

GABC: Sul 12° Passo

Testo inviato da *Bernadeta Bieganska* (Laurea Magistrale in Scienze Infermieristiche, Master nella Valutazione e Riabilitazione Neuropsicologica delle Demenze, Coordinatore Servizi Assistenza) per il Corso Conduttori di Gruppi ABC, tenutosi in telepresenza sulla piattaforma Zoom, nell'anno 2022/2023. La conversazione è stata registrata in modo palese e con il consenso informato dei conversanti. La trascrizione è fedele, comprese le parole ripetute e le frasi senza senso. I nomi dei familiari partecipanti ed ogni dato, che possa permettere l'identificazione loro, di altre persone e luoghi è stato alterato per rispettare 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 al documento *Piano di Sanità Pubblica, Aggiornamento e Rimodulazione Delle Strategie di Gestione e Controllo della Pandemia Covid-19*, Allegato A del DGR n. 214 del 28 febbraio 2023, rilasciato dalla Regione Veneto in Febbraio 2023, nel rispetto delle misure igienico-comportamentali previste dalla Legge, è stato permesso l'accesso dei familiari a tutte le strutture sanitarie e socio-sanitarie, di conseguenza abbiamo potuto organizzare gli incontri del Gruppo ABC all'interno della nostra struttura come era già stato richiesto.

Gli incontri del Gruppo ABC si svolgono ogni primo venerdì del mese dalle ore 15:00 alle ore 16:30 in presenza. La registrazione riguarda il secondo incontro, con Bernadeta Bieganska come conduttrice.

Il gruppo

È formato da 10 persone.

Le presentazioni

Dopo la lettura d'inizio il conduttore chiede ad ognuno dei partecipanti all'incontro di presentarsi dicendo il proprio nome, il nome del suo familiare ed il nucleo di residenza.

Bernadeta è la conduttrice.

Giuseppe è figlio della Signora Margherita residente del Nucleo Arancione (primo piano, persone con demenza di grado moderato).

Anna è sorella della Signora Bruna residente del Nucleo Arancione.

Carla è figlia della Signora Mistica residente del Nucleo Verde (secondo piano, persone con demenza di grado moderato-severo).

Maria è la nuora della Signora Rosa residente del Nucleo Blu (terzo piano, persone con demenza di grado liev-moderato).

Angela è moglie del Signor Alfredo residente del Nucleo Arancione.

Luigi è marito della Signora Mirella residente del Nucleo Verde.

Maddalena è la nuora del Signor Lorenzo residente del Nucleo Blu.

Laura è la figlia del Signor Giuseppe residente del Nucleo Arancione.

Natale è marito della Signora Carla residente del Nucleo Arancione.

Doriana è figlia della Signora Maria residente del Nucleo Verde.

Maria Rosa è figlia della Signora Pasqua residente del Nucleo Arancione.

Il testo: Come posso occuparmi di me stesso se mirella è in RSA?

