

Gruppo ABC. Consapevolezza e autovalutazione dei partecipanti

Testo inviato da Piras Elena e Gandola Nadia, O.s.s., per il Corso di formazione per Conduuttori di Gruppo ABC, tenutosi a Milano – anno 2024. La conversazione è stata registrata in modo palese con il consenso informato dei partecipanti. La trascrizione è fedele. Il nome dei partecipanti e ogni dato che possa permettere l'identificazione loro 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 e l'utilizzo a scopo didattico e di ricerca, purché sia garantita la privacy del conversante.

Contesto

Gli incontri del Gruppo ABC si sono tenuti presso la R.S.A. Il Giardino sul Lago di Dongo. La trascrizione che segue riguarda il terzo incontro. Il gruppo è iniziato a settembre 2023 dopo un incontro preliminare di presentazione del progetto aperto a tutti i familiari ed operatori della struttura.

Partecipanti

Sono presenti al terzo incontro oltre ai due conduuttori, 1 educatore, 1 operatore e 4 familiari. Durata dell'incontro h. 1:30.

Testo: *Un momento per noi*

01. CONDUTTORE 1: Buonasera a tutte e ben ritrovate al terzo incontro del Gruppo ABC.
02. CONDUTTORE 2: Buonasera a tutte, come da tradizione iniziamo subito il nostro incontro con la lettura iniziale e vi ricordo di dire sempre il vostro nome quando prendete parola.
(Lettura d'inizio)
03. CONDUTTORE 2: La scorsa volta abbiamo sottolineato l'importanza di riconoscere le emozioni che prova il nostro caro o la persona affetta da Alzheimer con cui lavoriamo, l'importanza di rispondere sempre alle domande che ci fanno. Ci eravamo date un piccolo compito, esercitarsi sul 6° PASSO: RISPONDERE ALLE DOMANDE e sull'8° PASSO: RICONOSCERE LE EMOZIONI. Qualcuno di voi vuole raccontarci una sua esperienza? Cercate di concentrarvi sulle parole che sono state dette dal vostro caro o dall'ospite della struttura e sulle parole dette da voi.
04. ANNA: Come ho già detto la scorsa volta, mia mamma non parla praticamente più, solo qualche parola ogni tanto. Dopo lo scorso incontro ho cercato di prestare maggiore attenzione alle sue emozioni ed espressioni facciali, di rallentare i miei modi e osservarla di più. Di solito le faccio vedere foto di fiori che le piacciono tanto, dei nipoti, di noi figli e le racconto cosa facciamo a casa. Prima sono sincera non prestavo molta attenzione alle sue espressioni del viso, guardavo anche io le foto invece adesso guardo lei. Osservandola di più per cercare di capire cosa prova ho notato il cambio di sguardo. Quando le ho fatto vedere un bel fiore ha fatto un sorriso, quando le ho fatto vedere la foto di mia figlia lo sguardo è cambiato, le si sono illuminati gli occhi e ha detto anche "cara". Poi nella sala dove eravamo è entrata una signora col marito che è lì ricoverato. La signora aveva un tono di voce alto e lo rimproverava per i suoi comportamenti. Lì la mamma ha cambiato subito faccia, si è rabbuiata e la vedevo infastidita dal tono di voce e dal modo di fare della signora. Allora le ho detto "Mamma andiamo a fare un giro in Chiesa". Lei non ha detto niente ma mi ha sorriso e fatto segno di sì con la testa. Una volta in Chiesa, anche se adesso non fa più nemmeno il segno della croce, si è guardata in giro, ha sorriso e l'ho vista proprio serena.
05. CONDUTTORE 2: Grazie Anna. In una situazione come questa dove le parole non ci sono, riusciamo a capire tanto dal linguaggio non verbale, osservando appunto gli sguardi e il

comportamento dei nostri cari. Comunque ho notato che almeno una parola l'ha detta "cara". Di sicuro quella foto le ha scaturito delle belle emozioni o dei ricordi che l'hanno colpita. Quando la mamma si è infastidita per la presenza dell'altra signora ha cambiato espressione. Ricordiamoci che si può perdere l'uso della parola, ma le emozioni rimangono fino alla fine e in assenza di parole comunicheremo coi gesti, e qui ci colleghiamo al 7°PASSO: COMUNICARE ANCHE CON I GESTI E IL TONO DELLA VOCE. Qualcun altro vuole raccontarci qualcosa?

