

436. Gruppo ABC: il 5° e il 10° Passo, la Giostra delle risposte possibili, informale

Testo inviato da Eleonora Doppio e Silvia Gresele (logopediste) per il Corso di formazione per Conduttori di Gruppo ABC, tenutosi a Milano – anno 2019. 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 dei partecipanti e ogni dato che possa permettere l'identificazione loro o di altre persone e luoghi è stato alterato per rispettarne la privacy.

I partecipanti, il contesto, il lavoro di gruppo

Il percorso del Gruppo ABC è iniziato nell'aprile 2019 a Santorso (VI). La trascrizione che segue riguarda il 4° incontro. Sono presenti 8 familiari (Mario, Stefania, Lucia - mamma di Stefania, Carla, Rosa, Anna, Sara e Marco – marito di Sara) e 2 conduttori.

Si parte con la *Lettura iniziale*; successivamente si ricorda a chi è mancato al precedente incontro quali Passi sono stati affrontati.

Il testo: Vado avanti con il discorso insieme a lui

1. CONDUTTORE 1: Bene, iniziamo... Qualcuno vuole raccontare com'è andata la settimana, cosa non ha funzionato, se c'è stata qualche conversazione poco felice? Potete esprimerlo liberamente, cercando, come abbiamo fatto le altre volte, di ricordare esattamente le parole usate da voi e dal vostro familiare. Concentriamoci sulle parole dette.

2. CARLA: Io questa settimana sono stata brava, non è successo nulla di catastrofico!

3. CONDUTTORE 1: Siamo tutti felici per lei, Carla, e per la sua mamma!

4. CARLA: Per fortuna è stata una settimana più tranquilla del solito. Io ho cercato di stare più tranquilla e di arrabbiarmi meno. Mi sono detta che sono cose che succedono...

5. CONDUTTORE 2: Sì, accettare quello che succede. Accettare che la mamma faccia quello che fa. Abbiamo già visto che dà dei buoni risultati ed è proprio quello che dice il 10° Passo: *Accettare che faccia quello che fa, così come lo fa.*

6. CARLA: Adesso mi controllo abbastanza prima di parlare e ci sono riuscita. Non so se sarò in grado di continuare. Però intanto sono stata contenta, quindi questa volta non ho nulla da raccontare!

(Carla e tutti i componenti del gruppo sorridono. Di solito questa signora ha molto da raccontare. Il Conduttore 2 osserva il gruppo e vede che Lucia sembra aver voglia di raccontare qualcosa)

7. CONDUTTORE 2: Signora Lucia, vuole raccontare lei qualcosa?

8. LUCIA: Io ho visto che mio marito, quando comincia con un discorso un po' strano... io mi avvicino, mi prendo il tempo, lui racconta tante cose di quando era giovane, anche molte cose non vere, però io non giudico, non lo correggo e vado avanti con il discorso insieme a lui.

9. CONDUTTORE 1: Brava! Lo segue, lo accompagna nel suo mondo possibile! Anche questo lo abbiamo già visto ed è il 5° Passo: *Accompagnare con le parole nel suo mondo possibile, senza ingannare, senza giudicare.*

10. CONDUTTORE 2: E' andata bene questa settimana? O è successo qualcosa?

11. LUCIA: Questa mattina mi ha detto: "Mi porti all'ANFASS a prendere le piantine?" Io gli ho risposto: "Oggi, alle 14.30/15... è troppo caldo! Allora più avanti, verso sera, andiamo".

12. CONDUTTORE 1: Come ha reagito suo marito a questa risposta?

13. LUCIA: Non tanto bene... Non ha risposto, non ha fatto niente, ma era dispiaciuto. Non gli è andato bene quello che gli ho detto.

14. CONDUTTORE 1: Proviamo a trascrivere lo stesso questa conversazione tra la signora Lucia e suo marito Roberto e cerchiamo di trovare insieme una risposta diversa che non provochi dispiacere e delusione al marito della signora Lucia. Ci ripete, signora, quello che avete detto lei e suo marito? (*il conduttore trascrive sulla lavagna le parole di Lucia e del marito Roberto*)

ROBERTO: Oggi pomeriggio andiamo all'ANFASS a prendere le piantine?

LUCIA: Oggi pomeriggio è troppo caldo, andiamo verso sera.

Roberto non risponde, è infastidito e dispiaciuto...

