

457. Sull'incontro, la nostalgia della casa e l'inconsolabilità

Testo raccolto da Emanuela Botticchio (psicologa psicoterapeuta consulente di RSA), per il Corso di Formazione continua per Formatori del Gruppo Anchise, AF 2020. Commento di Emanuela Botticchio e Marina Gallo. La conversazione è stata registrata in modo palese con il consenso informato del conversante. La trascrizione è fedele, comprese le parole mal formate, tronche, ripetute e le frasi senza senso. Il nome del conversante e ogni dato che possa permettere l'identificazione sua o di altre persone e luoghi è stato alterato per rispettarne la privacy.

La conversante

La signora Sofia (il nome è di fantasia) ha 89 anni. Presenta buone competenze elementari e il punteggio al MMSE è 18. Rispetto all'ingresso in RSA avvenuto quattro anni fa, ha avuto un recupero significativo sul piano della funzionalità motoria. Stabile è il deficit cognitivo. Incessante e inesorabile la richiesta che formula costantemente, in ogni momento della giornata e a chiunque, di andare a casa.

Il contesto

La conversazione si svolge nella palestra della RSA posta al piano terra – nello specifico nella zona dell'ingresso - dove la signora quotidianamente si reca accompagnata dai fisioterapisti. La signora Sofia invece risiede in un nucleo al primo piano.

La conversazione

La durata della conversazione è di circa 15 minuti. Procedo con lenta vivezza e il tema, come consuetudine dei numerosi scambi intercorsi nel tempo con Sofia, è quello del rientro a casa. Le pause sono molte e i silenzi anche molto lunghi.

Il testo: *Tutta la passione che ho addosso / Bisogna che io sappia quello che fanno*

1. PSICOLOGA: Buongiorno signora Sofia, sono Emanuela e vorrei fermarmi un po' qui con lei. Parliamo un po' come di consueto e registro anche...
2. SOFIA: Buongiorno... mi può accompagnare a casa... . Cosa faccio qua... .Se lei volesse portarmi a casa... lo sa dove sono io... in Viale degli Alpini. Dai mi prendi su... ci conosciamo anticamente...
3. PSICOLOGA: Ha ragione Sofia, ci conosciamo da tanto tempo, da quando è qui in Casa di Riposo... saranno quattro anni...
4. SOFIA: È da un po'... . Ero venuta prima per un po'... . Però a casa mia ho bisogno di andare... hanno tutti bisogno di me... ci sono la mia mamma e il mio papà... ma cosa facevano a casa da soli... andavano a ricoverarsi...
5. PSICOLOGA: Andavano a ricoverarsi anche loro... eh Sofia... lei ha sempre in mente la sua casa, la mamma e il papà, tutti i familiari a cui vuole bene...
6. SOFIA: Sì... qui stiamo bene... ma andiamo... mi metto su i calzoni e andiamo su...
7. PSICOLOGA: Vuole andare su... poi però c'è ancora molto per arrivare a mezzogiorno... è lunga Sofia per arrivare all'ora del pranzo...
8. SOFIA: Ma non so... (*un po' sfarfugliando e come in una sorta di lamento*) non mi han dato neanche le carte mmh... mmh... mmh... le carte loro... perché han detto di chiudere... fanno tutto loro... non so... le carte sono qui...
9. PSICOLOGA: Le carte...