1. **Conduttore:** sapete perché vi chiedo di indicare il nucleo dove risiedono i vostri cari?
2. **Laura:** perché?
3. **Conduttore:** perché ogni nucleo della nostra struttura ospita pazienti con un decadimento cognitivo più o meno avanzato e di conseguenza ognuno di voi sta vivendo le esperienze diverse confrontandovi con i vostri cari. Il Nucleo Blu ospita i pazienti con i quali possiamo comunicare verbalmente, Il Nucleo Arancione richiede da noi più pazienza nella conversazione, invece i pazienti del Nucleo Verde ci insegnano come comunicare al di là delle parole, da loro impariamo cosa significa la comunicazione non verbale e come applicarla nella vita quotidiana, i pazienti del Nucleo Arancione non riescono ad esprimersi in modo semplice... hanno bisogno dei loro tempi per poter dire qualche parola e questi tempi a volte solo abbastanza lunghi e noi dobbiamo rispettare le loro difficoltà.
4. **Giuseppe:** cosa significa 'demente'? Perché si usa questa parola? A me sembra tanto offensiva..
5. **Conduttore:** è vero... sono d'accordo con te Giuseppe, anche a me la parola 'demente' sembra una parola offensiva... avete pensato perché tanti usano questa parola? Cosa significa 'demente'? La parola arriva dal latino *demens* dove *de-* dà un valore privativo e *mens-* significa '*mente*'.. *demente* significa *senza la mente*... oggi al posto della parola 'demenza' si usa sempre più spesso la parola 'sindrome'.
6. **Giuseppe:** Per me è sempre più difficile parlare con mia mamma quando vengo a trovarla... a volte dice qualcosa, a volte non dice niente, a volte si arrabbia... a volte racconta le cose che non hanno nessun senso... ed io faccio fatica a capire se quello che racconta è la verità o frutto della sua fantasia...
7. **Conduttore:** di cosa parla tua mamma Giuseppe?
8. **Giuseppe:** la mamma non mi riconosce, continua a confondermi con persone che non conosco... la settimana scorsa mi ha chiesto, dove sono stato... parlava di galera... ho chiesto: mamma ma cosa dici? E mi ha detto che sono anni, che non mi vede... e che non vengo mai a trovarla... e che lei sta in galera e che nessuno di noi viene a trovarla... allora ho ripetuto di nuovo: mamma ma cosa dici?
9. **Conduttore:** e cosa ti ha risposto la mamma?
10. **Giuseppe:** io ho detto di nuovo: mamma guarda io sono qui... e mi ha guardato, ma non mi ha riconosciuto... e mi ha chiesto: e tu chi sei? Ed io ho detto: ma mamma sono io Giuseppe... e poi di nuovo mi ha detto che sta qui in galera da sola e che nessuno viene a trovarla... e che qui non si mangia mai e che non le danno più da mangiare... ma io vedo che qui si mangia bene, perché non è dimagrita, anzi, vedo che sta bene...
11. **Conduttore:** e tu Giuseppe cosa le hai risposto?
12. **Giuseppe:** io cerco di scherzare con lei, faccio finta di non capire quello che dice... cerco di sorridere e di ascoltare, perché dopo qualche minuto comincia a parlare di altre cose e comincia a ridere anche lei... la faccio ridere, ma è sempre più difficile... Lei parla con me, ma sente quello che dicono gli altri attorno e se sente qualche parola negativa subito la ripete e poi dice: ecco ecco di nuovo è successo questo... ed è convinta che l'ho detto io. Una volta mi ha detto che sono cento anni, che sono morto e che non mi vede...
13. **Conduttore:** e ha cominciato a piangere?
14. **Giuseppe:** ma no... non ha pianto, dopo mi ha guardato... ma non so se ha capito chi sono io... e poi mi dice di stare attento perché è pericoloso... e di non aprire mai la porta... a volte penso, che abbia paura di qualcosa... ma anche in casa era così... aveva sempre paura ed era preoccupata..

