, ci invita a superare il senso di colpa che ci fa stare male e, tornando all'*Undicesimo Passo, Accettare la malattia* ci invita a non dare a noi la colpa ma a questo evento. Così cercando di stare meglio noi, aiutiamo il nostro caro a stare bene. Ho individuato il *Nono Passo Rispondere alle richieste*. La mamma dice: Ma come, io non posso più fare quello che desidero! Molto spesso ciò che ci chiedono è poter fare le cose come vogliono loro. Quindi noi dobbiamo cercare di porci in modo positivo e vedere se riusciamo a rispondere alle loro richieste. Non usare risposte negative. Allora cercare, come dice Daniela, una contrattazione. Ci permette di valorizzare la loro competenza a *contrattare e decidere*, usando la strategia di posticipare, se possibile, la soddisfazione della richiesta. Se possiamo soddisfarla subito è bene, altrimenti nel futuro. Annamaria, un'ultima cosa vorrei dirti in base al tuo racconto. Dovrai prepararti perché tua mamma avrà sempre meno parole da usare e la conversazione telefonica è più difficile che parlarsi in presenza. Ti organizzi strategicamente con un racconto della tua vita, della tua settimana, lo arricchisci con un tuo contenuto e stai in ascolto per vedere se il tuo contenuto ha stimolato qualcosa in lei.
46. ANNAMARIA: Ci provo, ma è veramente un problema. A volte mi chiede: “*Cosa stai facendo?*” “*Sono appena tornata dal lavoro, sto cucinando*”. “*Tu lavori?*” Qualsiasi cosa dico faccio danno. “*Sì, lavoro*”. “*Che lavoro fai?*” “*L'insegnante*”. Poi chiude la telefonata. Richiama: “*Fammi riflettere. Com'è che insegni? Hai fatto un concorso?*”

Da quanto tempo?” “Sono 17 anni che insegno”. “E io dove sono stata? In America? Veramente sono stonata. Perdo colpi”. Quindi ormai ho paura di dire qualsiasi cosa.

47. MINA: È un bell'argomento che possiamo affrontare la prossima volta. Esercitatevi a *Rispondere alle richieste* quelle che mettono in difficoltà e le affronteremo in gruppo perché il gruppo aiuta. Leggiamo la *Lettura finale*.

Fase sociale di commiato.

Commento (a cura di Daniela Pellerino)

Aderenza al metodo e libertà di conduzione.

Dopo la *Lettura d'inizio* e il riassunto dei *Passi* emersi negli incontri precedenti, al turno 1 propongo di dare la precedenza ad una conversazione riferita da una partecipante nell'ultima riunione, non trattata per mancanza di tempo, piuttosto che partire dalla condivisione del compito assegnato, come indica il Metodo ABC. La scelta è dettata dalla volontà di non lasciar cadere l'iniziativa di Sara che aveva già espresso il dispiacere e il senso di colpa provocati da quelle battute, oltre la sua fatica a condividere aspetti relativi alla malattia della mamma.

Richiamo a questo proposito un insegnamento del professor Vigorelli. Il conduttore sceglie i suoi interventi all'interno di una polarità: la fedeltà al metodo e la libertà di scegliere gli interventi ritenuti più adeguati, nella consapevolezza che ciò che conta è l'obiettivo. Il Gruppo ABC punta a raggiungere la *felicità possibile* nel qui ed ora dei partecipanti che si realizza diventando *curanti esperti nella parola*. Il turno 23 rivela il raggiungimento dell'obiettivo. Ritorno su questo turno al termine del mio commento.

Oltre ad avere un'attenzione relazionale, ho attuato nel qui e ora del gruppo il *Quarto Passo Ascoltare*, l'*Ottavo Passo Riconoscere le emozioni*, il *Nono Passo Rispondere alle richieste*.

