

## **MMSE: 24/30. Sul cambiamento che avviene durante la conversazione capacitante che precede una sessione di stimolazione cognitiva**

Testo inviato da Cecilia Scalavizzi (psicologo, libera professione) per il Corso di formazione per Operatore Capacitante di I livello, tenutosi in modalità mista (online e in telepresenza su Zoom), nell'anno 2023. La conversazione è stata registrata in modo palese con il consenso informato del conversante e del familiare di riferimento. La trascrizione è fedele, comprese le parole mal formate, tronche, ripetute e le frasi senza senso. Il nome dell'anziano e ogni dato che possa permettere l'identificazione sua o 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](http://www.gruppoanchise.it) e l'utilizzo a scopo didattico e di ricerca, purché sia garantita la privacy del conversante.

### **Il conversante**

Lucia è una signora di 82 anni, vive al proprio domicilio con il marito e ha una diagnosi di Malattia di Alzheimer in fase lieve. Lucia è ancora autonoma nelle attività di vita quotidiana, ma riporta alcune difficoltà cognitive, in particolare di memoria, di cui è consapevole. Da un mese abbiamo iniziato un percorso di stimolazione cognitiva con l'obiettivo di sostenere e mantenere il funzionamento cognitivo. Lucia partecipa in modo attivo e motivato agli incontri. Punteggio MMSE: 24/30.

### **Il contesto**

La conversazione è avvenuta nella sala da pranzo della signora Lucia prima della seduta di stimolazione cognitiva.

### **La conversazione**

La conversazione si è svolta con un tono di voce pacato e amichevole e con un ritmo abbastanza sostenuto e fitto, con pochi silenzi.

Durata: 16 minuti e 51 secondi.

### **Il testo: *Nuvole e malinconia***

1.OPERATORE: Allora come va? Come sta Lucia?

2.LUCIA: Mah in questo momento ho un sonno della miseria.

3.OPERATORE: Ha sonno?

4.LUCIA: Sì, ma è il tempo che mi fa venire voglia di dormire... a parte che sono sempre stata una piuttosto bella quieta.

5.OPERATORE: Una dormigliona?

LUCIA: Mah niente, per il resto tutto a posto.

OPERATORE: Quindi il tempo la butta un po' giù?

6.LUCIA: Sì, no, mi fa venire un po' di malinconia, mi vengono in mente tutte le mie cose.

7.OPERATORE: Mmh...

8.LUCIA: Ecco un po' così, la mia mamma, il mio papà che non c'è più, che poteva stare e invece... avevo 5 anni quando è mancato...

9.OPERATORE: Ah caspita...

10.LUCIA: Io me lo ricordo così, bello... (*pausa di 6 secondi*)... mi ricordo le volte in cui mia mamma mi portava sempre al cimitero e le dicevo: "Ma mamma ancora? Mamma ancora?", andavamo al cimitero, te l'ho già detto. Lì impietrita davanti alla tomba, non si muoveva né diceva nulla e io che le tiravo la gonna. Perché mio fratello ha vissuto con i nonni...

11.OPERATORE: Ah ok...

12.LUCIA: Quando... perché... perché i nonni paterni, i genitori di mio papà... perché loro avevano paura che mia mamma, essendo rimasta vedova con due piccolini... io avevo 5 anni, mio fratello ne aveva 6...

13.OPERATORE: Era il maggiore...

14.LUCIA: Aveva paura che magari si risposava un'altra volta e loro perdevano i nipoti e tutte quelle menate lì, capisci? Avevano paura che ci si... che ci allontanavamo da loro...

15.OPERATORE: Quindi dai genitori paterni e quindi...

16.LUCIA: E loro hanno preso la scusa che tu, essendo da sola con due bambini...

17.OPERATORE: Mmh

18.LUCIA: Infatti mio fratello è andato a scuola a Monte Santo.

19.OPERATORE: Dov'è? Non l'ho mai sentito.

20.LUCIA: Eh, sai dov'è... lo chiamavano il Palazzetto, allora... (*pausa di 5 secondi*)...

21.OPERATORE: Comunque un po' lontano dalle vostre zone...

22.LUCIA: No, era piccolo, beh adesso dove c'è lo Splendor lì, tutto il coso... il cinema.

23.OPERATORE: Ah il cinema!

24.LUCIA: Ecco, tu vai in fondo, giri a sinistra e sei a Monte Santo

25.OPERATORE: Ah ok, è tipo un quartiere.

26.LUCIA: Sì sì, adesso è pieno di villette, di case, sì.

