

## **547. GABC: Un cambiamento di prospettiva. Il primo abbraccio dopo il distanziamento obbligatorio. Giostra delle risposte possibili**

Testo inviato da Daniela Pellerino, Counselor, per il corso di formazione per Conduttori di Gruppo ABC, terzo anno, 2021. La conversazione è stata registrata in modo palese, con il consenso informato dei partecipanti. La trascrizione è fedele comprese le parole malformate, tronche, ripetute e le frasi senza senso. Il nome dei familiari partecipanti e ogni dato che possano permettere l'identificazione loro e di altre persone e luoghi sono stati alterati per rispettare la privacy. Inviando il testo l'operatore ne autorizza la pubblicazione su [www.gruppoanchise.it](http://www.gruppoanchise.it) e l'utilizzo a scopo didattico e di ricerca. La registrazione riguarda il sesto e ultimo incontro condotto da *Daniela Pellerino*, affiancata da *Mina Mantova* come co-conduttrice.

### **Il contesto**

In seguito al DPCM di attuazione per le misure di contenimento e gestione della pandemia SARS Covid-19, gli incontri ABC per familiari, annualità 2021, sono stati avviati in modalità online su piattaforma GOOGLE MEET. I partecipanti sono stati invitati ad un incontro di presentazione degli aspetti fondamentali dell'Approccio Capacitante e della metodologia ABC, venerdì 26 febbraio. Gli incontri si svolgono dalle ore 18,15 alle 19,30 nelle seguenti date: 12, 26 marzo; 9, 23 aprile; 7, 21 maggio.

### **Il gruppo.**

Il gruppo di partenza è formato da sei caregiver familiari e tre professionali. Le due conduttrici hanno valutato di proporre a tre caregiver familiari assenti il 12 e 26 marzo di passare ad altro Gruppo ABC che partirà dalla metà di aprile.

### **La sessione di gruppo**

Alla sessione hanno partecipato due caregiver familiari e uno professionale.

Durata dell'incontro: 1 ora e 31 secondi.

### **Il testo: Una prospettiva diversa.**

1. DANIELA: Inizio questo incontro, l'ultimo, con sentimenti diversi. Sono commossa, contenta, grata, un po' anche triste. Il cammino è breve, sei incontri sono veramente poca cosa, però ci mettono molto in gioco, si condividono aspetti anche molto personali, ci fa stringere un'alleanza e un rapporto che potremmo definire di intimità relazionale. Queste le emozioni provate soprattutto in queste due settimane che ho voluto condividere con voi. Entriamo nel clou del nostro incontro ricordando che avevamo come compito quello di esercitarci nel Settimo Passo *Comunicare con i gesti*, con la postilla di esercitarci con il tono della voce. L'ultima volta, a commento di quel bellissimo evento che Sara ha condiviso, era emerso che non esiste parola se non accompagnata dal linguaggio paraverbale (il tono della voce, il ritmo, la velocità). Giustamente Mina aveva aggiunto di metterci in ascolto silenzioso e far attenzione al tono della voce per entrare in sintonia con chi è lento. Possiamo condividere la nostra esperienza. A voi la parola.
2. SARA: Posso parlare?
3. DANIELA: Sì Sara.
4. SARA: Se ci riesco senza emozionarmi. Ieri abbiamo incontrato la mamma, per la prima volta senza un vetro. È come se fosse stata la prima volta. Sono state parole "silenziose".

Dopo quattrocentotrenta lunghissimi giorni, li ho contati, ci siamo potute abbracciare, l'abbraccio non quello classico ma con l'intreccio delle mani. Lei al tavolo, al lato opposto al nostro, una mano nella mia, l'altra in quella di mia sorella. Ci siamo parlate così nei primi cinque minuti. È poco importante che i nostri nomi fossero quelli delle sorelle. Però abbiamo comunicato con la gioia non solo degli occhi, la bocca era coperta dalla mascherina, ma stringendoci le mani. Lei sorrideva, ci è sembrata contenta e noi altrettanto. È stato emozionante. Questa è la nostra condivisione.