15. **Conduttore:** secondo voi quale sarebbe il miglior modo di comportarsi con la mamma quando Giuseppe la va trovare?
16. **Anna:** secondo me bisogna riassicurare la mamma e cercare di dirle che tutto va bene, che i figli stanno bene e che in questa casa è sicura...
17. **Conduttore:** allora cosa deve fare Giuseppe secondo voi?
18. **Anna:** ascoltare e cercare di capire di cosa ha paura la mamma...
19. **Laura:** sì, anch'io penso che lui deve ascoltare, perché solo così riesce a capire se le sue paure sono vere o immaginarie.
20. **Conduttore:** *ascoltare* è il 4° dei 12 Passi... dobbiamo imparare ad ascoltare... ascoltare significa innanzitutto smettere per un attimo di voler far passare il proprio pensiero e stare a sentire cosa ha da dire l'altro per poter comprendere quello che vuole dirci.
21. **Maria:** la mia mamma l'ultima volta quando sono venuta a trovarla ha cominciato raccontarmi della sua sorella, era convinta che l'ha vista nella sua stanza il giorno prima... mi ha descritto com'era vestita e di cos'hanno parlato... ma questo è impossibile, perché ancora non si può entrare nelle stanze degli ospiti... e poi sua sorella ha una certa età e da sola non riesce a venire, quindi uno di noi deve accompagnarla... allora non poteva vederla il giorno prima... ma lei era convintissima di averla vista la mattina presto quando stava ancora a letto...
22. **Conduttore:** Maria cosa hai detto quando Rosa ha cominciato a parlare di sua sorella? Come hai reagito?
23. **Maria:** io ho detto 'ma guarda mamma, è impossibile che tu abbia visto la tua sorella'... poi mi ha detto: guarda lei non viene mai a trovarmi e ieri sì... allora ho ripetuto: mamma ma questo è impossibile... così lei ha cominciato di nuovo, ma stavolta un po' più nervosamente, che l'ha vista, che è entrata nella stanza, che l'ha aiutata ad alzarsi dal letto, a lavarsi ed a vestirsi e dopo l'ha accompagnata nel salone al piano terra, mi ha detto anche: guarda! Ha fatto tutto lei... così ho capito, che la mamma essendo sempre più confusa nel suo cervello, probabilmente ha scambiato una delle operatrice con la sua sorella...
24. **Conduttore:** e quando hai capito cosa è successo, come hai reagito?
25. **Maria:** quando le dicevo che questo era impossibile Rosa si arrabbiava, allora ho capito che bisogna pensare prima di parlare, perché a volte quello che succede può essere vero e a volte no... e ho pensato: Rosa se tu dici che l'hai vista va bene per te... e poi ho chiesto se fosse andato tutto bene, se la sorella fosse stata gentile con lei e se Rosa fosse stata contenta di vederla. Così ho capito cosa è successo e Rosa era tranquilla.
26. **Conduttore:** Maria sei stata bravissima, hai fatto bene a non contestare quello che ti ha raccontato Rosa, hai fatto bene a seguire il suo pensiero. Quello che hai fatto è uno dei 12 Passi che abbiamo imparato. Quello che hai fatto è il 5° Passo che ci insegna come accompagnare il nostro caro con le parole nel suo mondo possibile. Gli anziani disorientati spesso confondono lo spazio ed il tempo che li circonda, non ha senso correggerli, è più utile cercare di accompagnarli nel loro mondo. Quando vediamo che l'anziano essendo accompagnato nel mondo dei suoi pensieri si tranquillizza è giusto accompagnarlo lì.
27. **Anna:** mia sorella quella volta ha avuto una sincope ed è stata inviata in Pronto Soccorso. ti ricordi?
28. **Conduttore:** sì Anna, lo ricordo.
29. **Anna:** ci hanno chiamato dall'ospedale e dovevamo andarci per stare con lei. Quando si è ripresa ci ha raccontato che ha fatto un viaggio in aereo. Vi ha raccontato questo?
30. **Conduttore:** no Anna, non ci ha detto nulla a riguardo.
31. **Anna:** io ho chiesto: ma cosa dici? Il viaggio in aereo? È impossibile! Ti ricordi che avevi sempre paura dell'aereo? no, questo non è possibile, ti sbagli, e così lei si è arrabbiata tantissimo con noi. E poi urlava. Bruna era convinta che per arrivare in ospedale ha fatto un viaggio in aereo.