27.OPERATORE: Mmh...e quindi siete rimasti...

28.LUCIA: E poi c'era... perché mio nonno Romano, era il fattore, c'era questo tizio che aveva in mano tutto lui, era un uomo di fiducia, la mia nonna Lucia era... gli è morto il figlio ed è andata in tilt, quando andavo là lei era sempre lì seduta sulla poltrona di fianco ad un coso tipo così (*indica un mobile*) con la fotografia del figlio che se n'era andato...

29.OPERATORE: Quindi insomma la perdita l'aveva colpita molto...

30.LUCIA: Sì sì non se ne poteva parlare né niente. L'unica cosa lei che... era che alla domenica da Monte Santo veniva giù a Giussano che andava al cimitero e allora passava da noi e ci lasciava sempre la mancia.

31.OPERATORE: Ah ecco, quindi passava a salutare...

32.LUCIA: Era bella la mia nonna Lucia... era bella anche la mia nonna Lucia, era la mamma di mia mamma.

33.OPERATORE: Ah, ha preso da lei il suo nome!

34.LUCIA: Sì, Lucia Rigoni, lei invece era di Varese. Un'altra ragazza cresciuta tranquilla, senza nessun problema da dare, solo qualcosa...allora sai, loro avevano...sono stati poi quelli che sono andati in Francia e han portato di qua...

35.OPERATORE: Ah, sì mi raccontava!

36.LUCIA: Le caramelle!

37.OPERATORE: Le caramelle!

38.LUCIA: Ecco sì, e io che ero arrabbiata perché ero sempre vestita diversa dagli altri, mamma... e le altre che mi invidiavano perché avevo sempre su le belle vestine... (*ride*)

39.OPERATORE: Ma a lei come mai dava fastidio?

40.LUCIA: Eeh perché a me non piacevano!

41.OPERATORE: Ah, non le piacevano!

42.LUCIA: Erano belle, ma a me non piacevano, volevo essere vestita come le mie compagne di scuola!

43.OPERATORE: Si sentiva un po' diversa.

44.LUCIA: Sì, ma che casotto...

45.OPERATORE: E poi nel tempo ha cambiato idea sui vestiti?

46.LUCIA: No, sono sempre andata poi a prendere le prime cose che uscivano... (*ride*)

47.OPERATORE: Quindi poi è diventato un po' un suo tratto distintivo!

48.LUCIA: Sì! Poi andando a Milano, lavorando a Milano vedevi com'era Milano e quindi logico passavi che c'era un bel negozio...allora si poteva... "Mamma, io ho visto un bel coso..." "E ce li hai i soldi? "Eh sì, me li dai?" (*ride*) e poi arrivavano da parte di questi miei zii che arrivavano da là...

49.OPERATORE: Quindi loro ve li mandavano e lei aveva tutti dei vestiti che non aveva nessuno!

50.LUCIA: Diversi! Ed erano belli! Mi piaceva poi stare insieme alle ragazze, così in compagnia... preferivo i ragazzi eh, ti dico la verità!

51.OPERATORE: Come mai?

52.LUCIA: Eh, perché erano più sinceri, più... *(pausa di 7 secondi)*

53.OPERATORE: Più spicci...

54.LUCIA: Sì sì, e allora avevo un'amica ogni tanto, veniva anche lei, poi io avevo mio fratello, c'era mio fratello di mezzo e quindi erano gli amici di mio fratello ecco, siamo cresciuti insieme. Il cortile di qui era il cortile delle ragazze, il cortile di là era quello dei maschi e quindi eravamo sempre lì, si giocava insieme a pallavolo, palla-prigioniera... quelle poche cose che si poteva fare...

55.OPERATORE: Quindi avendo poca distanza di età lei e suo fratello, un po' gli amici erano comuni.

56.LUCIA: Sì sì, poi dopo più grande mio fratello si è sposato giovane ed è nato subito il Marco e io sono diventata la zia. Loro due dovevano andare a lavorare e allora era là dalla mia mamma, lo portavano alla mattina e lo venivano a prendere alla sera quindi era mio!

57.OPERATORE: Lo ha cresciuto lei suo nipote!

58.LUCIA: Il mio Marco...

59.OPERATORE: Ci è molto affezionata...

60.LUCIA: Eh, è mancato presto...

61.OPERATORE: Ah caspita, mi spiace...

62.LUCIA: È mancato presto, a 24/25 anni... eh insomma cosa bisogna fare, la vita è così, non pensiamoci!

63.OPERATORE: Eh, insomma, la vita riserva un po' alcune cose spiacevoli...

