

Vigorelli P. Sulla Teoria della Mente e l'Approccio Capacitante (4): studio del linguaggio e riconoscimento della *competenza emotiva*.

www.gruppoanchise.it/TRIBUNA/12, 21 luglio 2015

La Teoria della Mente si può definire come capacità di riconoscere gli stati mentali propri e altrui, di comprenderne la natura soggettiva e l'importanza nel predire, spiegare e condizionare i comportamenti.

Nella *ToM* si distinguono due componenti, una più propriamente cognitiva, relativa alla comprensione delle credenze soggettive, un'altra che si può indicare come emotiva, relativa ai desideri e alle emozioni.

Un metodo comune

La componente emotiva della *ToM* condivide con l'Approccio capacitante il metodo di ricerca: le emozioni vengono riconosciute e indagate attraverso lo studio del linguaggio, delle parole proferite.

Il lessico psicologico

La *ToM* studia in particolare il *lessico psicologico*, facendo riferimento a nomi, verbi e aggettivi che indicano stati psicologici o mentali come emozioni (*paura, solitudine, star bene, star male, felice, triste*), pensieri (*pensare, credere, immaginare, ritenere...*) e desideri (*volere, sperare, desiderare...*).

Lo studio lessicale della *ToM*, così come quello dell'Approccio capacitante, si differenzia da altri metodi di studio come quelli basati sull'empatia, il controtransfert, l'interpretazione.

Così facendo lo studio delle emozioni resta ancorato al dato oggettivo della parola detta e stampata sul foglio di carta ed è meno influenzato dalla soggettività del ricercatore. Questo è un vantaggio, anche se questo vantaggio viene pagato con la rinuncia o la scotomizzazione consapevole dell'arricchimento che si potrebbe ottenere tenendo conto della comprensione soggettiva del ricercatore/operatore.

L'Approccio capacitante

L'esistenza della competenza emotiva della *ToM* nelle persone con demenza non viene neppure messa in discussione dall'Approccio capacitante: l'operatore capacitante impara a riconoscerne la presenza e a utilizzarla a scopo terapeutico mediante la tecnica di *Riconoscere le emozioni*.

Riconoscere le emozioni

La tecnica di *Riconoscere le emozioni*, si sviluppa in 4 tappe:

1.*Avvistare*. L'operatore, mentre ascolta le parole dell'anziano smemorato e disorientato, fa attenzione all'emergere di parole indicative di stati emozionali (il lessico psicologico emotivo), sa riconoscere quando la conversazione *si scalda* osservando anche il linguaggio paraverbale (il tono della voce) e non verbale e tenendo conto del contesto.

2.*Denominare*. L'operatore capacitante cerca di dare un nome all'emozione espressa dalle parole della persona con demenza, qualunque emozione, comunque venga espressa. Cerca di denominarla nel modo più preciso possibile, per esempio distinguendo la paura, dal senso di insicurezza, dal terrore e dal panico; la tristezza, da scoramento, mestizia, depressione, stanchezza, disperazione; la gioia, da benessere, serenità, allegria, senso di sicurezza.

3.*Legittimare*. L'operatore capacitante accoglie e legittima l'emozione espressa con le parole della persona con demenza, non giudica se l'emozione è congrua o incongrua dal proprio punto di vista. È interessato piuttosto al punto di vista dell'anziano; non giudica, non contraddice, neppure consola. Semplicemente prende atto dell'emozione così come viene espressa e la considera ragionevole e legittima *dal punto di vista di chi la sta esprimendo*.

1/3

4. Restituire. Dopo avere avvistato, denominato (mentalmente), legittimato l'emozione espressa, così come lui crede di averla capita (*ToM* dell'operatore!), l'operatore capacitante sceglie le parole che gli sembrano più adatte (*ToM* dell'operatore!) per restituire all'anziano l'emozione espressa. In altre parole gli dice con poche e chiare parole qual è l'emozione che lui ha colto. Pur consapevole che si può sbagliare, che è anche possibile che non venga compreso, l'operatore capacitante ci prova.

L'esperienza di centinaia di operatori mostra che l'anziano il più delle volte si sente riconosciuto e ne è contento, anche se l'emozione espressa è triste.

Se la reazione dell'anziano invece è sfavorevole, l'operatore prende atto di essersi sbagliato e cerca nuove parole.

Per l'Approccio capacitante è importante offrire il riconoscimento sia delle emozioni positive che di quelle negative. Infatti nella vita quotidiana l'anziano smemorato e disorientato trova facilmente qualcuno che condivide i momenti felici ma è invece sistematicamente misconosciuto e negato quando esprime sentimenti negativi.

I risultati e il seguito del riconoscimento

L'operatore capacitante che riconosce e restituisce le emozioni all'anziano smemorato e disorientato

- rafforza l'orientamento rispetto alla realtà, a se stesso e alla relazione,
- favorisce l'alleanza terapeutica/assistenziale,
- contribuisce a realizzare un momento di convivenza sufficientemente felice nel *qui e ora* dell'incontro,
- si sente gratificato per aver impiegato una tecnica qualificante,
- si sente gratificato per i risultati ottenuti.

L'impiego della tecnica è utile e significativo se,

- dopo il suo impiego, l'operatore continua a esserci, stare lì, stare insieme, almeno per qualche momento, e *tace*, restando in attesa e in ascolto, lasciando all'anziano la possibilità di proseguire a parlare così come lui vuole e come può.

In alcuni casi l'impiego della tecnica può avere ulteriori sviluppi:

- l'operatore capacitante può dare *risposte di effettività*, mettere cioè in atto azioni e comportamenti che mostrino chiaramente che l'emozione espressa provoca degli *effetti* (offrire un fazzolettino di carta, battere le mani, mettere una mano sulla sua mano, fare insieme un disegno, raccontare qualcosa di sé...);
- quando l'operatore è uno psicologo o uno psicoterapeuta, può partire dal riconoscimento dell'emozione per fare un lavoro psicologico con il metodo di cui è esperto e qualificato.

Intersezioni possibili e considerazioni pratiche

Come evidenziato sopra, *ToM* e Approccio capacitante condividono

- l'attenzione alle emozioni,
- la focalizzazione sulle parole proferite.

L'Approccio capacitante può offrire ai cultori della *ToM* un materiale di studio più ecologico rispetto agli strumenti già in uso (Strange Stories, Faux pas...).

A tale proposito si consultino, per esempio, dall'Archivio conversazioni su www.gruppoanchise.it i testi n. 1, 18, 23, 36, 59, 72, 94, 142, 148, 159, 164.