10. SOFIA: Le carte di fare non so appunto... perché bisogna che io sappia quello che fanno... . Anche l'altra volta sono venuta qua e non mi hanno fatto nulla...
11. PSICOLOGA: È infatti importante sapere quello che fanno... le fanno fare gli esercizi con i pedali sia per le gambe che per le braccia... pedala con gli attrezzi quando è in palestra...
12. SOFIA: (*pausa lunga*) Ho bisogno di andare a vedere i miei a casa... andiamo a casa mia... ci sarà qualcosa da mangiare... (*ride*) altrimenti facciamo senza... A me sembra di aver detto che andavo a casa... sembra perché...(*pausa lunga*)
13. PSICOLOGA: Sembra... (*pausa lunga*)... Eh Sofia... quella casa lì che non passa mai dal cuore e dalla mente... la casa è un pensiero che ha sempre, la sua casa...
14. SOFIA: E non si può neanche andare, vedi...
15. PSICOLOGA: Infatti... meno male che dice che si trova un po' bene anche qua...
16. SOFIA: Sì, non posso lamentarmi... io non mi lamento mai... conosco tutti... vediamo se mi mandano a casa e poi farmi entrare quando ne ho bisogno... però adesso a me non sembra di aver di bisogno...
17. PSICOLOGA: Non le sembra di aver bisogno...
18. SOFIA: È tutta la passione che ho addosso...
19. PSICOLOGA: È la passione... è la passione che ha addosso... e tanta nostalgia... (*pausa di 45 sec*)
20. SOFIA: Andiamo a sederci là che qui non mi piace tanto... anche a te?
21. PSICOLOGA: Andiamo là allora Sofia.
22. SOFIA: Anche a te vero non piace tanto?
23. PSICOLOGA: Mmh bbh... vicino a lei sto bene...
24. SOFIA: Anch'io... ho trovato quella che mi andava bene... ti ho visto ancora però non ricordo...
25. PSICOLOGA: Sì sì ci siamo viste ancora.
26. SOFIA: Sì sì ti ho visto ancora... venivi forse anche a casa mia...
27. PSICOLOGA: A casa... a casa qui alla Casa di riposo... sono Emanuela la psicologa.
28. SOFIA: Chi sei?
29. PSICOLOGA: Sono Emanuela, faccio la psicologa.
30. SOFIA: (*sorridendo*) Allora mettimi a posto eh... ti do del "tu" non fa niente?
31. PSICOLOGA: Va benissimo Sofia.
32. SOFIA: Allora mettimi sul dritto e alla svelta (*ridiamo insieme*)
33. PSICOLOGA: <Mettimi a posto e mettimi al dritto> dice Sofia... perché a volte dimentica e confonde delle cose?
34. SOFIA: Eh... a volte... qualcosa da mettere a posto così vado a casa... sono già andata a casa, mi ha mandato a casa perché andava bene... non è da tanto... adesso potremmo andare a casa e venir dentro quando non sto bene...
35. PSICOLOGA: Se fosse possibile sarebbe anche una bella idea...
36. SOFIA: Io ho bisogno di casa mia, signora... ho là i miei fratelli da soli... poi non ho più ne mamma ne papà. Lo sai? Li conoscevi?
37. PSICOLOGA: Mi spiace Sofia della sua angoscia... Non li conoscevo... però me l'ha detto lei che il papà e la mamma non ci sono più e i fratelli sono sposati e hanno le loro famiglie...
38. SOFIA: C'è da stare appresso anche a loro... Sei venuta ancora a casa mia?
39. PSICOLOGA: Sofia non sono mai venuta....

40. SOFIA: ... no perché sono venuti in tanti a casa mia... Portavano lì anche le biciclette i ragazzi che andavano a scuola...
41. PSICOLOGA: Ah davvero Sofia?
42. SOFIA: (*riferendosi a se stessa con ironia*)... e lei la nonna teneva tutti (*sorridiamo insieme*)
43. PSICOLOGA: È stata proprio accogliente...
44. SOFIA: Eh sì!
45. PSICOLOGA: Accogliente... una casa aperta ad accogliere...
46. SOFIA: Sì le mettevano (*le biciclette*) i ragazzi e c'erano anche le mie. Lo facevo volentieri... infatti lasciavano anche le borse quando andavano a fare le spese... e io attenta alle loro borse (*sorridiamo/ ridiamo insieme*)... ho fatto bene, non mi sono pentita...
47. PSICOLOGA: Altroché ha fatto un servizio importante ai ragazzi che andavano a scuola...
48. SOFIA: Sì sì, l'ho fatto volentieri. Li ho aiutati... sono stata ragazza anch'io quindi lo so com'è. Adesso no che sono una vecchia...
49. PSICOLOGA: Eh Sofia, ne ha un bel po' anche lei di anni...
50. SOFIA: Sono del 30 io.
51. PSICOLOGA: Allora sono 90 quest'anno Sofia, 90.
52. SOFIA: Sono del 30... che vecchia... ma possibile? (*con una risatina*) Non ne ho così tanti io...
53. PSICOLOGA: Non se li sente Sofia 90...
54. SOFIA: Naturalmente si sentono anche... (*pausa lunga...*)
55. PSICOLOGA: Si sentono anche Sofia... e quando sono tanti tanti c'è bisogno anche di qualcuno che ci dia una mano...
56. SOFIA: Aiutami ad andare a casa mia, ti offro il caffè... altro non c'è ma il caffè c'è sempre... (*pausa 30 sec*)... sono contenta di aver trovato una, ma io ti ho vista ancora, andavi lì... dietro...
57. PSICOLOGA: Sì Sofia, ci siamo viste ancora...
58. SOFIA: Sì, ma anche prima e ci siamo trovate anche adesso (*pausa di 20 sec*) ...
59. PSICOLOGA: Sì Sofia... ci siamo trovate anche adesso... adesso però la devo salutare.
60. SOFIA: Perché non ti fermi ancora un po' qui con me.
61. PSICOLOGA: Perché il dottore mi aspetta proprio per una riunione.
62. SOFIA: Cos'è... di cosa...
63. PSICOLOGA: Sofia è una riunione di lavoro ma non so di preciso di cosa parleremo.
64. SOFIA: Accompagnami lì allora, poi tu vai.
65. PSICOLOGA: Certo l'accompagno lì... grazie allora che si è fermata un po' qui con me a parlare.
66. SOFIA: Saluti e (*con un sorrisino anche ironico*) la prossima volta allora mi porti...
67. PSICOLOGA: La saluto Sofia (*anch'io sorridendo*) con un abbraccio... posso?
68. SOFIA: Certo!

