

523. Gruppo ABC online. L' 8° Passo, Riconoscere le emozioni

Testo inviato da Mina Mantova, Animatrice Sociale (Dottore in scienze e tecniche psicologiche), per il corso di formazione per Conduttori di Gruppo ABC, 3° anno, 2021. La conversazione è stata registrata in modo palese, con il consenso informato dei conversanti. La trascrizione è fedele, comprese le parole malformate, tronche, ripetute e le frasi senza senso. Il nome dei familiari partecipanti e ogni dato che possa permettere l'identificazione loro e di altre persone e luoghi è stato alterato per rispettarne la privacy. Inviando il testo l'operatore ne autorizza la pubblicazione su www.gruppoanchise.it e l'utilizzo a scopo didattico e di ricerca.

Il contesto

In seguito ai DPCM di attuazione per le misure di contenimento e gestione della pandemia da SARS Covid-19, gli incontri ABC per familiari, annualità 2020/2021, sono stati avviati in modalità online su piattaforma GOOGLE MEET.

Gli incontri ABC si sono svolti di venerdì, dalle ore 18,15 alle ore 19,30 in modalità online, nelle seguenti date: 27 novembre 2020, serata di presentazione; 11 e 21 dicembre 2020; 8 e 22 gennaio 2021; 5 e 19 febbraio 2021.

La registrazione riguarda il 6° incontro, ultimo del 1° ciclo, del 19 febbraio. È previsto un 2° ciclo. Conduttrice Mina Mantova, co-conduttrice Michela Tomassini.

Il gruppo

Il gruppo di partenza ha coinvolto 9 operatori sanitari, tra OSS, ASA e infermieri; ha assunto le caratteristiche di un gruppo semi-aperto e gli operatori hanno partecipato in base ai turni di lavoro. Le difficoltà dei partecipanti sono state affrontate in chiave Capacitante, cercando di attenersi rigorosamente al Metodo ABC.

La sessione di gruppo

Alla sessione hanno partecipato 2 dei 9 componenti del gruppo: una operatrice OSS, Graziella, che lavora in una RSA; una Infermiera Professionale, Catia, che lavora in uno Sportello Ascolto per l'Alzheimer. A questo incontro, per la seconda volta, ha partecipato anche un familiare, Dalida, che conosce molto bene l'Approccio Capacitante. Nelle sessioni precedenti sono stati affrontati e ampiamente approfonditi 10 dei 12 passi del Metodo ABC. Poiché in passato è stato difficile ricavare dialoghi utili al lavoro di gruppo, nell'ultimo incontro è stato assegnato, in maniera un po' direttiva, il seguente compito:

“Riportate un episodio infelice accaduto durante lo svolgimento delle attività assistenziali, ad esempio durante l'igiene, memorizzate il dialogo, se necessario registratelo o trascrivetelo subito”.

Durata dell'incontro: 1 ora e 15 minuti.

Il testo: *Mei muri*

1. CONDUTTRICE: (*Lettura di inizio e saluto ai partecipanti*) Questa sera vorrei iniziare subito a lavorare su qualche dialogo, quindi, partendo da Graziella vorrei che mi raccontiate com'è andata la settimana e come state. Prego Graziella.
2. GRAZIELLA: Graziella. Ok, va bene... diciamo, questo episodio ho preferito trascriverlo su carta, per non saltare neanche un passo di quello che è l'esperienza che ho avuto. Lavavo una signora e mi chiede con garbo: “cosa mi fai ora?”, ed io: “Ti sto facendo bella, poi ti aiuto ad alzarti e andiamo in salone, ti lascio con le altre signore e guardate la TV insieme, ma se hai bisogno di qualcosa puoi chiamarmi, oltre a me ci sono altre persone che sono qui ad aiutarci”. Al che lei mi dice: “Ma sei qui da sola?”.

quando eravamo ancora nella stanza... come se lei fosse preoccupata per me, dell'eventuale fatica che mi potevo addossare lavandola da sola; allora io le ho detto: "no, non ti preoccupare, sono forte!", per tranquillizzarla. Poco dopo esce con frasi confuse riguardo l'età, diceva che era in attesa della mamma. Cerco di entrare nel suo nostalgico mondo, standole vicino il più possibile, ascoltandola partecipe... al che lei mi dice ancora, in milanese: "... mei muri"... sai, siamo a Milano, quindi lo sappiamo cosa significa (*meglio morire*). Rispondo: "No, non dire, non dire queste cose, non pensare assolutamente a queste cose..." Ecco, sono queste le risposte che do e non so cos'altro dire. Il fatto è che la sua pena rimane intatta. Poco dopo lei dice tutt'altre parole, si sposta su altri bisogni e richieste, ma rimane da parte mia il non detto o il non detto abbastanza...