5. DANIELA: È difficile dire qualcosa dopo questa comunicazione. Quel gesto delle mani sostituisce ogni parola.
6. SARA: Sì, sì, sì. Abbiamo riscoperto le sue mani così nodose, segnate da una malattia che non ha nulla a che fare con quell'attuale. Ci siamo passate energia, abbiamo formato un cerchio con le nostre mani e ci siamo passate energia. I primi cinque minuti sono passati così. Poi le abbiamo parlato con le parole.
7. DANIELA: Grazie.
8. SARA: Grazie a voi.
9. ANNAMARIA: In queste due settimane non sono andata dalla mamma. Nel frattempo è arrivato mio fratello che mi ha detto di prendermi una pausa. Andrò domani. Con la voce durante le telefonate ho fatto attenzione al tono e al modo, però i gesti non li ho potuti usare.
10. DANIELA: Mina?
11. MINA: C'è una persona in struttura che è sordomuta, per cui con lui comunico solo con i gesti. Non conosco il linguaggio dei segni. Ho imparato pian piano a comunicare con lui. Da due mesi ha una fascetta addominale che continua a fare avanti e indietro dalla struttura ai parenti e viceversa perché si è fatto fare delle modifiche. Ho trasmesso ai parenti le sue richieste. Oggi mi ha fatto vedere, sempre con i gesti, quello che non andava bene. Per essere un uomo è davvero intelligente rispetto a lavori tipicamente femminili. La cognata ha cucito una parte al contrario per cui non si agganciava. Mi ha spiegato tutto con i gesti ed io ho potuto trasmetterlo ai parenti. Anche con altri che non riescono più a trovare le parole, mi sono allenata a comunicare con i gesti. Così come ho imparato a modulare il tono della voce in modo lento, questo permette di relazionarmi con persone che non riescono ad esprimere le loro richieste.
12. DANIELA: Anch'io uso molto questo linguaggio che, tra l'altro, mi è piuttosto consono e lo uso volentieri con la mamma che da un po' di tempo diminuisce la capacità di parlare. Lo ritengo molto importante nella relazione, anche tra amici, nelle coppie, un gesto può trasformare un momento difficile o esprimere un momento molto bello. Noi abbiamo trattato tutti i Passi tranne uno che non è emerso, il Terzo Passo *Non interrompere*. Noi sappiamo che la persona disorientata cognitivamente fatica ad esprimersi e ha bisogno di tempo per recuperare le parole. Agli inizi, quando siamo inesperti, non rispettiamo il loro bisogno di tempo per esprimersi. Ci viene spontaneo finire la frase, dire subito la parola che sta cercando, completando la frase, suggerendo la parola che viene dopo. Siamo chiamati ad abbandonare questo per dare la possibilità alla persona con i suoi tempi di cercare, orientarsi, esprimere la parola che ha ricercato. Nel corso della malattia, magari è la persona stessa che chiede di dirle la parola che non trova. Negli ultimi mesi, mia mamma mi chiede il nome di una persona, di un oggetto che non ricorda. Allora rispondo alla domanda attuando il Sesto Passo *Rispondere alle domande*. In caso contrario si arrabbia. Avete qualche esperienza sul Terzo Passo? (Silenzio 25") Allora io passerei a dire una cosa che vi abbiamo mandato qualche giorno fa: l'elenco dei *Dodici Passi*. Voglio dirvi che cosa c'è in questa pagina non nel contenuto che ormai ben conoscete. A partire dal colore che abbiamo scelto, il verde, il significato che abbiamo dato è quello della speranza, la speranza di poter vivere tanti oggi, tante situazioni sufficientemente

felici in cui comunichiamo con il nostro caro. Adesso è molto diversa la risonanza che ha questo termine per noi: comunicare, nei suoi diversi aspetti e sfaccettature. Cancelliamo ogni riferimento all'illusione, la speranza non è un'illusione. Perché non è un'illusione? L'altra volta Sara ha riconosciuto che è stato possibile realizzare la nuova modalità di incontrare la mamma grazie al contributo di ognuno di noi. Io avevo sottolineato l'efficacia del gruppo. Questa efficacia è data non solo dalla potenza del gruppo, dalla condivisione di un'esperienza comune, ma anche dal metodo, il metodo ABC che si focalizza su qualcosa di concreto, la parola, per cui possiamo verificarlo. Si arriva ad una tappa, si verifica il risultato e si riparte più rinfrancate per proseguire il cammino. Di conversazione in conversazione noi viviamo così frammenti di felicità. Ecco dove si radica la speranza. Connessa alla speranza c'è la responsabilità di quanto abbiamo appreso, l'impegno di non rinchiudere i Dodici Passi in un archivio ma di farli diventare un modo di pensare, di essere, di parlare, di comportarci. Il colore verde è anche simbolo di un prato dove ci diamo appuntamento e mettiamo i nostri piedi nelle orme dei Dodici Passi. È questo il messaggio che vi lasciamo. A questo punto possiamo condividere ancora una conversazione. (*lungo silenzio di 42"*) Mina?