1° Commento (a cura di *Emanuela Botticchio*)

Sofia sin dal saluto iniziale introduce nella conversazione la questione che a lei più sta a cuore: la sua casa e il desiderio di farvi ritorno.

Ogni giorno, chiunque lei incontri, la sua richiesta incessante è proprio quella di essere accompagnata a casa. Una casa che per altro non esiste più ma che continua ad essere

presente nella sua mente e nel suo cuore con tutta la portata di questo lutto non elaborabile. Dice Sofia: *è tutta la passione che ho addosso* (turno 18).

È l'esito dell'*io malato* di Sofia, che non ricorda che a casa da sola non potrebbe più stare, questa sua incessante richiesta. Ma, dal punto di vista capacitante, è soprattutto espressione dell'*io sano* di Sofia, di *tutta la passione che ha addosso* (turno 18).

Sofia, nonostante il decadimento cognitivo, il disorientamento e la smemoratezza, nel lì ed ora della conversazione riesce a esprimere il suo vivace *io sano* attraverso tutte le cinque competenze elementari che le vengono riconosciute: parla, comunica, si emoziona (sorridente, ride, si rattrista, comunica il proprio dolore e la propria passione), contratta e decide di cosa vuole parlare e dove vuole stare, Lei che è impossibilitata a compiere la grande scelta che più le sta cuore.

E' molto impegnativo emotivamente per l'interlocutore, e quindi per l'operatore che incontra Sofia ogni giorno, confrontarsi inesorabilmente con questa sua richiesta. Confrontarsi con il proprio senso di impotenza, che può diventare fastidio, paura della frustrazione, evitamento dell'incontro. Confrontarsi con quegli aspetti che scuotono il sentirsi professionisti capaci, efficaci, rispondenti ai bisogni dell'altro e in grado di soddisfare "qualsiasi" richiesta.

Con Sofia siamo costantemente posti di fronte al nostro limite, professionale e umano. Sofia non ci fa distogliere dalla nostra limitatezza e fragilità. E solo la consapevolezza e lo sguardo capacitanti possono proteggerci dal rischio di ritrarre l'investimento sull'incontro possibile con lei, sul rischio di vederla/vederci scomparire e scomparire. L'AC ci fornisce gli strumenti concreti e operativi per riconoscere l'Altro, il suo *io sano*, le sue *competenze elementari*, proprio per come l'altro riesce a veicolarli nel lì ed ora dell'incontro con noi.

Cosa è successo in questi 15 minuti con Sofia?

Come ho sperimentato da quando pratico l'AC, ogni incontro con la persona anziana smemorata e disorientata diviene l'occasione per aggiornare e affinare modalità comunicative e relazionali all'interno di un codice di strategie comunicative che va appreso e imparato (le tecniche capacitanti).

Durante la conversazione ho cercato soprattutto di *ascoltare*, di *ascoltarmi*, di *rispettare la lentezza* della conversazione, le *lunghe pause* e i *silenzi*. Di sostare all'interno di questi ricercando il contatto con me e con Sofia. Di non spaventarmi per la sensazione di spaesamento che mi pervadeva nel tentativo di cercare le parole più efficaci; di riuscire a farcela e di accettare anche di non farcela. Come al turno 7 in cui a un "su" esortativo di Sofia del turno 6, attribuisco invece un significato di avverbio di luogo e costruisco la mia risposta a partire da questo; seguirà nel turno 8 di Sofia una risposta di evidente disagio, molto frammentata, con sfarugliamento e parole incomprensibili. Toccare quindi con mano quanto *le parole che possiamo scegliere* possano favorire, oppure no, con l'anziano fragile e malato di demenza l'incontro, il benessere, l'orientamento. Di *toccare* e di *farmi toccare*.