3. CONDUTTRICE: Bene Graziella, bellissima esperienza e bellissima testimonianza. Poi lavoreremo su questo... grazie! (*mi rivolgo ad un altro partecipante*) Prego... Dalida, com'è andata la tua settimana?
4. DALIDA: Dalida. La settimana è andata benissimo perché non ero con mia mamma! (*risata collettiva*)... Quindi ero fuori dalla messa in prova, ma oggi, tra l'altro è il suo compleanno, 91 anni, e ovviamente sono venuta a fare la mia settimana qua e ho iniziato subito bene, perché volendo che fosse in ordine con i capelli per stasera, che festeggiamo insieme a mia sorella, le ho lavato i capelli, che è la cosa che lei detesta di più! Però poi le piace anche essere ben pettinata. Io da quando c'è la pandemia ho tirato fuori una risorsa sconosciuta di parrucchiera e quindi sono stata subito battezzata dalla difficoltà per eccellenza che c'è con lei; so che non è solo con lei, odia ovviamente lavarsi, e quindi posso poi anche trasmettere se volete le frasi... anche se sono sempre quelle, oramai mi sono un po' fatta le ossa nel senso che la fatica e la ribellione a lavarsi permane, anche l'ostilità. Quella che è cambiata un po' sono io, nel senso che, appunto, ho un po' più di strumenti. Non riesco a farle amare l'acqua, per quanto lei si lavasse tantissimo, ad esempio le mani. Però è un po' meno violenta la cosa... meno violenta dal punto di vista fisico, si è abbassata un po' la ribellione da parte sua e lo sconvolgimento da parte mia. Penso sia irrealizzabile l'obiettivo di trascorrere quel tempo in maniera piacevole, però l'obiettivo di ridurre la sua rabbia e annullare la mia, questo sì, questo si può raggiungere ...
5. CONDUTTRICE: Bene, grazie, grazie Dalida. Hai detto una cosa giusta: "annullare la tua rabbia", perché tu che conosci bene questo Metodo ABC, hai potuto lavorare su te stessa. Annullare la tua rabbia vuol dire che tu hai pensato a te, vuol dire che hai pensato al tuo benessere; infatti il 12° Passo del Metodo, nel nostro percorso, è proprio quello: "Occuparsi del proprio benessere". Dalida è riuscita ad accettare che la mamma facesse quello che voleva fare, quindi opporsi e ribellarsi, ha trovato un Punto di Incontro Felice, perché modificando la sua emozione di rabbia la mamma ha abbassato un po' la guardia e l'aggressività. La mamma tutto sommato ha accettato di fare il bagno, anche se non con grande entusiasmo, quindi c'è stata anche lì, nel suo percorso di vita, una forma di contrattazione su questa cosa; ma soprattutto Dalida ha riconosciuto di avere in qualche modo abbassato la sua rabbia, ha annullato quella cosa che la faceva arrabbiare, ha "accettato la malattia", 11° Passo: ha "accettato che facesse quello che voleva fare" , 10° Passo, e ha deciso di "occuparsi del suo benessere", 12° Passo, e quindi non arrabbiarsi, non innervosirsi, non muovere tutte quelle cose che poi creano disagio a chiunque... se non ti arrabbi stai meglio, in sostanza! Da questa esperienza potremmo ricavare dei dialoghi su cui lavorare... Grazie Dalida. (*mi rivolgo ad un altro partecipante*) Catia, tu hai qualche cosa da raccontare?
6. CATIA: Catia. Io questa settimana ho avuto, tra i vari colloqui con le persone, uno in particolare che ho avuto difficoltà a gestire, a portare avanti. C'è stato questo signore, Pietro, che è arrivato in ambulatorio con la moglie, per la presa in carico nell'ambito del nostro progetto. Pietro è un signore anziano di 85 anni, con diagnosi di Alzheimer allo stadio iniziale, ed era relativamente consapevole di una serie di cambiamenti nella