64.LUCIA: Il discorso è che se ti ricordi quelle bello però dopo saltano sempre fuori quelle altre quindi...

65.OPERATORE: Sì, però lei mi ha raccontato dei ricordi un po' negativi, ma anche delle cose positive che ricorda con piacere.

66.LUCIA: Sì sì, io vedo che anche con Sara, le dico sempre: "Se hai voglia di fare un viaggio, se hai voglia di comprare un paio di scarpe, fallo! Non dire 'lo faccio domani', fallo subito!". Perché sono cresciuta anche io così, mia mamma mi diceva così: "Ti piacciono? Andiamo!".

67.OPERATORE: Quindi sono quelle piccole cose che poi però alleviano un po' la vita.

68.LUCIA: Sì sì, anche con Andrea adesso, lei se deve comprare qualcosa: "Hai bisogno? Ti servono? Prendile! Ti piacciono? Comprale!". Ecco così e io con Sara.

69.OPERATORE: Sì sì questo aiuta un po'...

70.LUCIA: Sì sì... sono monotona eh, sarà la terza o quarta volta che te lo racconto!

71.OPERATORE: No, tutti questi dettagli e altri racconti sono nuovi, però siamo partiti col dire che è una giornata un po'...

72.LUCIA: E poi anche adesso con Sara, ha un sacco di vestiti che non mette più e a chi li do? Che poi magari li do a qualcuno e poi li prende e li butta via, allora scatoloni e son dentro, non lo so, appena troverò qualcuno, magari una missione che...

73.OPERATORE: Poi lei è anche molto piccolina e magra quindi sono magari taglie un po' difficili...

74.LUCIA: Eh, mi dispiace perché tante volte le dico sempre "Se faccio il conto di tutte le cose che hai comprato, questa casa qua non vale un tubo rispetto a tutto quello che hai comprato!".

75.OPERATORE: Perché anche a Sara piace vestirsi bene...

76.LUCIA: Ha le mani bucate...e fa bene perché di qui a domani non si sa mai che fine si fa e allora vai, vai, vai! Solo che dopo ci sono le scatole con dentro tutte le robe, come faccio ad andare da una a dire: "To' guarda lo vuoi? Te lo do!" e poi magari la vedo e non ce l'ha mai su.

77.OPERATORE: Quindi le spiacerebbe un pochino.

78.LUCIA: Sai com'è, magari una dice "Sì sì, va bene, va bene e poi...".

79.OPERATORE: So che alcuni vestiti si possono vendere, ci sono dei posti in cui si possono vendere se sono belli, se no li può donare se non li utilizza più.

80.LUCIA: Quando una ce ne ha tanti... ha là 25 paia di scarpe!

81.OPERATORE: Caspita! Anche io sono un po' così e sto iniziando a ridimensionarmi perché poi ci sono tante cose che non si mettono neanche e appunto non si usano, però insomma se è un piacere della vita di cui si può godere...

82.LUCIA: Sì, mia mamma diceva sempre "Se sei sicura non dire no perché domani non si sa mai se puoi farlo".

83.OPERATORE: Infatti, giusto così!

84.LUCIA: La mia mamma...

85.OPERATORE: La mamma... come si chiamava?

86.LUCIA: Ombretta.

87.OPERATORE: Oh, che bel nome, particolare!

88.LUCIA: La mia mamma era... (*registrazione incomprensibile*)... di mia nonna Lucia e un mio cugino secondo, sempre quello che è andato in Francia, dell'olio

89.OPERATORE: Quindi vi siete un po' sparsi...

90.LUCIA: Mia mamma la domenica mi prendeva su e andavamo a Saronno, abitavano... non so se hai presente... la chiesa delle Preziosine...

91.OPERATORE: Ma in centro?

92.LUCIA: Sì sì proprio centro, qui comincia la Via Aurora, qui c'è una chiesa che poi c'è la stradina che vai giù e passa nel fiume, il Lura.

93.OPERATORE: Sì, ho capito, dove c'è il ponte?

94.LUCIA: No, quello là è oltre, più prima largo Bernini, il centro proprio dove arrivi che, perché io vengo su da...

95.OPERATORE: Eh, caspita io conosco un po' il centro, la piazza, la chiesa, poi io con le strade sono proprio negata!

96.LUCIA: Ecco lì proprio scendi giù e arrivi proprio dove c'è il Lura, loro tante volte quando il Lura faceva la piena entrava dalle finestre perché avevano proprio le finestre a filo.

97.OPERATORE: Caspita!