15. LUCIA: Secondo me lui non ha capito che era troppo caldo per uscire e cosa voleva dire "verso sera"... Eravamo appena tornati dalla spesa. Sono due volte che andiamo a fare la spesa e alla cassa non si infastidisce... perché mi dispiaceva per la cassiera. Adesso sono due volte che funziona...

16. CONDUTTORE 1: Cosa funziona ora? Perché Roberto non si infastidisce? Forse lei, Lucia, ha usato qualche nuova strategia?

17. LUCIA: Può darsi, sì. Prima lo aiutavo a svuotare il carrello, ora lascio che faccia tutto lui da solo.

18. CONDUTTORE 2: Questa è un'ottima strategia... Lasciare fare a lui quello che è ancora in grado di fare. Ancora una volta si conferma la validità del 10° Passo *Accettare che faccia quello che fa*, non prevenire, non sostituirsi, non bloccare.

19. LUCIA: Infatti, io tante volte gli chiedo: "Mi aiuti a fare questa cosa?" E così lo vedo contento.

20. CONDUTTORE 1: Certo! Questo significa dare riconoscimento a lui e a quello che ancora sa fare, accettando il rischio che possa anche sbagliare.

21. STEFANIA (*figlia di Lucia*): Torniamo al discorso della spesa... a lui piace andare, gli piace il posto, conosce tutti quanti, saluta tutti e andava sempre a fare la spesa da solo, però il fatto di andare a fare la spesa con noi, non è la stessa cosa. Lui ci andava da solo e vorrebbe poterlo fare ancora in autonomia. Noi gli dicevamo che non poteva andare da solo perché le borse pesano e lui ha problemi di schiena, deve mettere il busto... però è proprio vero che è importante lasciargli fare quello che ancora è in grado di fare. La mamma è bravissima perché, quando fa la lista della spesa, scrive le cose in ordine a seconda delle corsie del supermercato. Lui sa, ha il percorso fisso. Lui ha la lista e la segue in modo preciso. Si arrabbia quando cambiano la disposizione dei prodotti e va avanti una settimana a lamentarsi.

22. LUCIA: Ah! Per lui non si dovrebbe cambiare assolutamente nulla di niente!

23. CONDUTTORE 2: Anche lasciare che Roberto svuoti da solo il carrello, accettando il rischio che possa sbagliare qualcosa, è il 10° Passo: *Accettare che faccia quello che fa*, così come lo fa... Torniamo ora alla nostra conversazione... La risposta di Lucia non aveva soddisfatto Roberto che non si era proprio arrabbiato, ma aveva chiaramente manifestato delusione e frustrazione.

24. LUCIA: No, no, non si era arrabbiato tanto, ma un po' sì. Per fortuna ha la memoria corta e si è dimenticato quasi subito che mi aveva chiesto di andare all'ANFASS.

(il gruppo sorride. Si fanno battute sul fatto che, a volte, la perdita di memoria dei familiari gioca a vantaggio di chi si prende cura di loro)

25. CONDUTTORE 1: Forza, proviamo lo stesso a vedere quale risposta avremmo potuto dare, per evitare la reazione infastidita, di delusione e un po' di rabbia del signor Roberto. Proviamo insieme a trovare possibili risposte. Lucia ha dato comunque una risposta adeguata perché non ha detto "NO", ma ha riconosciuto il desiderio di Roberto. (*segue una "Giostra delle riposte possibili" che si sviluppa spontaneamente, in modo informale*)

26. MARIO: Se si andava in macchina, si poteva dire: "In macchina, con il caldo, le piantine soffrono, meglio andare verso sera"

27. STEFANIA: Visto l'orario, la mamma poteva dire: "Adesso sono un po' stanca. Posso riposare un po' e andiamo più tardi?"

28. ANNA: Io direi: "Guarda, appena aprono, andiamo". Nel frattempo magari si dimentica... Gli direi: "Mi riposo un po' e poi andiamo".

29. MARCO: Forse avendo Roberto vissuto l'esperienza del caldo in macchina, si potrebbe dire: "Ti ricordi in macchina che caldo fa? Con questo caldo, le piantine soffrirebbero. Aspettiamo che venga più fresco" (*in questa occasione Marco sta partecipando per la prima volta al gruppo*)

30. SARA (*moglie di Marco; anche lei partecipa per la prima volta al gruppo*): Il mio papà è capriccioso e pretende, vorrebbe tutto subito. In questo caso, io avrei detto. "No, è chiuso", oppure avrei detto: "Adesso no, aspetti!"

