

Gruppo ABC: riflessioni su un percorso e analisi dei questionari di autovalutazione

Fausta Martino

psicologa, psicogeriatra - Rete Magica OdV Amici per l'Alzheimer e il Parkinson, Forlì

Ho condotto il mio primo Gruppo ABC misto, sia con familiari che con operatori, per 4 incontri, nel periodo che va dal 20 ottobre al 10 novembre con un incontro finale, il quinto, condotto da una collega psicologa.

Devo ringraziare la collega conduttrice di Gruppi ABC, Paola Benetti, che molto empaticamente mi ha supportato per meglio direzionare il gruppo, a dimostrazione che nonostante chilometri che separano i conduttori dei gruppi, il valore del confronto e del riconoscimento dell'esperienza è un bene condiviso.

Ho svolto varie riflessioni, nelle settimane di conduzione, sia sulla gestione del gruppo, sia su alcune ipotesi di miglioramento del mio stile (tante!). Infatti, nonostante il Gruppo ABC abbia delle regole ben precise di conduzione, quando si parla di "persone", emerge la differenza tra i singoli approcci.

Una peculiarità del gruppo misto

Nel gruppo forlivese da me condotto, che ha visto la partecipazione di operatori e familiari, è emersa più volte la preoccupazione rispetto al diverso coinvolgimento emotivo, evidentemente ovvio, tra le due figure. Questa differenza, sottolineata soprattutto nel primo e nel secondo incontro, successivamente si è affievolita. Probabilmente la strategia vincente è stata quella di rinforzare l'idea che è legittimo pensare che familiari, specialmente se conviventi, ed operatori, non abbiano lo stesso coinvolgimento emotivo, ma che nel contesto del Gruppo ABC sia bene soffermarsi sulle emozioni nel momento di una conversazione concreta, specifica, avvenuta in un tempo determinato, nel "qui ed ora".

Proprio per questo negli incontri successivi al primo e al secondo, prima della "GIOSTRA DELLE RISPOSTE POSSIBILI" ho pensato di fare un lavoro sull' "INVENTARIO DELLE EMOZIONI" in modo tale da esplorare anche le emozioni della persona con disturbo neurocognitivo (o per dirla come il prof. Vigorelli persona smemorata e disorientata). E' stato quindi chiesto ad ogni partecipante, non solo di dire quale emozione poteva provare l'anziano/a mentre si ripeteva la frase puntuale riportata nel cartellone, ma anche di accompagnare l'emozione con una piccola frase che la descrivesse, ad esempio: se l'emozione era la tristezza, la domanda da porsi, mettendosi nei panni della persona disorientata, era: perché sono triste?

Le mie emozioni

Relativamente alle mie emozioni durante gli incontri, sicuramente la gioia è quella che meglio le racchiude: sia rispetto alla fiducia mostratami dal prof. Vigorelli, sia per quella dimostrata dall'associazione La rete magica, che mi hanno concesso di condurre il gruppo nonostante sia ancora in fase di formazione. Un'altra emozione ricorrente durante la conduzione dei gruppi è legata alla gestione dei silenzi. Seppur cosciente che questi fossero necessari per favorire l'emergere delle parole dei partecipanti e per riflettere sulle parole, ero molto preoccupata della gestione del tempo.

Riflessioni per migliorare

Ai familiari ho lasciato, sin dal primo incontro, una cartellina con le letture di inizio e finali con preghiera di portarla ogni volta con sé. Spesso parte dell'intervento che prevedeva la discussione sui Passi messi in campo la volta precedente generava interessanti e innovative riflessioni, pertanto è stato uno spunto presentato a tutti gli incontri successivi al primo e molto apprezzato.

Quindi, se da una parte al termine di ogni incontro chiedevo ai familiari di sperimentare i Passi su cui avevamo lavorato, dall'altra il mio lavoro è stato quello di riflettere sullo stile di conduzione, su cosa avesse funzionato e su cosa mi avesse creato delle difficoltà, per poter operare delle azioni migliorative negli incontri successivi.

Una riflessione, tra le tante, è legata agli aspetti che vorrei migliorare rispetto alla mia capacità di essere più riflessiva e lavorare più sulla parte emotiva con i presenti che ha dimostrato, almeno in questo gruppo appena concluso, di essere volano per riflettere, in maniera più profonda, sulle parole dette.

La valutazione dei risultati

Di seguito, prosegue la mia riflessione su alcuni elementi emergenti dai risultati dei questionari; dati che saranno di seguito riportati in tabella in forma aggregata. Innanzitutto, come detto in premessa, i partecipanti erano misti: operatori e familiari. La maggior parte delle persone presenti hanno iniziato a confrontarsi con la demenza da 1-3 anni a parte un caso che vive la relazione con una persona disorientata e smemorata da più tempo, nello specifico 4-10 anni.