98.LUCIA: E il figlio di questi miei... io li chiamavo zii, è quello che è andato in Francia e ha portato a casa l'olio, ma era bello, era venuto a salutare la mia mamma: "Zia Ombretta, io parto, sto via un po', ciao Lucia" e io ero incantata, lo guardavo... quando è ritornato e ci siamo trovati così e mi dice: "Eh ma come sei diventata..." e gli dico: "Sì, sono diventata grande, adesso se ti guardo non ho più quel... sai quell'ansia, quella roba che..." "Perché cosa ti facevo, ti mettevo soggezione?" "Eh no perché eri bello e mi piacevi"

99.OPERATORE: Era un bell'uomo!

100.LUCIA: Un bel ragazzo!

101.OPERATORE: (*ridiamo insieme*) Beh, lei è anche schietta!

102.LUCIA: Eh, se ti devo dire qualcosa è inutile che la meno e vado a dirlo a un'altra, se è una cosa che non offende...

103.OPERATORE: Ma infatti, era una cosa innocente!

104.LUCIA: Poi i suoi genitori io li chiamavo zii anche se erano i cugini della mia mamma, ma io li chiamavo zii, mi volvano un bene dell'anima: "To' sono arrivati i vestiti, Ombretta vieni su che sono arrivati i vestiti per la ragazza" e andavamo a casa con la borsa con tutti questi bei vestiti, ma erano tutti diversi, cioè rispetto a quelli che portavamo.

105.OPERATORE: Eh sì, la moda.

106.LUCIA: Eh, erano belli, poi costavano un sacco di soldi, facevano in fretta a prendere i vestiti e buttarli... eh sì sì, è stata bella la mia infanzia, anche se mi mancava il papà...

107.OPERATORE: Certo, certo comunque era una figura di riferimento però comunque è riuscita anche a viverla in modo sereno e felice.

108.LUCIA: Mi è piaciuto l'ambiente delle suore, delle Orsoline... dopo quando mia mamma si è ammalata ho dovuto chiudere e sono andata al lavoro io...

109.OPERATORE: Sì sì, ha iniziato nell'industria tessile?

110.LUCIA: Sì, dopo c'era qualcuno che diceva: "Te' ho visto fuori un bel lenzuolo, non potrei averlo?" "Wh, devo vedere se trovo in giro un campione, un campionario e te lo porto, però i soldi non..." "No no, non mi interessano i soldi, quello che costa" allora ogni tanto andavo là

dai ragazzi “Te’ ho bisogno un lenzuolo, quello lì quanto me lo fai?” “Eh aspetta ce glielo chiedo e vediamo” allora come me lo davano...

111.OPERATORE: Aveva un po’ di agevolazioni...

112.LUCIA: D’altra parte... ogni tanto ci mettevo su qualche 10 euro che poi se andavo sul pullman dovevo pagare il biglietto della borsa allora...

113.OPERATORE: Ah sì? Si pagava anche il bagaglio?

114. LUCIA: Eh sì, se era una borsa normale no, ma se era un bagaglio, una specie di valigetta così (fa gesto).

115.OPERATORE: Ah caspita, adesso si pagano le biciclette forse...

116.LUCIA: Che poi sai che ridere, perché allora pullman, di qua scendevi di qua salivi e quando salivi qui c’era subito il... (pausa di 3 secondi)

117.OPERATORE: Il controllore...

118.LUCIA: Il controllore, seduto! Aveva la sua cosa davanti: “Fa vedere cos’hai dentro lì” (in dialetto), controllavano che magari qualcuno poteva avere dentro una pistola...

119.OPERATORE: Mmh... c’erano più controlli di ora caspita!

120.LUCIA: Sì sì, per esempio quando arrivavamo a scuola se arrivavamo anche con un vestito corto, mi cacciavano a casa a cambiarmi...

121.OPERATORE: Quindi doveva tornare.

122.LUCIA: O se no me lo tiravano fuori e mi mettevano su un vestito loro!

123.OPERATORE: Ah, addirittura!

124.LUCIA: Sì...sì...le Orsoline sì.

125.OPERATORE: Eh beh c’era una certa disciplina!

126.LUCIA: Però io sono stata contenta che la mia mamma ha fatto un po’ di sacrifici e mi ha mandato a scuola dalle Orsoline; infatti, perché Sara la ho mandato al Collegio San Carlo.

127.OPERATORE: Mmh...

128.LUCIA: Lei ha studiato al Collegio San Carlo dai frati lei, che...alla mattina se erano le otto e un quarto che lei non era là, telefonavano: “Sara non è ancora arrivata” “No no, guardi è colpa mia, sto arrivando lì, la accompagno io con la macchina”.

