

22. Vorrei avvicinare la mamma all'Approccio Capacitante

Buongiorno, sono un'educatrice in aspettativa lavorativa e vivo a Torino. Ho un papà con malattia neurodegenerativa diagnosticata nel 2018, con decadimento cognitivo non particolarmente rapido fino a qualche mese fa. Mamma colpita da ictus luglio 2020, con buon recupero (secondo i neurologi) ma con strascichi di depressione altalenante.

Per vicende personali quindi, ma anche professionali, mi sono avvicinata all'Approccio Capacitante e ne deriva grande fiducia per questo "modo" che istintivamente alcune persone come me praticano, e che mi fa molto piacere sia diventato "metodo" che si può apprendere.

Vivo con molta tristezza questa sua graduale perdita di memoria, parole, capacità di orientamento, sensazione di sbagliare e conseguente ansia. Mio papà è una persona solare, nonostante una storia personale costellata da traumi (tra cui il suicidio paterno), che è davvero felice quando vede il cielo blu. Mia mamma non comprende (non riesce o non vuole, non so) la situazione. **DOMANDA:** quanto è consigliabile la lettura/avvicinamento a questo approccio, per persone "poco consapevoli" della situazione che hanno davanti? Come posso farle capire che non è neutro il suo "sguardo" verso di lui, sul decorso della malattia?

Nonostante la depressione di lei, è bene approfondire con lei questo argomento o potrebbe rivelarsi controproducente per tutti e due?

Grazie Infinite. Penso che a breve mi iscriverò al corso on line. Un saluto. Livia Sandroni

Buongiorno Livia.

Nella sua lettera esprime il desiderio che anche sua mamma possa adottare un atteggiamento capacitante nei confronti del papà che sta sperimentando un decadimento cognitivo in peggioramento.

Il problema è cosa fare?

Vista la descrizione che mi fa della mamma, anche lei anziana, malata, con esiti di ictus, con strascichi di depressione altalenante, il mio consiglio è di non darle da leggere un libro e neppure di farle brevi lezioni sull'Approccio Capacitante. Credo che la mamma si irriterebbe e non cambierebbe il suo atteggiamento.

Io, invece, ho molta fiducia nell'esempio. Le consiglio di essere lei stessa capacitante più che può, col padre ovviamente, ma anche con la madre.

Questo significa accettarla così com'è, essere comprensiva, cioè capire che tutto quello che la mamma fa e dice lo fa cercando di fare il meglio possibile (anche se dal suo punto di vista, come figlia, sbaglia). Sua mamma non ha bisogno di lezioni, né di giudizi o di critiche. Ha bisogno di sentire una figlia vicina, solidale, che capisce il suo desiderio di fare bene e la sua sofferenza di moglie che sta assistendo al declino del suo marito "solare". Questo è quello che le consiglio in modo prioritario.

Poi è probabile che veda effetti inaspettati.

Sua madre sentirà di avere in lei un'alleata e la osserverà nel suo atteggiamento. Si accorgerà che con lei suo padre sta bene, parla volentieri e non si irrita.

Si accorgerà che lei non fa domande che lo mettono in difficoltà, non lo interrompe, non lo corregge, non lo giudica ma fa tutt'altro: lei lo accetta così com'è e lo accompagna nel suo mondo possibile.

Può anche succedere che a un certo punto sua madre le chieda: come mai il papà con te sta bene e con me invece tace e si arrabbia? Come fai?

Di fronte a queste domande, ma solo dopo queste domande, lei potrà spiegare quello che fa e perché lo fa e sua madre sarà ben contenta di imparare dalla sua esperienza.

Questo è il mio augurio. Pietro Vigorelli