propria vita. Allora, brevemente, la moglie doveva fare il colloquio con la psicologa, invece io dovevo dedicarmi di più a questo signore per valutarlo a livello delle sue abilità funzionali, motorie eccetera e somministrargli un po' di scale di valutazione. Gli ho fatto l'ECG, poi subito dopo mi ha chiesto come andava, gli ho detto "tutto bene, poi lo farò vedere al medico" e lui subito mi dice: "Io non capisco perché continuate a farmi questi esami, mia moglie e mia figlia continuano a portarmi da tutte le parti per farmi questi esami, queste domande, io in realtà non sono malato, sto bene. Sono mia moglie e mia figlia che sono preoccupate per me ma io sto bene, non ho niente, io faccio tutto da solo, di giorno leggo 3 giornali". Ho comunque intuito che ha sempre avuto una vita attiva. Pietro era un imprenditore di una casa farmaceutica, quindi un lavoro molto importante, e un livello di istruzione elevato; quindi ero un po' imbarazzata, non sapevo come affrontare l'argomento. L'ho fatto parlare, sfogare; poi ad un certo punto ho puntato sul fatto che lui durante la giornata leggesse i giornali, perché lui continuava a ripeterlo, quindi ho indagato un po' la sua storia personale, il lavoro che faceva eccetera. Allora lui lì ha iniziato a parlare, ad un certo punto viene fuori dicendo: "Ecco... rispetto a come ero prima, adesso non mi vengono le parole, vorrei dire una parola, mi viene fuori un'altra parola che non voglio dire e ho momenti in cui perdo anche la memoria, cioè non mi ricordo più cosa ho fatto poco prima, Capita ogni tanto, però io non sono malato, sto bene..." e continuava a tornare su questo aspetto, però è come se avesse una battaglia interiore, che da una parte si rendesse conto un pochino dei problemi che stava vivendo ma dall'altra parte non voleva proprio accettarlo. È stato l'aspetto più difficile, perché poi il dialogo è andato avanti tutto sommato bene, perché poi mi ha raccontato del suo lavoro, quindi ci siamo persi su quello. Poi ci siamo ritrovati con la moglie, che aveva terminato nel frattempo il colloquio con la psicologa, e lì mi sono trovata in imbarazzo, perché lui continuava a dire "Non capisco perché mi fate queste domande", la moglie continuava a deviare il discorso, quindi non c'è stata proprio una chiarezza nei suoi confronti, che poteva essere anche accettabile se stiamo a guardare, però ecco non sapevo bene come comportarmi, in realtà tante volte faccio meno fatica ad affrontare un dialogo, un discorso con una persona diretta che con il caregiver, devi comunque mantenere un equilibrio tra i desideri del caregiver e quelli della persona e lì ecco mi sono trovata molto in difficoltà, alla fine non ho detto nulla, ho lasciato parlare lui e la moglie ma poi appunto non sono intervenuta perché non sapevo proprio come uscirne. Comunque lo prenderemo in carico, io lo vedrò, lo sentirò una volta la settimana e potrò tornare sull'argomento... ecco se poi anche voi avete qualche spunto da offrirmi, volentieri...

7. CONDUTTRICE: Bene, grazie Catia. Io direi che questa situazione nasce proprio da un problema a monte che è un problema quasi insormontabile: è la mancanza di comunicazione della diagnosi. Anzitutto si parte dalla moglie che non accetta la malattia. Come dice Vigorelli, bisognerebbe intraprendere un percorso dove sin dall'inizio la diagnosi, o comunque quello che gli si sta facendo, deve essere comunicato, giustificato. Perché lui continua a dire "Non capisco perché mi fate questi esami!" Ha ragione, qui c'è un pezzo di *io sano*! "Io sto bene, non capisco perché...", quindi lui avrebbe il diritto di sapere che è in una situazione in cui se sta perdendo la memoria, se non trova le parole, c'è una ragione, quindi io non ti prendo per stupido e ti faccio fare delle cose di cui non capisci il motivo, il perché lo sto facendo; io devo rispettare la tua persona e dirti che sto facendo questo percorso perché... Bisogna ovviamente trovare le parole giuste, questo è un problema che nasce a monte, dalla famiglia, perché manca proprio il pezzo della comunicazione sulla diagnosi. In un libro di Vigorelli questa cosa è spiegata molto bene. Se vuoi ti farò avere il titolo, ti posso mandare un contributo di Vigorelli sulla comunicazione della diagnosi, perché questa davvero è una difficoltà. Quindi, poi lavoreremo anche su questo dialogo, in ogni caso tu devi costruire una relazione con lui più chiara possibile. Certo che c'è questo imbarazzo quando c'è di mezzo la moglie, che deve accettare la malattia, 10° Passo, deve capire che il marito è un uomo intelligente e che quando è nel suo *io sano*