129.OPERATORE: Quindi anche lì erano belli rigidi.

130.LUCIA: Sì sì...

131.OPERATORE: Ha proseguito un po’ anche lei, anche lei ha fatto le scuole con le suore...

132.LUCIA: Se andava con qualcosa di corto le davano qualcosa da mettere sopra nero, un grembiule...

133.OPERATORE: Ah, anche lei, ma aveva la divisa?

134.LUCIA: No, potevano andare... però dovevano essere...

135.OPERATORE: C’erano certe regole, insomma, di abbigliamento.

136.LUCIA: Che non è sposata mia figlia no no, che ne so, non ha voglia, non ha incontrato quello giusto, ormai ha 40 anni e rotti e le dicevo sempre “Ma Sara...” “Mamma per piacere, mamma per piacere, lascia stare io faccio così e così è, tutto chiuso” però insomma...è andata...

137.OPERATORE: È andata... è comunque una brava ragazza...

138.LUCIA: Scusami eh, ti rompo le scatole!

139.OPERATORE: No, a me fa piacere, chiacchieriamo anche un po’, mi fa piacere!

140.LUCIA: Eh, sai mi piacerebbe essere qui seduta e arriva un bel ‘pastrano’: “Nonna, mi dai questo?” eh, invece non arriva niente...

141.OPERATORE: Le piacerebbe quindi avere dei nipotini...

142.LUCIA: Sì sì...

143.OPERATORE: Eh beh insomma...

144.LUCIA: È così, adesso quello là (si riferisce a suo marito nell’altra stanza): “Lei dice un sacco di sport”

145.OPERATORE: Perché? Sta raccontando i suoi vissuti, va bene così Lucia (sorridente)... Va bene, cosa dice iniziamo?

146.LUCIA: Sì sì, pronti via!

147.OPERATORE: Pronti via, un po’ assonati ma andiamo avanti...

## **Commento**

La conversazione inizia con un sentimento di malinconia, Lucia riferisce che il tempo nuvoloso e grigio della giornata la fa diventare pensierosa e le fa tornare in mente ricordi del passato, soprattutto tristi. Accolgo il sentire soggettivo di Lucia e le lascio uno spazio di parola. All'inizio la conversazione sembra quasi un monologo in cui la signora rievoca i suoi ricordi e io la ascolto e la seguo nel suo mondo. Quello che colpisce è che, tuttavia, Lucia riporta anche dei ricordi positivi e felici e si nota una differenza tra la prima parte del dialogo in cui prevale un sentimento di tristezza (turni 1-31) e la seconda parte in cui inizia la rievocazione di ricordi anche felici (turni 32-147). Al termine della conversazione, l'atmosfera prima malinconica si è trasformata, Lucia sembra rasserenata e anche divertita nel raccontare alcuni episodi della sua vita. Grazie al nostro scambio io e Lucia siamo riuscite a raggiungere un punto d'incontro felice e la nostra seduta di stimolazione cognitiva inizia quindi in modo sereno e procede positivamente.

Le tecniche capacitanti prevalentemente utilizzate sono state l'ascoltare, il rispondere in eco (turni 3, 23, 37, 41), il restituire il motivo narrativo (ad esempio turni 29, 43, 55, 63, 77, 129, 141) e il rispondere con empatia (59, 61, 63, 69). Sono state fatte anche alcune domande con la consapevolezza che, nonostante il decadimento cognitivo, la signora sarebbe stata in grado di rispondere ed esprimersi senza entrare in frustrazione.

## **Conclusione**

Ho deciso di iniziare una formazione sull'Approccio Capacitante in quanto, data anche la mia esperienza professionale agli inizi, sentivo di aver bisogno di strumenti facilmente e immediatamente applicabili nella comunicazione alle persone con demenza o con decadimento cognitivo che le rispettasse e valorizzasse.

Grazie a questo corso ho imparato in che modo condurre una conversazione in grado di creare un punto d'incontro felice. Questo mi sta tornando utile sia nelle conversazioni più informali e meno strutturate, che durante le sedute di stimolazione cognitiva aiutandomi ad accogliere e mettere a proprio agio la persona, creando un momento piacevole oltre che terapeutico. In questo modo gli incontri aumentano di efficacia e di valore e la stimolazione rimane cognitiva, ma diventa anche sociale.

Infine, ho imparato che senza la relazione nulla è efficace né fa stare bene e che il benessere si può raggiungere anche con le parole e i silenzi.