(*c'è un attimo di silenzio dopo questa risposta di Sara. Tutti ricordano il 2° Passo "Non correggere, non dire non" e pensano che quella utilizzata da Sara non è proprio la risposta corretta. Interviene Carla, sdrammatizzando con una battuta*)

31. CARLA (*guardando Sara*): "La new entry..." (*scoppia una forte risata. Ridono compiaciuti anche Sara e suo marito*)

32. SARA: Immagino che è sbagliato, ma mi viene da dire così!

33. CONDUTTORE 1: Non si preoccupi Sara, a tutti noi verrebbe spontaneo dare risposte di questo tipo! Siamo qui per migliorare, piano piano... Negli incontri precedenti, il gruppo aveva scoperto quanto la risposta "no" porta quasi sempre a cattivi risultati. Noi vogliamo riuscire a capire quali sono le parole che portano buoni risultati, che fanno stare bene il nostro familiare e noi stessi, che portano a raggiungere una conversazione felice, un punto d'incontro felice.

34. CARLA: Ma quando tu gli dici di no, cosa succede?

35. SARA: Si arrabbia tanto, me ne dice di tutti i colori!

36. CONDUTTORE 1: Per capire se le nostre parole sono giuste, come abbiamo già visto negli incontri precedenti, bisogna osservare le reazioni della persona. Questo ci dice se siamo sulla strada giusta o no... Osserviamo le reazioni e le emozioni che le nostre parole suscitano. Non dobbiamo prendere in considerazione solo l'emergere di reazioni forti di rabbia, aggressività, pianto... ma, come in questo caso di Roberto, cogliamo delusione o frustrazione... Osserviamo se la conversazione si interrompe o se va avanti. Se la nostra risposta chiude la conversazione, si chiude anche la relazione. Questo ci fa capire che potevamo usare altre parole.

37. CONDUTTORE 2: Riguardando la conversazione, infatti, e analizzando le parole usate, mi soffermerei sulla parola "piantine", visto che queste suscitavano molto l'interesse di Roberto.

38. STEFANIA: Dire ad esempio "Che piantine vuoi comprare?"

39. CONDUTTORE 2: Certo, si potrebbe dire proprio così e poi aspettare una sua risposta. E' una domanda che non mette in difficoltà Roberto perché prevede più risposte possibili.

Nella conversazione descritta dalla signora Lucia, Roberto era rimasto deluso e non aveva dato risposte, quindi la conversazione non era proseguita. Se invece si parlava delle piantine, probabilmente la conversazione sarebbe proseguita e si sarebbe dimenticato di voler andare subito a comperarle. Tutte le risposte date da voi potrebbero essere adeguate alla situazione e provocare una reazione positiva di Roberto.

40. MARIO: L'importante allora è incoraggiare l'idea che ha e continuare?

41. CONDUTTORE 2: Certo! Quello, in quel momento, è il suo mondo possibile, il mondo in cui emerge l'*io sano* del signor Roberto. Lui esprime la sua volontà di coltivare le piantine e quindi per riconoscerlo non posso negargli il desiderio di andare a comperarle. Il "no" tende a ostacolare, a negare, questo suo desiderio. Entrando in quel mondo, allora, possiamo introdurre il 5° Passo *Accompagnare con le parole*, restando nel suo mondo. Devo quindi ascoltare attentamente quello che dice e tenere in considerazione il contesto in cui lo dice per individuare quello di cui mi vuole parlare. Il suo interesse sono chiaramente le piantine. Adesso vi lascio un compito per le prossime settimane: allenatevi sui due passi che abbiamo visto oggi: il 5° *Accompagnare con le parole* e il 10° *Accettare che faccia quello che fa così come lo fa*. (*segue la Lettura finale, il richiamo della data per l'incontro successivo e i saluti*)

Commento (a cura di *Pietro Vigorelli*)

In questo gruppo si può osservare forse uno dei risultati più importanti che si possono ottenere: i partecipanti imparano ad ascoltare l'interlocutore e a osservare i risultati delle parole che dicono o che evitano di dire, per scegliere poi le parole più adatte per favorire il fluire della conversazione e il benessere dei parlanti.