13. MINA: Voglio citare un momento tipico di una persona con uno stato di demenza avanzato. Ad un certo punto nasce una richiesta: voglio andare a casa. Mia madre, con Alzheimer, morta a sessantasei anni per una polmonite fulminante, si avvicinava ad una finestra e ripeteva: "*Voglio andare a casa mia, voglio andare a casa mia*". Non capivo cosa fare.
14. DANIELA: Allora facciamo la *Giostra*?
15. MINA: Sì, scrivo io. Mamma: "*Voglio andare a casa*". Io rispondevo: "*Ma questa è casa tua*".
16. DANIELA: Prendiamo la chat e individuiamo altre risposte a questa richiesta. (*tutte scriviamo*). Inizio a leggere le frasi. La mamma dice: "*Voglio andare a casa mia*". Mina risponde: "*Ma questa è casa tua*". Io scrivo: "*Mamma, hai nostalgia della tua casa*". Quando mia mamma dice questa frase so che si riferisce alla casa dov'è nata. Le restituisco un sentimento che può abitare in lei. Un tempo le rispondevo: "*Ma questa è casa tua*", con un tono di voce stizzito e infastidito per il suo disorientamento. Mina scrive: "*Parlami della tua casa*". In sintonia con il mondo possibile in cui è la mamma, cerca un *Punto d'Incontro Felice* dicendo: parlami della casa dove vuoi andare. Sara scrive: "*Vieni e visitiamo insieme questa casa*". Non contraddice la mamma, fa qualcosa con lei, la prende a braccetto. Io lo faccio sovente, camminiamo insieme per le camere, indico con i gesti e nomino con le parole, gli arredi di un tempo che ancora ci sono. Quante volte li riconosce, almeno in quel momento! Silvia scrive: "*A me sembra che questa cucina assomiglia alla cucina di casa tua*". Con un'arte delicatissima dice la verità senza contraddire, accompagnando la mamma ad un riconoscimento. Molto diverso dal dire: "*Ma come, non riconosci che questa è la tua cucina!*" C'è una differenza abissale. Annamaria scrive "*Capisco avrai nostalgia ma anche qui si sta bene*". Annamaria non solo riconosce la nostalgia ma porta la mamma all'apprezzamento che si può star bene anche lì, con un tocco di simpatia sposta l'attenzione dal riconoscimento che è un'attività cognitiva ad un'esperienza di piacevolezza. Mina propone un'altra possibilità: "*Casa tua. Sei molto legata alla tua casa*". Risponde facendo eco, una declinazione del Quinto Passo *Accompagnare con le parole*, ripetendo le ultime parole della mamma la traghetta verso un aspetto affettivo, riconosce questa emozione, come ci suggerisce l'Ottavo Passo, il provare affetto o come prima io e Annalisa abbiamo riconosciuto la nostalgia. Riconoscere le emozioni e restituirle per mettersi in sintonia con la persona che abbiamo davanti. Silvia aggiunge: "*È vero mamma a casa propria si sta bene. Guarda ci sono alcune nostre fotografie!*" Un capolavoro anche questa risposta. Porta alla luce il

sentimento di stare bene a casa propria, ci si sente bene solo tra le proprie quattro mura, c'è anche qui un riconoscimento delle emozioni. Poi con un passaggio ricco di stupore, immagino il tono della voce adeguato, indica le fotografie che possono aiutare la mamma a riconoscere, totalmente, parzialmente, un momento, due, cinque minuti non ci interessa. Silvia accompagna la mamma a provare stupore davanti alle fotografie in cui ci sono loro, e può avvenire un riconoscimento affettivo. Come ci diceva Sara prima, non importa se le chiama sorelle, zie, ci può essere un riconoscimento affettivo. Tra parentesi Silvia scrive: *sperando che il riconoscimento delle fotografie la porti ad un corretto orientamento*. Certamente. Se non fosse totalmente corretto quello che conta è aver accompagnato la mamma. (*breve disconnessione del mio tablet. mi riconnetto*)