Sofia da parte sua parla, racconta, si racconta. Si muove tra nostalgie inconsolabili e ricordi balsamici. Pone domande ed esorta. Fa ben sentire che dimenticare non è cancellare. Che dimenticare è connesso al *ricordare*, cioè portare al cuore e nel cuore le questioni profonde dell'esperienza umana.

2° Commento (a cura di Marina Gallo)

Sofia ha quello che molti definirebbero un disturbo del comportamento: chiede a tutti di andare a casa. Si tratta di una delle più frequenti richieste delle persone con decadimento cognitivo che vengono ricoverate in una RSA. Purtroppo però questa richiesta è tanto frequente quanto irrisolvibile. Sofia, con un MMSE di 18, non è più in grado di vivere in autonomia e ha bisogno del supporto degli operatori di una casa di riposo. Se però ci fermiamo a guardare solo questo suo comportamento ed i suoi deficit ci scopriamo impotenti ed inermi di fronte alla sua richiesta: non possiamo riportarla a casa.

Qualcosa però, come ci suggerisce l'Approccio Capacitante, si può comunque fare e l'operatrice in questa conversazione lo fa brillantemente: andare oltre il comportamento e guardare il bisogno e l'emozione che dietro questo si nasconde.

La conversazione inizia con manifestazioni di ansia, impellenza (turno 2: *...Cosa faccio qua... dai mi prendi su...*, turno 6: *...mi metto su i calzoni e andiamo su*) e disagio di Sofia (al turno 8 la psicologa segnala che le parole di Sofia sono come un lamento). Sempre in questi primi turni Sofia a tratti appare confusa e confabulante (turni 8 e 10).

L'operatrice però non si ferma a queste manifestazioni ma avvista la fortissima emozione di Sofia, (la sua *passione*, come la definisce lei stessa al turno 18) la riconosce dandole un nome, la legittima dentro di sé e in Sofia e gliela restituisce in maniera comprensibile. Al turno 19 l'operatrice commenta: *E' la passione... la passione che ha addosso... e tanta nostalgia*. In Sofia questa semplice frase ha un effetto potente: dopo una lunghissima pausa (45 secondi) chiede all'operatrice di accompagnarla non più a casa ma a sedersi in un altro posto scelto da lei. Segue un interessamento da parte di Sofia per la psicologa ed una prima testimonianza di benessere (alla frase dell'operatrice al turno 23 *...vicino a lei sto bene...* Sofia risponde al turno 24 *Anch'io... ho trovato quella che mi andava bene...*).

Al turno 37 la psicologa ancora avvista, riconosce, legittima e restituisce all'anziana l'emozione che sente. *mi spiace Sofia della sua angoscia*.

Il risultato di questi interventi di riconoscimento della competenza emotiva di Sofia sono evidenti. Se la richiesta di Sofia non muta da inizio a fine conversazione qualcos'altro cambia.

L'ansia, l'impellenza (turni 2, 6) ed il disagio lasciano il posto all'espressione di un benessere e piacere nell'incontro sempre più esplicito (turno 56: *... sono contenta di aver trovato una...*, turno 58: *... ci siamo trovate anche adesso...*, turno 60: *perché non ti fermi ancora un po' qui con me*) e la sua richiesta di tornare a casa, pur rimanendo presente, diviene oggetto di una contrattazione interna (turno 64: *accompagnami lì allora, poi tu vai*) e può esprimersi anche attraverso l'ironia (turno 66: *la prossima volta allora mi porti*, detto con un sorrisino ironico).

Si tratta di un esempio di come, anche a fronte di un disagio, di un bisogno irrealizzabile e di un disturbo del comportamento irrisolvibile, si possa raggiungere una convivenza sufficientemente felice nel qui e ora della conversazione tra operatore e anziano.

Ma questo non è l'unico risultato raggiunto in questa conversazione.

Sofia nei primi turni appare confusa e confabulante (turni 8, 10).

Dal turno 40 appare maggiormente orientata, ricorda il periodo in cui faceva la nonna e si occupava dei nipoti e ricorda il suo anno di nascita.

L'effetto positivo sul benessere di Sofia e della conversante si ripercuote anche sulle sue funzioni cognitive con il risultato di un suo maggiore orientamento e di una sua migliore performance mnemonica. Pur non essendo questo un obiettivo specifico dell'Approccio Capacitante è indubbiamente un vantaggio aggiuntivo notevole.