- 32. Conduttore:** Anna, e cosa avete fatto per tranquillizzarla?
- 33. Anna:** adesso se lo ripete o se racconta di quel viaggio noi la ascoltiamo ed annuiamo: diciamo, che è vero... e così Bruna è più tranquilla...
- 34. Conduttore:** Brava Anna... anche tu hai applicato nella conversazione con tua sorella il 5° Passo... anche tu la stai accompagnando con le parole che stai dicendo nel suo mondo possibile... per lei quello che ti racconta fa parte del suo qui ed ora. Dobbiamo ricordare che quando cerchiamo di accettare la realtà del nostro caro la nostra conversazione diventa più tranquilla e più serena... è vero Anna?
- 35. Anna:** sì, è vero... Bruna ha fatto il volo in aereo e per noi è così...
- 36. Conduttore:** i pazienti affetti da decadimento cognitivo hanno bisogno di loro tempi... ognuno di loro ha bisogno del proprio tempo per poter comunicare con noi... per poter raccontarci quello che sta succedendo dentro di loro... loro sentono e capiscono quello che diciamo, ma non riescono a trovare la parola giusta secondo i nostri tempi e noi dobbiamo imparare ad essere molto pazienti. Io quando parlo con loro faccio piccoli passetti nella nostra conversazione... dico una parola, dopo un'altra e un'altra ancora, osservando la loro reazione... quando li vedo sereni vado avanti, quando invece vedo che cominciano ad innervosirsi mi fermo e faccio un passo indietro... guardo e cerco di capire che cosa li porta in ansia...
- 37. Luigi:** dopo sessant'anni di matrimonio vivo di compromessi, mia moglie è tutto quello, che ho... penso che non mi riconosca più... adesso sono a casa da solo... mio figlio ieri ha compiuto cinquanta anni, fa la sua vita, è un bravo ragazzo... ma io purtroppo vivo in casa da solo circondato da quadri dipinti da mia moglie... su ogni muro della casa ci sono dipinti, quadri e le foto scattate da Mirella... lei era una bravissima fotografa e pittrice... e purtroppo quattro anni fa ha cominciato a dimenticare le cose e non si ricordava più...
- 38. Conduttore:** e cosa avete fatto Luigi?
- 39. Luigi:** l'abbiamo portata da un dottore... e poi da un altro... abbiamo fatto tutti gli esami e tutte le visite prescritte... e le hanno dato i farmaci... ma lei continuava a perdere la memoria... e io pensavo che mi sarei ammalato anch'io insieme a lei. Non so come vivere senza di lei... è da un anno che vive qui con voi altri... e adesso non mi riconosce più... sessanta anni con una persona e tu le vuoi così tanto bene... e come si può vivere senza di lei... e io guardo i suoi disegni e penso a lei...
- 40. Conduttore:** Luigi quando vieni a trovare la tua moglie lei ti riconosce in qualche modo? Secondo te almeno per qualche minuto Mirella sa chi sei?
- 41. Luigi:** quando vengo a trovare Mirella lei spesso è da sola davanti alla finestra e guarda i monti, perché qui ci sono i monti... e lei amava i monti... e io mi metto seduto al fianco di lei e li guardiamo insieme... e poi arrivano gli uccelli e lei li guarda e poi parla di loro... lei vede il nero e il bianco e parla... e sa che sono uccelli... Mirella era sempre molto sensibile... era un'artista... e io vivo di compromessi....
- 42. Conduttore:** perché vivi di compromessi Luigi?
- 43. Luigi:** perché io quando vengo qua la guardo, la accarezzo, le do un bacio... ma lei non sa chi sono io... non mi riconosce... mi guarda, sorride... è sempre così delicata e così gentile... ma non sa chi sono io... e quello mi fa stare molto male... ogni tanto porto con me le fotografie... le nostre fotografie, dove è lei e dove sono io... e le parlo, e faccio vedere le foto e spiego che quelli siamo noi... e lei sorride e mi guarda... e non sa chi sono io...
- 44. Conduttore:** secondo voi come deve parlare con sua moglie Luigi quando viene a trovarla?
- 45. Anna:** non con le parole, perché non le riconosce più... non le capisce...
- 46. Conduttore:** e allora come può comunicare con sua moglie Luigi?
- 47. Anna:** attraverso i gesti.
- 48. Conduttore:** e come?