- si rende conto che c'è qualcosa che non funziona, quindi ha il diritto di sapere, lui vuole sapere. Tutto questo parte da lì e se lo prendete in carico e se riuscite a lavorare un po' su questo, sulla comunicazione della diagnosi, il resto è legato alla costruzione della relazione che tu avrai con lui, perché poi lo avrete in carico. Lui si deve poter fidare, deve capire che stai facendo questo per un motivo... (*cambio argomento e mi rivolgo a tutti*) Bene, adesso lavoriamo sui dialoghi e riparto da Graziella. Apriamo la chat e scriviamo gli ultimi turni, quelli che ti hanno fatto rimanere amareggiata, nel momento in cui la signora dice: "Mei muri" (*scrivo al posto di Graziella che è collegata con il cellulare e non sa gestire la chat*). Graziella, scrivo, la signora si chiama?
8. GRAZIELLA: L'Ospite si chiama Giovanna.
 9. CONDUTTRICE: (*riassumo il dialogo precedentemente raccontato da Graziella*) Metto un po' di puntini di sospensione perché prima c'è tutto un dialogo che culmina con queste parole:
 - a. (*Dialogo*) OSPITE: ... Mei muri ...
 - b. (*Dialogo*) GRAZIELLA: No, non dire queste cose...
 10. CONDUTTRICE: Anche qui metto dei puntini di sospensione perché Graziella ha aggiunto qualche altra parola, ha incominciato a sentirsi...
 11. GRAZIELLA: (*Graziella mi interrompe*) Sì, ho detto "Perché dici queste cose...", sono frasi che si dicono in questi casi... davanti a queste parole così forti chiunque rimane un po' in silenzio secondo me...
 12. CONDUTTRICE: Sì... Ecco, adesso vorrei fare un inventario delle emozioni, proviamo a pensare alle emozioni in questa conversazione. Facciamo un gioco doppio, prima lavoriamo sulle emozioni dell'Ospite e poi lavoriamo sulle emozioni di Graziella. Facciamo un primo Passo e proviamo a pensare in quel momento che emozioni ha provato l'Ospite. Nella storia che abbiamo sentito c'è l'iter quotidiano dell'igiene, in cui Graziella è stata carina, si è presentata bene, è stata invitante, l'Ospite si preoccupa di Graziella, perché sta lavorando da sola, si preoccupa della salute di Graziella, si preoccupa di altre persone a cui Graziella si deve dedicare. Cosa muove poi l'Ospite a dire questa frase "Mei muri", come si sente mentre lo dice? (*quando il gruppo e i due conduttori finiscono di scrivere, leggo quello che è stato scritto*):
 - a. GRAZIELLA: Sente di essere un peso...
 - b. CATIA: Si sente triste.
 - c. CONDUTTRICE: Si sente inutile...
 - d. DALIDA: Si sente in colpa.
 - e. CO-CONDUTTRICE: Stanchezza di vivere.
 - f. CONDUTTRICE: si sente vuota...cosa sto qui a fare? ...
 - g. GRAZIELLA: Stanca.
 13. CONDUTTRICE: Si sente stanca... nonostante quella mattina sia iniziata bene, perché Graziella è arrivata carica, le ha portato una ventata di freschezza e le ha dato un bel buongiorno. Noi possiamo capire che nel gioco di cercare di farcela, gli anziani fluttuano facilmente tra stanchezza di vivere e l'energia del qui e ora di ciò che accade... Bene, adesso facciamo un altro giro, un altro inventario, questa volta sulle emozioni di Graziella, che è arrivata dall'Ospite tutta contenta, ha portato una ventata di quotidianità, di serenità, condivisa inizialmente dall'Ospite, che però ad un certo punto è calata, fino a farle dire: "Mei muri", piuttosto che esserle di peso. E Graziella come si è sentita?
 14. GRAZIELLA: Graziella. Sì, al primo impatto questa Ospite è una persona molto spiritosa, ricca dentro, io la sento una persona così, fa anche le battutine, è una persona che dà molto e nella vita la vedo una persona veramente ricca dentro, nella sua storia passata. Ha ancora conservato una cosa che stupisce e mi fa molto piacere che abbia una buona memoria per i nomi e ricorda sempre il mio. Sentirsi chiamare con il proprio nome, lei si ricorda di me anche a distanza di tanto tempo, crea un legame che

veramente è... Però lei ha questi sbalzi di umore... tra l'altro quando lei è giù, quando piange si vedono le lacrime, è lì che mi disarmo, non so più come relazionarmi con lei, nel senso che se posso ridere e scherzare su certe cose cerco di risollevarla... però anche in me ci sono delle emozioni contrastanti... mi trasmette molto... io essendo un po' emotiva... capto forse anche un po' troppe cose... però cerco di essere sempre adeguata nel parlare con lei, di non farla "asfaltare" ancora più in basso... però sentirmi dire così... sinceramente non lo avevo raccontato prima... Era presente anche un'infermiera quando lei ha detto "Mei muri", c'è stato un attimo di gelo tra noi due operatrici, io poi ho detto così: "No, non dire queste cose"... Anche l'infermiera è rimasta ammutolita da questa frase, perché era molto forte, e poi cosa succede... che lei magari si distrae con altri pensieri, poi la si accompagna in salone... Però quel "Mei muri" mi ha quasi aperto come una parentesi grave, nel senso che sotto sotto lei è molto disperata, nonostante una facciata gioviale. Questo "Mei muri" da lei mi ha colpito di più, è una frase comune, non è la prima volta che la sento, ma quella mattina non me lo aspettavo... di fronte a queste parole siamo impotenti, vorremmo dare tanta vita, cioè "ritorna giovane!"... non abbiamo mezzi, facciamo quello che possiamo fare...

15. CONDUTTRICE: (*breve pausa di silenzio*) Bene, io ho scritto l'emozione che Graziella mi ha rivelato, si è sentita disarmata, provate voi a proporre un'emozione per Graziella (*tutti scrivono in chat, vengono riconosciute alcune emozioni che leggo*): disarmata, impotente, a disagio, triste, commossa. Tutti abbiamo riconosciuto e accolto le emozioni di Graziella, adesso facciamo un lavoro sul dialogo che ci ha riportato:

a. (*Dialogo*) OSPITE: Mei muri.

b. (*Dialogo*) GRAZIELLA: No, non dire queste cose...