06. SILVIA: Questa settimana sono stata da una signora che seguo con la R.S.A. Aperta. Da questa signora vado settimanalmente 2 ore, più che altro come supporto al caregiver. Di solito scambio due parole con la figlia poi lei se ne va e io resto con la signora Rosa. Di solito è tranquilla e con lei facciamo qualche piccola attività, tipo sistemare dei cassetti o sistemare la biancheria. Questa volta a differenza delle altre volte era scura in volto e si può dire che ha ribaltato la casa, ha disfatto il divano, buttato a terra i cuscini, spostato sedie, non stava ferma un attimo. Non l'avevo mai vista così e mi sono trovata a disagio, capivo che qualcosa non andava ma non sapevo come comportarmi, emozioni positive non ne sono di certo passate.
07. CONDUTTORE 1: Ma la signora non diceva niente?
08. SILVIA: La signora parla poco, o meglio dice qualche parola non di senso compiuto.
09. CONDUTTORE 1: Prova a pensare a cosa ha detto in questa situazione.
10. SILVIA: Guarda, sinceramente non mi ricordo. So che quando è rientrata la figlia le ho chiesto se quel comportamento lo aveva avuto anche altre volte perché io non l'avevo mai vista così affaccendata, ma non mi ha colpito tanto l'affaccendamento ma la sua espressione e lei mi ha detto che, almeno una volta a settimana capita una giornata così, a volte anche di notte. Sembrava avesse anche le allucinazioni, vedeva i bambini in terra.
11. CONDUTTORE 2: I bambini in terra? Ha nominato dei bambini?
12. SILVIA: Sì, diceva: "I bambini, terra"
13. CONDUTTORE 2: Ecco delle parole! Sono emerse le parole della Signora Rosa. Adesso Silvia prova a ricordare cosa hai detto alla signora.
14. SILVIA: Hai ragione... ero talmente presa dalla situazione che non ci ho pensato. Allora quando lei mi ha detto: "I bambini, terra" io le ho detto "Rosa, tranquilla, non ci sono bambini", ma non credo mi abbia ascoltato.
15. CONDUTTORE 2: Proviamo a mettere sulla lavagna queste parole:
-Rosa: "I bambini, terra".
-Silvia: "Rosa, tranquilla, non ci sono bambini".
Proviamo a dare altre possibili risposte di Silvia.
16. LAURA: Io in una situazione così non saprei cosa fare e cosa dire, andrei in ansia.
17. ANNA: Io le direi: "I bambini stanno bene, stai tranquilla". Poi se mi metto nei panni della figlia e di notte la mamma ti disfa casa, insomma non è facile, forse bisognerebbe controllarle la terapia.
18. CARLA: Io direi: "Stai tranquilla".
19. ESTER: "Adesso ci penso io, tu siediti un momento".
20. ILARIA: "Sono qui per aiutarti".
21. CONDUTTORE 2: Di sicuro questa situazione non è facile, le parole emerse derivano da allucinazioni, però dobbiamo cercare di capire il motivo scatenante di questo comportamento e cercare di tranquillizzare la signora Rosa.
22. CONDUTTORE 1: A me ha colpito il fatto che questa situazione si ripete, secondo la figlia, almeno una volta a settimana o di giorno o di notte, ma non sa perché. Secondo me bisogna capire prima di tutto cosa scatena questo malessere della signora, perché in questi momenti lei per prima non sta bene. Può aver visto qualcosa alla tv che le ha scatenato ricordi particolari e di conseguenza avere questa agitazione, oppure una visita da parte di qualcuno, che però dovrebbe essere una visita ripetitiva visto che capita almeno una volta a settimana. La signora può avere un dolore, può far fatica a scaricarsi e avere semplicemente mal di pancia ma non riesce ad esprimere con le parole il suo malessere e lo esprime dicendo parole che non hanno senso o con un affaccendamento. Dobbiamo chiederci se assume qualche farmaco