49. **Maria:** Luigi non deve parlare... deve essere presente... deve tenerla per la mano e stare lì insieme con lei... deve capire che non riesce a cambiare quello che sta succedendo nella sua testa...
50. **Conduttore:** è vero... Luigi deve essere presente al fianco di Mirella... ma per poter essere vicino deve cercare di accettare la malattia di sua moglie... perché solo così riesce a comunicare con lei... sarà una conversazione silenziosa ma ricca di emozioni... *Accettare la malattia* è l'11° Passo e significa accettare qualcosa di inconcepibile ed inspiegabile per noi, significa imparare a convivere con ciò che è imm modificabile e che va contro la naturale propensione della psiche umana... dobbiamo imparare di accettare la malattia dei nostri cari... perché solo così riusciamo a trovare un equilibrio dentro di noi e la forza di accompagnarli nel percorso della loro disabilità.
51. **Laura:** mio padre era sempre molto forte come uomo... anche se tutta la casa era sempre gestita dalla mamma... è lei che era il punto di riferimento per tutti noi... due fratelli e due sorelle... la nostra mamma è morta di un tumore al rene ed undici mesi dopo che è deceduta mio padre ci ha fatto vedere tutte le stelle comete... poco dopo mio padre ha sofferto di TIA... i sintomi dopo qualche tempo sono regrediti... e lui non voleva curarsi, non voleva fare gli esami di controllo, andava nel bosco, tagliava legna, non voleva parlare con il medico... e noi gli chiedevamo di stare attento, di non fare lavori pesanti, di riposare di più... ma lui non voleva farlo... dopo ha avuto un ictus... è da lì che ha cominciato a dire 'sono un poveretto, sono malato, guardate cosa è successo', un giorno quando sono venuta a trovarlo mi ha detto 'sono una larva'...
52. **Conduttore:** Laura e cosa hai risposto a tuo padre?
53. **Laura:** gli ho detto 'papà basta'... papà lo sai che siamo andati insieme dal dottore, lo sai cosa ti ha detto il medico... ma tu non volevi ascoltare nessuno, facevi tutto con la testa tua... il medico ti ha chiamato più volte per dirti come devi comportarti... ma tu non rispondevi neanche alle sue chiamate... è venuto anche a casa tua per parlare con te e tu andavi nel bosco o nell'orto e dicevi che invece di guardare te deve guardare sé stesso... e adesso non devi piangere perché la colpa è solo tua di quello che è successo...
54. **Conduttore:** secondo voi si poteva rispondere al padre di Laura in un altro modo? Cercare di dare qualche spiegazione diversa?
55. **Luigi:** forse cercare di tranquillizzarlo senza dire che la colpa è sua...
56. **Maddalena:** io penso che lui sappia, che la colpa sia sua perché si era trascurato... non serve ricordargli tutto ciò... lo fa solo star peggio di come già stia... noi non dobbiamo giudicare...
57. **Conduttore:** è vero noi non dobbiamo giudicare, dobbiamo ascoltare e cercare di essere comprensivi... in realtà nessuno di noi non sa come sia il loro mondo interno e da cosa dipendano le decisioni prese... sulla base di cosa riescono ancora a valutare le situazioni... non giudicare non è un sinonimo di indifferenza, non giudicare significa affrontare la vita con più consapevolezza e con una migliore predisposizione verso gli altri, con un'apertura mentale che sprigiona solo benessere...
58. **Laura:** io non volevo giudicare mio padre... volevo solo fargli capire che per quello che è successo non deve accusare nessuno... è successo e adesso dobbiamo andare avanti... anche noi non è che stiamo bene, anche noi ci domandiamo se poteva andare in modo diverso.
59. **Conduttore:** no Laura, non sapremo mai se poteva andare in un altro modo... dobbiamo accettare quello che è successo cercando di essere vicini ai nostri cari...
60. **Carla:** io volevo raccontare di mia mamma... durante il lockdown lei è peggiorata tantissimo... non parlava più... quando parlavo con lei per telefono diceva solo 'boh, boh, boh'... io le facevo le domande e lei rispondeva con questo suo 'boh'... ad ogni cosa che chiedevo lei rispondeva 'boh'... un giorno mi avete chiamato perché dovevo firmare le carte per poter portare la mamma a cambiare la batteria del Pace Maker... sono arrivata in struttura, ho firmato le carte e poi la mamma è stata portata in ambulanza in ospedale... io sono andata con lei... in ambulatorio, ho chiesto se posso vedere la mia mamma... l'infermiera all'inizio mi ha risposto di no, ma dopo quando ha visto che la mamma era sempre più agitata, per un attimo mi ha lasciato entrare nella stanza dov'era la mia mamma... sono andata da lei e ho detto 'mamma stai tranquilla... va tutto bene... cerca di fare la brava...' e lei mi ha guardata... era da tanto tempo

che non mi guardava così... e mi ha riconosciuta.. si è tranquillizzata e continuava a dire i suoi 'boh, boh, boh..' ma era tranquilla.

