

Un metodo per risolvere un problema formativo

Silvia Gresele

Sono una logopedista che lavora da quasi trent'anni con gli anziani in Struttura Residenziale. Mi occupo spesso di formazione non solo rivolta al personale delle Residenze Protette ma anche rivolta a familiari e caregivers che quotidianamente si occupano di assistenza dell'anziano a domicilio.

Alcune settimane fa sono stata contattata dalla responsabile di un Centro Servizi per Anziani per tenere un incontro sulle difficoltà di alimentazione dell'anziano fragile, assicurandomi che avrebbero presenziato all'incontro alcuni familiari degli anziani residenti nel Centro.

Il materiale per l'incontro era pronto, poco tempo prima con la mia collega Eleonora lo avevamo proposto ai familiari dell'Associazione Alzheimer di un paese limitrofo, attraverso una lezione frontale con alcune nozioni principali rispetto all'argomento, ma soprattutto portando la nostra esperienza con gli anziani e rendendo l'incontro interattivo, secondo il metodo della Formazione Capacitante.

Una situazione inaspettata, un problema da risolvere

Il pomeriggio dell'incontro al Centro Servizi ero in attesa dei familiari, ma con mio grande stupore un po' alla volta la sala si è riempita di 40 anziani ultra ottantenni: c'era chi camminava con il bastone, chi sorretto dal braccio sicuro del marito, chi con il deambulatore, chi con passo lento e insicuro, praticamente tutti residenti degli appartamenti protetti del Centro.

Mentre aveva inizio la fase sociale di presentazione interattiva, prima dell'avvio dell'incontro, molte domande si accavallavano nella mia mente: *Come faccio a parlare di disfagia e presbifagia a persone così anziane? Come posso fargli capire che a volte qualcosa non va per il verso giusto quando mangiamo e che sono soprattutto gli anziani le persone più colpite? Che tipo di linguaggio devo usare? In che modo devo parlare? Da dove inizio?*

Primo: Osservare

Osservare gli anziani che "prendevo posto lentamente" all'interno della sala, mi ha avvantaggiato nel riflettere sulle modalità con cui avrei dovuto condurre il nostro incontro.

Ho ripensato a tutte le volte in cui il Prof. Vigorelli ci suggerisce che prima di iniziare a parlare di qualsiasi argomento, il formatore deve capire chi ha di fronte, si deve interrogare su come trasmettere nel modo più efficace possibile il contenuto del suo intervento perché possa rimanerne traccia in chi ascolta.

Secondo: Scegliere una domanda da fare

L'arte del formatore è fare domande... ecco il punto di partenza!

Dopo essermi presentata come persona parlando un po' del mio *io personale*, ho raccontato del mio lavoro e della mia esperienza in casa di riposo, introducendo quindi l'argomento dell'incontro. Ecco la mia domanda: *"E' mai capitato a qualcuno di voi che vada di traverso qualcosa mentre mangia?"* Si è elevato un coro!

Terzo: Lavorare sulle risposte

Molti dei presenti hanno raccontato in modo accurato che cosa accade quando il cibo non va per il verso giusto, e alcuni hanno spiegato in modo concreto cosa accade quando

bevono o mangiano sul divano davanti alla tv o a letto quando non si sentono bene. Inoltre è emersa la difficoltà che si presenta assumendo i farmaci, bevendo acqua o mangiando la minestra. Dopo aver ascoltato in modo capacitante ho preso spunto dalle loro parole e racconti per dare suggerimenti pratici su come mangiare in sicurezza, con un linguaggio semplice e parlando lentamente. Quindi ho proiettato delle immagini sulle posture da mantenere con il corpo e la testa mentre si mangia, sia in sedia che a letto, soffermandomi su come accorgersi che qualcosa non va, quando la tosse non passa durante i pasti e quindi l'importanza di segnalarlo al proprio medico curante.

Quarto: Proporre un'esperienza

Ad un certo punto, per mantenere viva l'attenzione e la partecipazione, come prevede la Formazione Capacitante, ho pensato di fare "esperienza" di deglutizione, proponendo ai presenti di mangiare qualche pezzetto di grissino e successivamente di sorseggiare un bicchiere d'acqua.

Gran parte degli anziani ha voluto mettersi alla prova. Con il supporto visivo dello schermo che proiettava le immagini delle posture e ascoltando i miei consigli hanno sperimentato quanto più semplice sia la deglutizione mantenendo una postura corretta in sedia, inclinando leggermente il capo in avanti, e ripulendo bene il cavo orale prima di portarsi ancora cibo alla bocca. Hanno sperimentato inoltre la difficoltà di bere velocemente, ascoltando i miei consigli che permettono invece l'assunzione dei liquidi in sicurezza.

Quinto: Lavorare sui risultati dell'esperienza

La testimonianza più interessante di una signora ha riguardato un recente ricovero ospedaliero: *"Lo sa che sono tornata da poco dall'ospedale, mi mettevano una polvere bianca nell'acqua perché tossisco sempre, ma nessuno mi ha detto di piegare la testa e di stare dritta con la schiena, adesso sì che ho capito come devo bere, perché sa, quella polvere bianca non mi piace e non la bevo!"*.

Sesto: Fornire informazioni

L'incontro è poi proseguito spiegando quali siano gli alimenti più semplici da deglutire e quelli invece più difficili e rischiosi, con numerosi esempi e commenti da parte dei partecipanti.

Settimo: La fase sociale finale

Le interazioni finali dopo la conclusione dell'incontro hanno lasciato spazio per i saluti e i ringraziamenti.

Conclusioni

L'esperienza di un incontro di formazione di questo tipo mi ha fatto riflettere nei giorni successivi; sicuramente se avessi avuto davanti a me 40 anziani qualche anno fa non sarei riuscita a interagire con loro con le stesse modalità con cui ho condotto l'incontro grazie all'Approccio Capacitante.

Il cambiamento significativo, durante questo incredibile incontro, è consistito nel fare ricorso ai *Pilastri* della *Formazione Capacitante: Esperienza, Partecipazione e Interattività*. Dal punto di vista capacitante credo di essere riuscita a innescare un processo di consapevolezza per molti dei partecipanti rispetto alla complessità dell'argomento affrontato.