16. CONDUTTRICE: Adesso io vi chiedo di proporre una risposta diversa da quella che ha dato Graziella, perché noi abbiamo già affrontato il discorso sul riconoscimento della Persona e delle emozioni, 8° Passo. Vigorelli, con l'Approccio Capacitante, chiede di non disconoscere quelle emozioni. Tutto quello che è una negazione, quindi l'avverbio di negazione, non deve essere usato perché tende a disconoscere. Anche se noi lo usiamo come un intercalare consolatorio, quando diciamo "No, non dire queste cose" in realtà disconosciamo la sua emozione e il suo sentimento di quel momento. Quindi proviamo a dare una risposta che non abbia un avverbio negativo, avversativo. Possiamo tentare una risposta empatica, una risposta di riconoscimento, perché la signora Giovanna ha ragione, abbiamo visto le sue emozioni, come si è sentita lei in quel momento, il motivo per cui ha detto quella cosa, si è sentita vuota, si è sentita inutile, di peso e di troppo, quindi noi proviamo a dare una risposta empatica che riconosca questo suo sentimento... (*tutti scrivono in chat*). Ecco le proposte:

a. DALIDA (GRAZIELLA 1): Giovanna, sei proprio triste.

b. CATIA (GRAZIELLA 2): ...Meglio morire... vedo che sei proprio triste...

c. CO-CONDUTTRICE (GRAZIELLA 3): Sei proprio stanca di questa vita...

d. GRAZIELLA (GRAZIELLA 4): Sei troppo giovane per morire.

e. CONDUTTRICE (GRAZIELLA 5): Ti capisco, deve essere davvero faticoso vivere...

Bene, queste sono risposte empatiche. Con queste risposte avete accolto quello che la signora Giovanna ha detto, l'avete presa sul serio, quindi l'avete riconosciuta e avete anche riconosciuto il suo sentimento, la sua emozione, lo stato d'animo di quel momento e, come dice Graziella, può essere che questo suo essere volubile sia un modo di reagire al momento triste. Una volta che avete riconosciuto questo momento la signora Giovanna si ricarica e tutto torna, viene accompagnata in salone, si ritrova con gli altri. Però è stato bello questo riconoscimento. È utile anche sdrammatizzare il momento con risposte tipo: "sei troppo giovane per morire", che stimolano quella parte civettuola tipica... però con le vostre risposte alternative è stata accolta l'emozione, l'avete ascoltata, ed è stato anche riconosciuto il suo pensiero di morte.

Parliamo di morte... io non faccio finta di non averti sentito, ho sentito che tu hai detto che vuoi morire, che sei stanca di questa vita... io ti ascolto, ti capisco e sono qui... e quindi da questo riconoscimento può svilupparsi il dialogo... (*vedo la mano alzata del co-conduttore che vuole intervenire*) prego Michela...