17. MINA: Stavo dicendo che penso che la casa che cerca sia un suo mondo interiore. Non mi doveva far dispiacere, farmi sentire impotente perché mi dicevo: come faccio a farle riconoscere la sua casa? Non capivo che la sua era soprattutto una ricerca interiore.
18. DANIELA: Sì, una ricerca interiore, talvolta anche esteriore. Ad esempio, se chiedi a mia mamma di parlare della sua casa ha una descrizione piuttosto precisa. Tuttora quando le dico: *andiamo a mangiare*, molto spesso lei dice: *scendiamo*, perché la cucina era al pian terreno. Le altre camere ai piani superiori. C'è una ricerca di sicurezza in questo disorientamento e c'è anche una ricerca di stanze esteriori. È una di quelle frasi che mettono alla prova all'inizio. I primi momenti, quando ti rendi conto che tua mamma che ha sempre abitato nello stesso appartamento facendo poche modifiche, non riconosce più la sua casa, è dura, ti senti quasi sconosciuta anche tu, la tua storia familiare. È un banco di prova ed è positivo affrontarla in questi incontri perché aiuta.
19. MINA: Silvia volevi dire qualcosa?
20. SILVIA: Daniela ti ringrazio perché hai sottolineato il cambio di registro del tono della voce. In quel "guarda" c'era tutto. Uso molto il cambio del tono. Comunicare in modo lento per stabilire empatia, può essere funzionale anche enfatizzare, per dare una botta di vita, per risvegliare i sentimenti. Questo mi succede con un signore quasi afasico. Con lui utilizzo il cambio di registro. Quando passeggiamo, incontriamo i bambini, gli animali, lo stimolo verbalmente cambiando il tono di voce. Lui risponde con un gesto, uno sguardo d'intesa, una bella risata che non denota disagio ma contentezza.
21. DANIELA: Grazie, Silvia. Sono le 19.22. Prima di passare la parola a Mina per la conclusione, quello che ho detto prima ve lo ripeto, per scelta non perché non me lo ricordo più, vi penserò su quel prato verde, con quei passi, insieme mettiamo i nostri passi su quei passi. A te Mina.
22. MINA: Grazie Daniela. Anch'io vi saluto e vi ringrazio. Per la vostra presenza, partecipazione e contributo e perché mi avete dato la sensazione di crescita, in questo percorso è come se fossimo cresciute un po' tutte nella consapevolezza di quello che stiamo vivendo con i nostri cari. Sono inserita in questo percorso professionalmente. Voglio dire una cosa riguardo quello che ha detto Daniela quando diceva che la sua mamma le chiede un nome che non si ricorda. La cosa che succede tra loro è il frutto della fiducia che è nata nella loro relazione. Sa che Daniela le risponderà in modo adeguato. Io ricordo che mia mamma non trovava le parole e non mi chiedeva aiuto. Io forse non ho saputo prenderla bene. Non mi chiedeva aiuto. Adesso ho capito perché: non c'era fiducia tra me e lei. La stessa cosa dicevo ad Annamaria. Era confusa ma anche spaventata da me, perché non avevo creato questo rapporto di fiducia. Questo è alla base della relazione con il proprio caro. Prego Sara.
23. SARA: Io voglio rubare qualche minuto per ringraziare. Non ho il dono dell'oratoria. Mi trovo meglio a scrivere. Ho scritto due parole e ve le leggo come ringraziamento. Sarà meno spontaneo ma è con il cuore. Ringrazio Mina e Daniela per i consigli e le conoscenze trasmesse durante l'incontro. Ringrazio tutti i componenti del gruppo

indistintamente per la condivisione, per il sostegno, per l'aiuto, per gli stimoli, per l'empatia che si è scatenata, per la sinergia e per l'energia, per la mancanza di giudizio e di pregiudizio. È stato l'inizio di un percorso che mi aiuterà a guardare con occhi diversi e da una prospettiva diversa la malattia della mamma e che mi aiuterà a restituire alla mia, mi piace tantissimo questa definizione, cara anziana, smemorata e disorientata la dignità che merita. Grazie con il cuore.

24. MINA: Grazie!

25. ANNAMARIA: Anch'io vi ringrazio tantissimo. È stato un percorso bellissimo. Mi ha aiutato tanto, sono grata a ciascuna di voi. Sicuramente sarà grata la mia mamma, ne troverà giovamento. Grazie, grazie. Sono emozionata.