- 61. Conduttore:** Carla e tu cosa hai fatto?
- 62. Carla:** l'ho presa per mano e poi l'ho accarezzata... e dopo dovevo uscire... e ho detto 'ciao mamma' e lei si è girata verso di me e ha detto 'ma tu dove vai?'... ha detto usando le parole 'dove vai?'... quando mi ha visto uscire lei si è girata verso di me e ha detto 'dove vai?'.
- 63. Conduttore:** Carla hai pensato perché tua mamma dice solo 'boh, boh, boh?'
- 64. Carla:** perché non riesce più a parlare...
- 65. Conduttore:** è vero non riesce più a produrre una parola che ha senso per noi, ma per lei ogni 'boh' è diverso e ogni 'boh' significa qualcosa... spetta a noi capire cosa vuole dire Mistica... a volte 'boh' significa 'ho fame', a volte 'ho freddo, a volte 'voglia andare a letto a dormire'... ogni 'boh' significa qualcosa.
- 66. Carla:** e perché quel giorno mi ha chiesto 'dove vai?' usando le parole giuste? Come è riuscita a farlo? a me sembra strano... da dove vengono quelle parole? Le ha pronunciate perfettamente bene... e anche l'infermiera si è girata e ha guardato prima lei e dopo me... allora io ho pensato 'la mia mamma parla'...
- 67. Conduttore:** Carla dentro di ogni persona affetta da decadimento cognitivo c'è un *io sano* ed un *io malato*... col tempo che passa, l'*io malato* si prende sempre più spazio nella mente del paziente... ma ogni tanto l'*io sano* riesce ad uscire fuori e riesce a comunicare con noi... e così tua mamma è riuscita a chiederti 'ma tu dove vai?'... e tu l'hai capito... questi momenti nei quali noi stessi incontriamo l'*io sano* del nostro caro sono molto importanti e molto preziosi... e un Punto d'Incontro Felice... noi non sappiamo quando arrivino questi momenti... ma quando arrivano dobbiamo coglierli con amore... in tutta l'infelicità della malattia, un punto d'incontro felice capiterà sempre più di rado... ma capiterà e di solito quando meno ce lo aspettiamo...
- 68. Carla:** io spero che la mia mamma stia bene... voglio che stia bene nella sua malattia.
- 69. Conduttore:** Ricordate che se vogliamo che i nostri cari stiano bene, prima di tutto siamo noi che dobbiamo stare bene, perché solo così riusciamo a trasmettere la serenità e solo così possiamo sempre essere per loro... dobbiamo imparare a prenderci cura di noi stessi se vogliamo essere al loro fianco... cosa significa prendersi cura di noi stessi?
- 70. Anna:** prendersi un momento quotidiano solo per sé...
- 71. Laura:** cercare di fare le cose che ci piacciono... non lo so... per esempio leggere un libro o guardare un film... ascoltare la musica...
- 72. Giuseppe:** fare una passeggiata... incontrare amici...
- 73. Maria:** andare dalla parrucchiera per sentirsi dopo bella...
- 74. Luigi:** stare con i nipoti...
- 75. Conduttore:** tutto quello che avete detto è vero... prendersi cura di sé stessi significa ascoltarsi per comprendere i propri bisogni, amare sé stessi e pensare al proprio benessere fisico e mentale. Questo richiede tempo, pazienza e comprende anche la necessità di accettarsi ed amarsi con i propri limiti e difetti... *Occuparsi del proprio benessere* è il nostro 12° Passo.
- 76. Luigi:** come posso pensare di me se Mirella è qui?
- 77. Conduttore:** Luigi, tu devi prenderti cura del tuo benessere. Solo così riuscirai ancora a sorridere quando andrai a trovare i tuoi nipoti... iniziare a prendersi cura di sé è molto più difficile di quanto si creda, soprattutto se non si è abituati a farlo... quando ci si sente insoddisfatti, stanchi ed infelici... occuparsi del proprio benessere ci aiuta a combattere lo stress e di conseguenza ad essere ben disposti nei confronti di tutti coloro che ci circondano e in particolare essere molto comprensivi con i nostri cari... e questo è il vostro compito per i prossimi giorni: dovete occuparvi del vostro benessere. Adesso leggiamo la lettera finale.

Commento

Abbiamo appena cominciato a fare gli incontri di questo Gruppo ABC; ne abbiamo già fatti due e il 5 maggio faremo il terzo.

Parlando nel passato con i familiari dei miei pazienti ho visto la loro fatica, la loro rabbia e la loro frustrazione, sentimenti che se non vengono riconosciuti hanno un potere distruttivo sulla mente di chi segue un malato.

Seguire un malato affetto dal decadimento cognitivo, dedicandogli il proprio tempo e la propria energia per potergli stare vicino, può devastarli emotivamente.

Tutte le difficoltà riscontrate nel passato sono diventate il punto di partenza per cercare soluzioni che aiutino a trovare un benessere ed una felicità possibili nonostante la malattia.

Essendo la conduttrice cerco di mantenere un atteggiamento empatico creando così un ambiente socievole in cui ogni familiare possa parlare liberamente. Insieme stiamo costruendo una nuova consapevolezza dove i problemi possano essere descritti e letti da un nuovo punto di vista.

Tecniche di conduzione

Per quanto riguarda le tecniche di conduzione abbiamo applicato il giro delle presentazioni ed ognuno di noi doveva dire apertamente come si chiamasse e chi fosse il suo parente, senza pregiudizi, senza parole inutili e rispettando la malattia dei propri cari.

Il venerdì 5 maggio faremo per la prima volta un resoconto sul compito assegnato, ogni parente dovrà raccontare come è riuscito ad applicare il 12° Passo *Prendersi cura del proprio benessere*.

Parlando con i familiari cerchiamo di focalizzarci su un singolo episodio che riguarda ciascun paziente per dare la possibilità di parlare a più di una persona.

Ascoltando uno dei parenti chiediamo anche agli altri se hanno avuto esperienze simili oppure se si sono trovati in situazioni affini, per poterle confrontarle utilizzando la *Giostra delle risposte possibili*.