17. CO-CONDUTTORE: Michela. Io un'altra frase che spesso uso, ammetto che bisogna anche sentirsi pronti a reggere ciò che viene dopo, è proprio legata alla possibilità di parlare della morte, quindi in realtà spesso ad una frase del genere rispondo con: "Non hai paura della morte?" perché credo che oggi gli anziani non abbiano mai la possibilità di parlare di questo momento che loro sentono molto vicino. Nessuno gli dà la possibilità, i parenti meno che meno, perché se si azzardano a dire *voglio morire*, come minimo se li mangiano, dicendo che assolutamente la vita è bellissima. In realtà la vita che fanno loro in RSA effettivamente, ragazze... nessuno vorrebbe finire così. Quindi è molto comprensibile, spesso, il loro sentimento, il non poter parlare della morte, che è un tabù. Quindi quando mi dicono queste frasi io ne approfitto per permettergli di toccare il tasto. Poi loro scelgono se approfondire o meno; se scelgono di approfondire io ci sto. Vedo che spesso ne parlano poco, mentre invece vorrebbero farlo probabilmente più spesso... Bisogna essere un po' preparato, però secondo me è una buona possibilità. Grazie.
18. CONDUTTRICE: (*breve pausa*)... Quindi, Graziella, il suggerimento è di non spaventarsi di fronte ad una frase del genere. Gli anziani sono molto realisti; occorre accogliere l'emozione e accogliere anche questo parlare della morte, perché è comunque un pensiero che li accompagna. Come dice Michela, dobbiamo prepararci anche noi ad affrontare questi loro discorsi, senza negarli...
19. GRAZIELLA: Graziella. Senti Mina, io non sono molto anziana, però sono alle porte, e ti dico che più vado avanti negli anni più mi spaventa sempre meno il discorso della morte... lo vedrò come un sollievo, non perché sono infelice, depressa, però mi spaventa sempre meno, quindi può darsi che anche loro hanno bisogno di pensarla anche la morte... comincio un pochino anch'io a non vederla più tanto tremenda...
20. CONDUTTRICE: ... Sei ancora un po' piccolina Graziella... (*risata*)
21. GRAZIELLA: Graziella. Sì è vero, sono un po' piccolina, ho dei progetti anch'io, per la terza età! (*risata*)... speriamo...
22. CONDUTTRICE: ... Bene, il punto è *riconoscere*, non *disconoscere*. Adesso abbiamo ancora un po' di tempo e vorrei affrontare il disagio di Catia, scriviamo subito in chat il dialogo di Catia nel momento in cui si è inceppato...
23. CATIA: Lo scrivo?
24. CONDUTTRICE: Sì, scrivilo tu! Scrivi gli ultimi due/tre turni di parola (*01:10 di pausa per scrivere, poi io riassumo*). Allora, Pietro sta bene, il suo *io sano* dice "perché sono qui? Io sto bene, non sono malato" e Catia è a disagio perché non sa come rispondere, perché purtroppo non sta lavorando sul piano della verità. Una cosa importante che dice Vigorelli è che noi dobbiamo lavorare sul piano della verità, possiamo entrare nel suo mondo ma non dobbiamo ingannarlo e quindi, Catia, riprendo un po' tutto il discorso che ti dicevo prima sulla diagnosi... Pietro insiste: "Non capisco perché mia moglie e mia figlia insistano perché faccia tutte queste visite, io non sono malato"... e Catia è ancora più a disagio. Perché? Cosa deve ottenere da questa persona? Deve completare la visita. A che punto sei arrivata Catia?
25. CATIA: Catia. Ho fatto l'ECG e la Tinetti (*scala di valutazione del cammino, dell'equilibrio, del rischio cadute*), poi dopo avrei dovuto completare altre Scale, quindi... questa cosa è partita prima, non ho potuto concludere...
26. CONDUTTRICE: Questa volta vorrei lavorare solo sulle emozioni di Catia, perché sappiamo che Pietro, come dice lui, sta "bene", è solo un po' arrabbiato, contrariato; ma Catia, che emozioni sta provando? (*il gruppo scrive nella chat*).
27. GRAZIELLA: Graziella. Secondo me è un pochino in confusione, in contrasto tra lui e la figura della moglie, il fatto che non si possa spiegare questa malattia ad un uomo che ha tanta voglia di vivere e non vuole impedimenti.

28. CONDUTTRICE: (*leggo nella chat le emozioni di Catia evidenziate dal gruppo*) Per il gruppo Catia è: confusa, in imbarazzo, contrariata, in difficoltà, a disagio, prova stupore. Abbiamo riconosciuto le emozioni di Catia. Chissà quante altre volte Catia ti troverai in questa situazione! Ti riconosci?
29. CATIA: Sì.
30. CONDUTTRICE: Allora adesso Catia deve cercare di condurre Pietro a sè, in una forma di alleanza. Proviamo a pensare come Catia potrà creare un ponte con le parole per agganciare Pietro e soprattutto la fiducia di Pietro, con poche parole. Pensiamo sempre che basta poco, basta una parola empatica, qualcosa che dia la sensazione a Pietro che tu sei dalla sua parte; perché lui in questo momento pensa che siete tutti degli estranei che vogliono fargli fare qualcosa mentre lui non ne vede il motivo. Aiutiamo Catia ad alleggerirsi, perché è imbarazzata, sa qualcosa che Pietro non sa, questa cosa la mette molto a disagio e in imbarazzo. Quindi, Catia, vediamo cosa possiamo suggerire per aiutarti a venir fuori dalla situazione di imbarazzo, disagio, stupore. Vediamo cosa Catia può dire a Pietro.
31. GRAZIELLA: Graziella. Mah, io potrei inventarmi di dire che, visto che è consapevole di queste piccole perdite di memoria, la sua famiglia ha pensato di fargli fare una visita per prevenire un peggioramento della memoria, una cosa normalissima di questi tempi... Io ho visto il problema con mia mamma, che aveva l'Alzheimer (*la madre di Graziella è deceduta da qualche anno*). Ho dovuto quasi litigare in famiglia con le mie sorelle per farle fare una prima visita neurologica perché avevamo notato una perdita della memoria. Per i familiari non è facile da accettare, né per mia mamma stessa. Lei diceva "Mi stu ben, mi stu ben" e poi in pochi mesi ha fatto un crollo...
32. CATIA: Catia. Scusa Graziella, ma il problema della memoria e della mancanza di parole è venuto fuori dopo, lui da subito non mi ha detto del problema, quando ha detto "Io non sono malato". Io ho deviato il discorso per uscirne e l'ho fatto parlare di altro, poi gli ho parlato della sua vita e da lì in poi è uscito che aveva queste difficoltà, però in realtà lui non mi ha detto subito "Ho problemi di memoria e non mi vengono le parole", oltre a dire "Io non sono malato"...
33. CONDUTTRICE: Adesso aiutiamo Catia a trovare una risposta... Scrivo in chat il dialogo:
- (Dialogo) PIETRO : Perché sono qui? Io sto bene, non sono malato.
 - (Dialogo) CATIA: ... (*non risponde*)
 - (Dialogo) PIETRO: Non capisco perché mia moglie e mia figlia insistano perché faccia tutte queste visite, io non sono malato".
(*la conduttrice legge ad alta voce le proposte del gruppo*)
 - GRAZIELLA (CATIA 1): lei è qui per fare un controllo sulla memoria.
 - CONDUTTRICE (PIETRO 1): Scusi, cosa ne sa lei della mia memoria!
(*risata*)
 - CO-CONDUTTRICE (CATIA 2): Capisco il suo disagio. Sua moglie in effetti è un po' preoccupata, quindi siamo qui per fare degli accertamenti ed eventualmente per aiutarla...
34. CONDUTTRICE: Michela, aiutami ad approfondire il tuo intervento...
35. CO-CONDUTTRICE: Cercavo di giustificare perché lui fosse lì, perché lui lo negava. Allora perché è lì? È perché sua moglie ce lo ha chiesto, mettiamola così...
36. CONDUTTRICE: Lui lo sa che è sua moglie che lo ha portato lì e sua moglie è lì. Ma credo che Michela stia cercando di riconoscere la preoccupazione della moglie, l'emozione della moglie, quindi c'è questo riconoscimento, per cui, ribaltando la situazione: siamo qui perché sua moglie è preoccupata, per fare contenta sua moglie, in un certo senso. Noi riconosciamo la preoccupazione di sua moglie, e a questo punto già che siamo qui facciamo qualche approfondimento...
- CATIA (CATIA 3): Posso capire che si senta un po' indispettito...
37. CONDUTTRICE: Bene, Catia, questa volta gli hai detto qualcosa, piuttosto che il silenzio, hai dato una risposta empatica. Quindi entrare in sintonia, riconoscere la sua