Le capacità comunicative

Generalizzando i risultati potremmo dire che i partecipanti hanno rilevato di avere maggiori capacità comunicative con i loro familiari o assistiti con demenza a seguito della partecipazione al Gruppo ABC. E' importante però precisare che tra i partecipanti ai gruppi non c'era in nessun caso un familiare con un disturbo neurocognitivo grave, con afasia, disturbi comportamentali, wandering, ecc. Basandomi sulle loro descrizioni, ci troviamo perlopiù di fronte a disturbi neurocognitivi di grado lieve o moderato, salvo un caso di disturbo dementigeno iniziale, corrispondente a MCI non ancora diagnosticata.

Il benessere del caregiver

Diverso è il risultato degli incontri quando si passa alla valutazione del benessere percepito del caregiver. In questo caso non si evincono grandi miglioramenti; lavorare sul proprio benessere, uno dei 12 Passi che prevede il Gruppo ABC, è forse quello più difficile da conseguire. Infatti alla domanda "nell'ultima settimana come ti sei sentito?" solo tre persone su sette hanno dato come risposta "meglio di prima", alla domanda "riesci ad occuparti anche un po' del tuo benessere?" solo in due hanno risposto "più di prima". Da notare che queste due persone sono tra le tre che avevano risposto positivamente anche alla domanda precedente.

La messa in atto dei 12 Passi

Sulla comprensione dei Passi c'è da evidenziare che, sebbene analizzati all'interno del percorso del Gruppo ABC e ben compresi in termini di efficacia del rapporto con l'altro dal punto di vista "teorico", nel questionario, dove veniva richiesta la messa in pratica di quanto appreso, non tutti si sono sentiti particolarmente efficaci. Ad esempio nella domanda: "fai delle domande chiuse?" solo quattro su sette hanno risposto "meno di prima". Su altri Passi i cambiamenti sono stati più netti, per esempio riguardo al "non interrompere" e al "non correggere"; in entrambi gli item, sette su sette hanno risposto che lo fanno meno di prima.

La valutazione globale della partecipazione

Soffermandoci invece sugli items finali, ricordando che i questionari erano anonimi, possiamo dire quanto segue: alla richiesta di esprimere un parere su "La partecipazione al Gruppo ABC per te è stata utile", tutti hanno dato risposta positiva; alla richiesta "Ti interesserebbe partecipare ad altri incontri", tutti hanno dato una risposta affermativa tranne una persona; alla domanda "Consigliaresti ad un altro familiare di malato Alzheimer di partecipare al Percorso di Formazione e Gruppo ABC?" tutti hanno dato una risposta positiva.

Conclusione

Da quanto riferito emerge che vi è stato un elevatissimo grado di gradimento del corso e che si è confermata l'alta qualità dei Gruppi ABC.