26. MINA: Grazie. Bene Silvia.

27. SILVIA: Ringrazio Mina e Daniela per averci accolto e ringrazio tutti i componenti del gruppo per averci accolto. Ho ritenuto importante stasera esserci facendomi vedere, c'ero anche le altre volte ma preferivo lasciare spazio al gruppo. Anch'io sono emozionata in questo momento perché è sempre grande quello che le relazioni possono regalarci. Entrare in empatia attraverso uno schermo è la prima volta che mi succede. La pandemia ci ha costretto ad usare questo canale, anche noi che di solito siamo più tangibili. L'energia di cui parlava Sara passa, indubbiamente passa. Grazie.

28. MINA: Grazie.

29. DANIELA: Grazie.

30. MINA: Prendiamo la carta e la leggiamo per l'ultima volta.

**Commento** (a cura di *Daniela Pellerino*)

### **Tecniche di conduzione**

- *Resoconto del compito assegnato*: Turno 1.
- *Giostra delle risposte possibili*: Turni 14, 16. Mi colpisce il fatto che, senza sottolineare, come scelgo di fare sempre, il legame tra riconoscimento delle emozioni e individuazione delle parole adeguate, le risposte possibili rivelano questa connessione. Per mancanza di tempo non ho fatto uso dell'*inventario delle emozioni*.
- *Focalizzazione sul singolo episodio e sulle parole*: Turno 12.
- *Individuazione dei Passi*: cfr. Passi emersi.
- *Il silenzio*: Turno 12. Decido di lasciare 25" e 42" di silenzio dopo la richiesta di interventi delle partecipanti per ricordare la necessità di rimanere in silenzio, nella pazienza dell'attesa.
- *L'assegnazione del compito*, essendo l'ultimo incontro, ha una versione nuova: si trasforma in un augurio e nell'affidamento di una responsabilità (Turno 12). L'augurio di moltiplicare conversazioni sufficientemente felici si coniuga con la responsabilità nei confronti delle persone disorientate di assumere una prospettiva diversa e questo si traduce in una conversione di mentalità: i Dodici Passi diventano "un modo di pensare, di essere, di comportarci". Sara nel turno 23 parla di "occhi diversi e prospettiva diversa con cui guardare la malattia della mamma". Gli aggettivi individuati proprio nei riguardi della mamma e il tono di voce usato rivelano la nuova prospettiva: "La mia cara anziana, smemorata, disorientata".
- Le fasi sociali di accoglienza e di commiato sono vivaci e intense, connotate dalla consapevolezza di vivere l'ultimo incontro.

### **Passi emersi**

- *Secondo Passo* Non correggere, non contraddire Turno 16. Il Passo non è esplicitato con il suo numero.
- *Terzo Passo* Non interrompere Turno 12.
- *Quinto Passo* Accompagnare con le parole, nelle sue declinazioni fare eco e cercare il Punto d'Incontro Felice Turno 16, Somministrare autobiografia Turno 12, 16, 18.
- *Sesto Passo* Rispondere alle domande Turno 12.

- *Settimo Passo* Comunicare con i gesti Turni 1, 4, 6, 11. “*Ci siamo passate energia*” (Turno 6). I gesti sono strumenti comunicativi capaci di stimolare, infondere vita là dove sono in agguato comportamenti quali il ritiro, l'isolamento, la chiusura.
- *Ottavo Passo* Riconoscere le emozioni e restituirle Turno 16.

### **Competenza a comunicare**

Nel turno 4 Sara descrive il primo incontro in presenza dopo quattrocentotrenta giorni di distacco, iniziato con gesti fortemente comunicativi. Usa un'espressione felice per indicare come si sono parlate nei primi cinque minuti: “*parole silenziose*”. Nel turno 11 Mina racconta ripetute conversazioni gestuali con un ospite sordomuto. Il compito assegnato nell'incontro precedente ha portato l'attenzione del gruppo sul linguaggio paraverbale indispensabile per sintonizzarsi con le persone anziane e per stimolare la loro conversazione (Turno 9). Nel turno 20 Silvia esprime l'importanza di modulare il tono di voce “*per dare una botta di vita, per risvegliare i sentimenti. Questo mi succede con un signore quasi afasico... Quando incontriamo i bambini, gli animali, lo stimolo verbalmente cambiando il tono di voce. Lui risponde con un gesto, uno sguardo d'intesa, una bella risata che non denota disagio ma contentezza*”. La risposta gestuale e corporea della persona sordomuta rivela la sua competenza a comunicare e la competenza a provare emozioni, emergente anche in altri partecipanti (turni 4, 16).