emozione è sempre importante. Ricordiamoci che “Riconoscimento” è una parola chiave, “Riconoscere” l’emozione è una parola chiave. Quindi, empaticamente gli dai una risposta perché hai riconosciuto la sua emozione. Io invece ho tentato una risposta in eco, Pietro dice: ”Io non sono malato”...

a. CONDUTTRICE (CATIA 4): Lei non è malato... Io però vorrei visitarla e conoscerla meglio...

L’intenzione della mia risposta in eco è entrare nel suo mondo e creare alleanza: vorrei conoscerla meglio...

b. DALIDA (CATIA 5): Mi sembra che sia un po’ arrabbiato con le sue donne...

38. CONDUTTRICE: Anche questa è una risposta empatica che riconosce l’emozione, riconosce la contrarietà che in quel momento sta disturbando Pietro: “Non sono qui per me, sono qui per loro”, come a dire è colpa loro. Mi riallaccio alla proposta di Michela: “Lei è qui perché loro sono preoccupate, quindi si faccia visitare” come per dire: facciamo una cortesia a loro, aiutiamo loro, sciogliamo la loro preoccupazione. In qualche modo cerchiamo di conquistarlo. Cosa ne dici Catia?
39. CATIA: Sì, assolutamente. L’unica perplessità che ho è sulla risposta in eco. Ripetendo “Lei non è malato”, e considerando come si era posto, siccome è una persona intelligente, l’avrebbe vissuta come un inganno, il rischio magari è quello che sarebbe mancata l’alleanza...
40. CONDUTTRICE. Vero... In questo caso la risposta in eco potrebbe non essere quella giusta... Anche trovare quello che non va ci aiuta a scegliere quello che può andare bene per noi... Adesso ci avviamo verso la conclusione, spero che Graziella e Catia portino a casa qualcosa in più. Passo la parola a Michela.
41. CO-CONDUTTRICE: Mina vi ha accennato il 12° Passo “Occuparsi del proprio benessere” che insieme al 6° “Rispondere alle domande” erano i due Passi che mancavano. “Rispondere alle domande” si riallaccia al 9° Passo che è “Rispondere alle richieste”. Il secondo si mette in pratica per intervenire nel mondo dei fatti, il primo per intervenire nel mondo delle parole. Ed è doveroso rispondere sempre alle loro domande, perché a volte sono disorientati, a volte hanno urgenza nel chiederti le cose, è giusto e corretto rispondere sempre, anche se dovessimo ripeterle mille volte, ma loro probabilmente hanno proprio un’urgenza di capire a volte, di orientarsi. Quindi rispondere alle loro domande li tranquillizza. Spesso con i gesti non possono influire sulla realtà, le loro domande servono a mettere a posto la realtà. Quindi rispondere sempre, anche per diminuire una sorta di asimmetria relazionale. La persona chiede e si risponde sempre, se non lo si fa ci si pone sempre più in alto rispetto a loro, in maniera asimmetrica nella relazione, quindi il 6° Passo è proprio “Rispondere alle domande”. Se qualcuno di voi non è stato presente a qualche incontro e volesse approfondire un Passo ditemelo...
42. GRAZIELLA: Io sono stata sempre presente!
43. CO-CONDUTTRICE: Lo so Graziella, tu vinci il premio presenza! (*risata*)
44. CATIA: Io non sono stata presente ai primi incontri, ma in realtà volevo un approfondimento sull’ultimo Passo, sul benessere, com’è delineato?
45. CO-CONDUTTRICE. Certo... Il 12° Passo “Occuparsi del proprio benessere” nasce dal fatto che primariamente i Gruppi ABC sono studiati per essere degli incontri con i caregiver, spesso familiari che hanno in casa il malato e se ne occupano in maniera abbastanza gravosa, in settimana lavorano, si occupano della propria famiglia, nei weekend gestiscono i genitori. Di solito chi partecipa ai Gruppi ABC è un familiare un po’ affaticato, che fa anche fatica a gestire il malato affetto da demenza, perché non sa come muoversi, quindi il 12° Passo è scritto e studiato apposta per i familiari perché è abbastanza palese che se il familiare che si occupa del malato riesce a stare bene, quindi a ricavarci dei momenti di benessere per se stesso, questi momenti di benessere ricadono favorevolmente anche sul malato. Il lavoro che c’è da fare spesso serve un po’ a scremare i sensi di colpa che spesso i familiari hanno, per cui pensano che prendendosi del tempo per sé in realtà tolgono del tempo alla cura del familiare, quindi