- o lassativo che le provoca fastidio. Dobbiamo osservare la situazione, i comportamenti, la frequenza di questi episodi e capire cosa può aver scatenato questi atteggiamenti. Quindi prima di valutare un intervento farmacologico analizziamo bene la situazione che abbiamo davanti.
23. SILVIA: Hai ragione, ne parlerò la prossima volta con la figlia, anche la regolarità dell'alvo non è una cosa da poco e non va sottovalutata in una persona anziana.
24. LAURA: Io a questa cosa non ci ho mai pensato, non ho mai pensato che un comportamento per me strano può essere causato da un dolore, da un fastidio che ha o da qualcosa che l'ha agitato. Quando il papà aveva a casa comportamenti strani chiamavo il dottore e magari mi aumentava la terapia.
25. ESTER: Io qui sto imparando tanto, nessuno ci ha mai detto come fare, cosa guardare. Sono proprio contenta di partecipare a questi incontri.
26. LAURA: Eh sì, noi familiari siamo lasciati un po' allo sbaraglio. Ce ne vorrebbero di più di questi incontri.
27. CONDUTTORE 2: Siamo contente di essere riuscite a organizzare questi incontri.
28. CONDUTTORE 1: Bene adesso riprendiamo il nostro lavoro... Ester con tua mamma comunichi sempre con videocchiamate?
29. ESTER: Sì, sempre con videocchiamate e con lei nonostante i suoi problemi riesco a comunicare e le nostre telefonate capisco che le fanno piacere. Il problema più grosso l'ho col papà che non accetta la sua malattia, i suoi cambiamenti e la riprende per ogni suo errore, per ogni dimenticanza. Sembra sempre arrabbiato con lei e la distanza non mi aiuta.
30. LAURA: Anche mia mamma era sempre arrabbiata con lui, mi diceva che non lo riconosceva più e ogni cosa era motivo di discussione e a casa la situazione era diventata ingestibile. A malincuore per lui ho dovuto scegliere la casa di riposo. Lo portavo a casa la domenica a pranzo fino a quando una domenica entrando in casa non l'ha più riconosciuto e ha iniziato ad agitarsi perché non capiva dove l'avevo portato e dall'altra parte mia mamma si è agitata perché non capiva e non accettava quello che succedeva.
31. CONDUTTORE 2: Purtroppo non è facile. Qui tocchiamo l'11 PASSO: ACCETTARE LA MALATTIA E LE SUE STRANEZZE, RICONOSCERE DI AVERE BISOGNO DI AIUTO E LASCIARSI AIUTARE.
32. ANNA: Io sono arrivata alla decisione di mettere la mamma in casa di riposo quando un giorno, dopo che ha rifatto il letto e le ho fatto i complimenti, mi ha detto: "Non è il mio letto".
33. CONDUTTORE 1: Partiamo da qui e scriviamo sulla lavagna. Cosa direste al vostro caro che non riconosce più il suo letto? Anna tu cosa le hai risposto?
-Mamma: "Non è il mio letto"
34. ANNA: Mi ricordo che le ho detto "comunque l'hai fatto bene" poi credo di aver cambiato discorso. Ci sono rimasta male, sapevo che sarebbe arrivato il momento in cui non avrebbe più riconosciuto la sua casa, lo aveva detto la psicologa, e non ero pronta. Lì ho capito che se ormai non riconosceva più la sua casa era il momento giusto per poterla spostare.
35. CONDUTTORE 1: E voi cosa rispondereste?
36. SILVIA: "Non sarà il tuo letto ma l'hai rifatto bene".
37. ILARIA: "Questo è quello che hai da quando ti sei sposata".
38. LAURA: D'istinto prima di questi incontri avrei risposto, anche se capisco che può essere sbagliato, "Ma cosa dici? Hai sempre dormito lì".
39. CARLA: "Qual è il tuo letto?"
40. ANNA: Credo di avergli chiesto qual era il suo letto e mi ha risposto: "il mio letto è su" e si riferiva alla sua casa d'infanzia.
41. CONDUTTORE 1: Aggiungiamo:
-Mamma: " il mio letto è su".
Adesso cosa direste per mantenere viva la conversazione e fare in modo che la mamma parli volentieri?
42. ILARIA: "Com'è il tuo letto?"
43. ESTER: "Parlami di casa tua".

