

Come coinvolgere il corpo nella formazione?

Durante la sessione di formazione formatori a Cascina Bellaria, l'8 giugno, ho ricordato i Magnifici 4 dell'assistenza capacitante¹, "Parole, Corpo, Emozioni, Fare insieme" e ho chiesto *Come possiamo introdurre il corpo nella formazione?*

Trascrivo alcune risposte, così come mi sono pervenute, perché possano essere uno spunto di riflessione personale.

Pietro Vigorelli

¹ Pietro Vigorelli *Dialoghi imperfetti* pagg. 82-112. FrancoAngeli 2021.

Mara Lago (logopedista)

Durante un corso di formazione sull'approccio capacitante un operatore ritornava in vari interventi a sottolineare che nella relazione con l'anziano smemorato la sua modalità di calmarlo consiste nel rassicurarlo con le carezze e il contatto fisico.

Nel lavoro di gruppo è emerso che ci sono anche alcuni anziani che non gradiscono la vicinanza fisica, che la ritengono invadente e minacciosa. Per questo motivo è opportuno verificare ogni volta, con ogni anziano se il contatto fisico è opportuno o controproducente.

Giovanna Merola (logopedista)

Nella residenza dove ho lavorato con un progetto di accompagnamento al fine vita si svolgevano incontri con i famigliari e con i componenti del comitato etico e abbiamo condiviso il momento in cui la persona non è più in grado oppure si rifiuta di mangiare e bere. In un'occasione il consulente presente ha spiegato l'importanza di essere presenti negli ultimi giorni con il contatto corporeo (per esempio tenere la mano) anche collegandosi ad esperienze passate di vita familiare.

Marita Bonetto (logopedista)

La comunicazione non verbale è fondamentale come accompagnamento a quella verbale nella relazione con l'anziano. Se l'anziano chiama o chiede e l'operatore risponde solo verbalmente (per esempio "sì vengo") senza fermarsi e guardarlo, la risposta è inefficace (oltre che maleducata) perché non c'è coerenza tra verbale e non verbale

Daniela Pellerino (counselor)

Nella formazione capacitante il corpo entra senza chiedere permesso. Si impone. Al formatore la capacità di valorizzarlo come prezioso alleato dell'altro tesoro in suo possesso, la parola.

Il focus dell'*ApproccioCapacitante*® è la parola. Tener vivo l'uso della parola nelle persone alle quali la malattia dementigena ruba il linguaggio verbale è lo scopo che orienta la formazione capacitante e i Gruppi ABC. Come il riconoscimento e la restituzione delle emozioni sono un efficace aiuto per identificare parole generatrici di conversazioni felici così anche il linguaggio corporeo.

Il corpo del formatore

Il formatore sin dal primo incontro e durante il percorso formativo parla con il volto, lo sguardo, il tono della voce, la postura. Occorre esserne consapevoli per evitare eventuali incongruenze tra il linguaggio verbale e quello non verbale.

Nelle “Presentazioni a palla” il formatore attiva immediatamente il corpo dei partecipanti, forse in attesa di una lezione frontale, e li stimola al movimento delle braccia e di parte del corpo, al guardarsi reciprocamente nel tirare la palla. Anche nella proposta di esercizi di rilassamento, come ispirare ed espirare, li sollecita ad ascoltare il proprio corpo oltre che a darsi il permesso di distendersi.

Nella sua conduzione, il formatore capacitante tiene presente la dimensione corporea degli operatori e delle persone disorientate cognitivamente.

Il corpo dell'operatore

Le tecniche capacitanti convergono sul riconoscimento delle competenze elementari. Ogni tecnica necessita di un linguaggio corporeo congruente. Si sa che una parola positiva viene smentita dal linguaggio non verbale che lancia un messaggio diverso.

Compito del formatore è trasmettere agli operatori la necessità di ricercare la congruenza tra i vari tipi di linguaggio. Faccio alcuni esempi.

- *Ascoltare* comporta una postura adeguata: viso rivolto alla persona che parla, sguardo attento, bocca chiusa.
- *Non correggere* si attua non solo nel non rimarcare errori e confusioni, ma anche guardando con occhi benevoli.
- *Accompagnare nel mondo possibile* la persona che ritiene, ad esempio, di vivere ancora con i suoi genitori, si attua con le parole e con il corpo che manifesti un vero interesse alla sua storia personale.
- *Durante le attività dell'igiene* il movimento delle mani deve essere delicato, il tono della voce pacato o, quando è il caso, allegro. Il corpo dell'operatore è totalmente rivolto al corpo della persona che sta accudendo, unico centro del suo interesse in quella situazione.
- La tecnica di *Comunicare con i gesti* accompagna il linguaggio verbale e, in alcuni casi, lo sostituisce.

Tutto questo vale anche per il familiare che si prende cura del proprio caro.

Il corpo della persona disorientata cognitivamente

Un altro compito del formatore consiste nell'orientare gli operatori ad affinare lo sguardo per familiarizzare con ogni espressione corporea della persona di cui si sta prendendo cura. Questo comporta l'identificazione del messaggio che l'anziano vuole comunicare con quel movimento, con quello sguardo, con quel gesto. Nella restituzione verbale di quanto hanno tentato di intuire, gli operatori valorizzano la persona e contribuiscono al dialogo stimolando l'uso delle parole.