questo innesca anche dei sensi di colpa. Quindi il lavoro sul 12° Passo è proprio per far passare il messaggio che non c'è nessuna colpa a ricavarsi del tempo per sé, perché si approfitti per una passeggiata o una nuotata o anche soltanto leggerci qualche pagina del libro preferito. Perché se ti prendi quel momento per te, in realtà ne gioirà e ne approfitterà anche colui che tu curi, quindi in questo senso va delineato il 12° Passo. Poi noi siamo un gruppo di familiari un po' particolari, nel senso che abbiamo deciso di trattarci come dei caregiver, in questo caso caregiver formali, tranne Dalida che è un familiare a tutti gli effetti. In questo caso il 12° Passo lo declinerei in RSA anche per gli operatori. A volte può servire di più chiedere a un malato di aspettarci, di darci 5 minuti, magari per fare un break, fermarsi un attimo per ricaricarsi e ricentrarsi e poi eventualmente tornare dall'Ospite. Ecco, con gli operatori lo interpreto di più in questo modo. A volte ha più senso fermarsi un attimo, dedicare 5 minuti per sé, per poi ritornare in forza a prendersi cura dei nostri Ospiti... (*Seguono: la richiesta di indicare il Passo che è piaciuto di più, i saluti, l'invito a partecipare al secondo ciclo di 6 incontri, già pianificato, e la Lettura finale*).

Commento (a cura di *Mina Mantova*)

I partecipanti hanno svolto bene il compito assegnato, le esperienze riportate nel resoconto erano intense e hanno permesso di lavorare sia sulle emozioni che sulle parole. Per questo motivo ho condotto il gruppo a lavorare sulle emozioni delle compagne che hanno riportato le loro testimonianze. In questo modo è stato messo in pratica l'8° Passo, *Riconoscere le emozioni*. Io mi sono messa in ascolto e ho accompagnato con le parole il gruppo, facendo riferimento ai principi dell'Approccio Capacitante, come il concetto di *Riconoscimento*, di *io sano* e la *competenza a contrattare e decidere* della persona anziana.

Il lavoro di gruppo si è svolto utilizzando le principali tecniche di conduzione che sono *l'Inventario delle emozioni* e la *Giostra delle risposte possibili*, la *Focalizzazione su un singolo episodio* e la *Focalizzazione sulle parole*.

Il gruppo ha rispettato le Tradizioni del Metodo ABC: per quasi tutti gli interventi ciascuno si è presentato col proprio nome, ha riferito la propria esperienza al momento opportuno, non ci sono state discussioni e tutti hanno avuto l'opportunità di parlare.

Ognuno ha portato a casa le idee e i suggerimenti che ha ritenuto importanti, infatti nel turno 40 ho accolto quanto è stato detto al turno 39 applicando la tecnica *Focalizzare l'attenzione sui risultati*, ovvero il risultato che Catia abbia scelto ciò che riteneva giusto per sé.

Il resoconto di Dalida ha permesso di mettere in evidenza i Passi: 10° *Accettare che faccia quello che fa*, 11° *Accettare la malattia* e il 12° *Occuparsi del proprio benessere*, che non era ancora emerso nei precedenti incontri.

I turni 7 e 33b hanno offerto la possibilità di citare il 6° Passo *Rispondere alle domande*, ma non è stata colta. Nonostante ciò il gruppo si è prodigato a proporre una serie di risposte per Catia. Al turno 41 la co-conduttrice ha presentato e approfondito il 6° Passo.

I turni 16 e 37 hanno messo in evidenza l'8° Passo *Riconoscere le emozioni*, di cui si era parlato ampiamente nei precedenti incontri.