Tecniche di conduzione

- *Focalizzazione sulle parole e su un singolo episodio.* Turni 1, 5, 12, 22, 29, 33, 37, 38, 39, 40.
- *Giostra delle risposte possibili.* Al turno 12 introduco questo strumento che, chiamato da me in modo inappropriato “*giostra delle parole*”, si dipana nel primo episodio dal turno 13 al turno 25, nel secondo episodio dal turno 29 al turno 36.
- *Inventario delle emozioni.* Turni 7, 12, 22. Al turno 7 introduco lo strumento chiamato *inventario delle emozioni* che si estende nei turni 11 e 12. Al turno 22 evidenzio il rapporto tra il riconoscimento delle emozioni e l'individuazione di parole adeguate per rispondere alla mamma. Solo sintonizzandosi sulla stessa lunghezza d'onda emotiva della mamma, si può attingere ad un vocabolario sintonico. Vale a dire che l'esercizio dell'inventario delle emozioni non è uno strumento fine a se stesso ma è funzionale ad una conversazione *sufficientemente felice* e rivela in modo straordinario la *competenza emotiva* della mamma di Sara e di Annalisa. Inoltre chiedo l'*inventario delle emozioni* sia per le emozioni della mamma, sia per quelle di Sara, al fine di sottolineare che è in gioco la relazione interpersonale io-tu.
- *Rinvio dal comportamento alla malattia.* Ai turni 28 e 30 Annamaria si rende conto che la mamma inizia a perdere alcune abilità. Il suo tono di voce, il ritmo con cui pronuncia le parole, l'espressione del volto, rivelano la tristezza di questa consapevolezza. Nel turno 31 riconduco questi segnali alla loro causa, la malattia, e immediatamente evidenzio la *compresenza dell'Io Sano*.
- *Assegnazione di un compito.* Nell'organizzare la nostra co-conduzione, io e Mina abbiamo deciso di affidare l'*assegnazione di un compito* alla co-conduttrice (Turno 47). In questo modo, alternandoci nella conduzione, ci alterniamo anche nell'uso delle tecniche e degli strumenti.

- *Resoconto del compito.* Turno 27.
- *Fase sociale di accoglienza e di commiato.* Al terzo incontro (quarto se si considera la riunione di presentazione) le due fasi rivelano come si stia creando un clima cordiale e scherzoso.

Passi emersi

- *Primo Passo Non fare domande:* turni 38, 40, non citato esplicitamente
- *Quarto Passo Ascoltare:* turni 18, 22, 25, 36. Nei turni 18, 22 e 25 evidenzio che nella conversazione si ascoltano non solo il linguaggio verbale, ma anche il paraverbale e non verbale come il movimento nel letto, i tentativi di alzarsi e le lacrime. Il curante è tenuto a prestare attenzione che i tre tipi di linguaggio da lui usati siano coerenti tra di loro. Altrettanto il conduttore. Nel turno 31 il mio tono di voce e l'espressione del mio volto sottolineano la differenza dell'Io Malato da accettare e dell'Io Sano da stimolare.
- *Quinto Passo Somministrare autobiografia* (declinazione di *Accompagnare con le parole*): turno 22.
- *Ottavo Passo Riconoscere le emozioni:* turni 22, 25.
- *Nono Passo Rispondere alle richieste:* turni 22, 45. Nel turno 22 evidenzio come il linguaggio non verbale accompagni le parole con cui la mamma di Sara esprime le sue richieste. Emerge la necessità di riconoscere alla mamma la competenza a *comunicare*, non solo a *parlare*, e, fortemente, la competenza a *contrattare e decidere*.
- *Undicesimo Passo Accettare la malattia:* turni 31, 45.
- *Dodicesimo Passo Occuparsi del proprio benessere:* turni 12, 40.

Sui risultati e l'efficacia del Gruppo ABC

Voglio evidenziare la comunicazione in cui Sara riconosce l'importanza dei contributi del gruppo e afferma: "*Mi si ripresenterà l'occasione*". (Turno 23). Con queste parole esplicita la funzionalità del Gruppo ABC dove si parte da una condizione difficile per imparare una modalità nuova da usare nelle future occasioni.

Riconoscere il bisogno di aiuto, lasciarsi aiutare, apprendere strumenti per modificare l'uso di parole inadeguate, cambiare la conversazione con la persona con demenza, vivere momenti *sufficientemente felici*: questo il percorso di un curante Capacitante.