44. CARLA: “Raccontami qualcosa di casa tua”.
45. SILVIA: “Il tuo letto è su”.
46. CONDUTTORE 1: Adesso guardiamo le vostre risposte. Tutte, a parte Laura, avete cercato di non contraddire il vostro caro e avete concentrato l’attenzione sulle parole dette, avete ripreso spesso la parole “letto”. Silvia ha proprio riproposto in eco la frase detta dalla mamma e troviamo così il 5° PASSO: ACCOMPAGNARE CON LE PAROLE, che include la “Restituzione del motivo narrativo”, nel nostro caso parlare del letto, “Fare eco” “il tuo letto è su”, “Cercare il Punto di incontro Felice”, “Partecipare parlando di sé”.
47. LAURA: Te l’ho detto, prima di questi incontri avrei risposto così, adesso non dico che non sbaglio mai, ma cerco di dargli retta e non contraddirlo, cerco di seguire il suo discorso. Un giorno mi ha detto che eravamo a Lugano e l’ho lasciato continuare poi da solo è tornato a parlare di Dongo.
48. CONDUTTORE 1: Abbiamo già detto che non è facile, però il fatto che iniziate a pensare cosa dire, lasciargli i loro tempi, ascoltarli, non correggerli in continuazione è già un passo avanti e pian piano vedrete i risultati e noterete le differenze anche solo con gli altri familiari che non conoscono questo approccio.
49. SILVIA: Vero, a volte i parenti quando arrivano a far visita incalzano la conversazione senza lasciare spazio, pretendendo subito risposte.
50. ESTER: Questi incontri sono un toccasana per me, come vorrei che ci fosse qui anche mio papà.
51. LAURA: Quando ho aderito a questi incontri pensavo servissero soprattutto per il mio papà, ma stanno servendo a me, non a lui.
52. CONDUTTORE 2: Siamo contente di sentire queste parole visto che per noi è il primo vero Gruppo ABC con familiari, che dire... ci fa molto piacere e collegandoci alle parole di Laura ed Ester cioè: “ gli incontri sono un toccasana, servono più a me che a lui” vi presento il 12°PASSO: OCCUPARSI DEL PROPRIO BENESSERE. Se state bene voi potete dedicarvi con più energie al vostro caro, quindi prendetevi i vostri spazi senza sentirvi in colpa, come potrebbe essere il partecipare ai nostri incontri, uscire con un’amica ecc., dedicatevi del tempo.
53. CONDUTTORE 1: Ci restano cinque minuti. Volevo chiederti, Carla, come sta andando con la mamma? Se non sbaglio ora è da te.
54. CARLA: Sì, la mamma è da me adesso, è arrivata da quindici giorni e per ora tutto bene. Sto cercando di mettere in pratica tutti i vostri consigli, spero di riuscirci e passare e far passare bene il tempo che la mamma passa con me. Vi dirò a fine mese se come altre volte non la sopportavo più. (*ride*).
55. CONDUTTORE 2: Vi riepilogo i passi che abbiamo incontrato questa sera poi leggiamo la Lettura Finale. Abbiamo visto il 7° PASSO: COMUNICARE ANCHE CON I GESTI; l’11° PASSO: ACCETTARE LA MALATTIA; il 5° PASSO: ACCOMPAGNARE CON LE PAROLE e il 12° PASSO: OCCUPARSI DEL PROPRIO BENESSERE. Per la prossima volta scegliete uno di questi Passi e continuate a esercitarvi, a mettere in pratica quello che ci siamo dette.
- (*Lettura Finale*)
56. CONDUTTORE 2: Grazie a tutte e arrivederci al prossimo incontro.
57. CONDUTTORE 1: Buonanotte a tutte, a presto.

Tecniche utilizzate

- Ascolto.
- Atteggiamento non giudicante.
- Aderenza al metodo.
- Resoconto del compito assegnato all’incontro precedente.
- Giostra delle risposte possibili.
- Riassumere e commentare il lavoro svolto.
- Presentazione dei Passi incontrati.

Commento

In questo incontro sono emersi dei piccoli risultati ottenuti dai familiari con la messa in pratica dei 12 PASSI. Pian piano li stanno interiorizzando e hanno notato un cambiamento nel modo di comportarsi con i loro cari.

Hanno riconosciuto la difficoltà nell'accettare la malattia e ritengono questi incontri un percorso utile anche per il proprio benessere.