Item	Questionario N	1	2	3	4	5	6	7
1	Tu sei	figlio/figlia	figlio/figlia	figlio/figlia	altro parente o amico	figlio/figlia	figlio/figlia	figlio/figlia
2	Tu e il tuo congiunto malato vivete nella stessa casa?	SI	NO	NO	NO	NO	SI	SI
3	Da quanto tempo il tuo congiunto è malato di Alzheimer?	1-3 anni	1-3 anni	1-3 anni		1-3 anni	4-10 anni	1-3 anni
4	A quanti incontri del Gruppo ABC hai partecipato?		1	4	4	3	4	3
5	Quando il tuo congiunto sta parlando, ti capita di interromperlo?	meno di prima	meno di prima	meno di prima	meno di prima	meno di prima	meno di prima	meno di prima
6	Quando fa degli errori, ti capita di correggerlo?	meno di prima	meno di prima	meno di prima	meno di prima	meno di prima	meno di prima	meno di prima
7	Fai delle domande "chiusure"? (es: che giorno è oggi? che cosa hai mangiato a pranzo?)	meno di prima	meno di prima	meno di prima	meno di prima	come prima	come prima	come prima
8	Aspetti in silenzio qualche momento quando sta per cominciare a parlare o quando cerca la parola da dire?	come prima	più di prima	meno di prima	come prima	più di prima	come prima	meno di prima
9	Quando ti parla, così come riesce, cerchi di seguirlo nel suo discorso?	più di prima	come prima	più di prima	come prima	come prima	più di prima	come prima
10	Quando gli parli, partecipi raccontando anche qualcosa di te e della tua vita?	come prima	più di prima	come prima	come prima	meno di prima	come prima	come prima
11	Cerchi di comunicare anche con i gesti e il tono della voce?	come prima	più di prima	come prima	come prima	meno di prima	come prima	più di prima
12	Cerchi di capire le sue emozioni e i suoi sentimenti?	più di prima	più di prima	più di prima	più di prima	come prima	come prima	più di prima
13	Ritieni che le sue emozioni e i suoi sentimenti siano motivati? Sia quelli positivi che quelli negativi?	più di prima	come prima	più di prima	come prima	come prima	più di prima	come prima
14	Accetti che dica il suo parere sulle cose che lo riguardano?	più di prima	più di prima	più di prima	come prima	più di prima	come prima	come prima
15	Quando ti fa delle domande, gli rispondi correttamente?		più di prima	più di prima	come prima	più di prima	come prima	come prima
16	Quando ti fa delle richieste, le prendi in seria considerazione?		più di prima	più di prima	come prima	come prima	come prima	come prima
17	Quando i suoi comportamenti sono un po' inadeguati, ma non pericolosi, riesci ad accettare che faccia quello che fa così come lo fa, senza criticare, interrompere, correggere?	più di prima	come prima	più di prima	più di prima	più di prima	come prima	come prima
18	Riesci ad accettare che alcune stranezze nel suo modo di parlare e di comportarsi dipendano dalla malattia?	più di prima	come prima	come prima	come prima	più di prima		come prima
19	Riesci ad accettare la sua malattia?	come prima	come prima	come prima	come prima	più di prima	come prima	più di prima
20	Riesci ad occuparti un po' anche del tuo benessere?	più di prima	più di prima	come prima	come prima	come prima	come prima	come prima
21	Complessivamente ti senti "esperto" nell'uso della parola col tuo congiunto?	più di prima	come prima	più di prima	più di prima	come prima	più di prima	come prima
22	Senti di contribuire al suo benessere?	più di prima	più di prima	più di prima	come prima	come prima	più di prima	come prima
23	Nell'ultima settimana come ti sei sentito?	meglio di prima	meglio di prima	come prima	come prima	come prima	meglio di prima	come prima
24	Quanto tempo passi a parlare con lui?	come prima	più di prima	come prima	come prima	come prima	come prima	come prima
25	Complessivamente come ti sembra il suo modo di parlare?	come prima	migliore di prima	migliore di prima	come prima	come prima	come prima	come prima
26	Qualche volta comincia a parlare di sua iniziativa?	come prima	più di prima	più di prima	come prima	come prima	come prima	come prima
27	Quanto parla?		più di prima	più di prima	come prima	come prima	come prima	come prima
28	Ti sembra che sia contento di parlare con te?	come prima	più di prima	più di prima	come prima	come prima	come prima	come prima
29	Come valuti la sua qualità di vita?	migliorata	migliorata	migliorata	invariata	invariata	invariata	invariata
30	Consigliaresti ad un altro familiare di malato Alzheimer di partecipare al Percorso di Formazione e Gruppo ABC?	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI
31	Desideri restare in relazione con almeno una delle persone che hai incontrato nel Gruppo ABC?	FORSE	FORSE	SI	SI	FORSE	FORSE	SI
32	Ti interesserebbe partecipare ad altri incontri	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI
33	La partecipazione al Gruppo ABC per te è stata	utile	utile	utile	utile	utile	utile	utile

Item	Risposta 1	Totale	Risposta 2	Totale	Risposta 3	Totale	Risposta 4	Totale
1	marito/moglie	0	figlio/figlia	6	altro parente o amico	1	badante	0
2	SI	3	NO	4		0		0
3	1-3 anni	5	4-10 anni	1	più di 10 anni	0		0
4	1	1	2	0	3	2	4	3
5	più di prima	0	come prima	0	meno di prima	7		0
6	più di prima	0	come prima	0	meno di prima	7		0
7	più di prima	0	come prima	3	meno di prima	4		0
8	più di prima	2	come prima	3	meno di prima	2		0
9	più di prima	3	come prima	4	meno di prima	0		0
10	più di prima	1	come prima	5	meno di prima	1		0
11	più di prima	2	come prima	4	meno di prima	1		0
12	più di prima	5	come prima	2	meno di prima	0		0
13	più di prima	3	come prima	4	meno di prima	0		0
14	più di prima	4	come prima	3	meno di prima	0		0
15	più di prima	3	come prima	3	meno di prima	0		0
16	più di prima	2	come prima	4	meno di prima	0		0
17	più di prima	4	come prima	3	meno di prima	0		0
18	più di prima	2	come prima	4	meno di prima	0		0
19	più di prima	2	come prima	5	meno di prima	0		0
20	più di prima	2	come prima	5	meno di prima	0		0
21	più di prima	4	come prima	3	meno di prima	0		0
22	più di prima	4	come prima	3	meno di prima	0		0
23	meglio di prima	3	come prima	4	peggio di prima	0		0
24	più di prima	1	come prima	6	meno di prima	0		0
25	più di prima	0	come prima	5	meno di prima	0		0
26	più di prima	2	come prima	5	meno di prima	0		0
27	più di prima	2	come prima	4	meno di prima	0		0
28	più di prima	2	come prima	5	meno di prima	0		0
29	migliorata	3	invariata	4	peggiolata	0		0
30	SI	7	FORSE	0	NO	0		0
31	SI	3	FORSE	4	NO	0		0
32	SI	6	FORSE	0	NO	1		0
33	inutile	0	indifferente	0	utile	7		0