

Chi trova un amico trova un tesoro

Daniela Pellerino, counselor, conduttrice di Gruppi ABC

Durante un Gruppo ABC, una partecipante ha condiviso la sua esperienza di amica di una persona che da poco ha ricevuto la diagnosi di Alzheimer. Dopo l'incontro, ho cominciato a riflettere.

Da quando sono entrata nel mondo Capacitante mi sono occupata delle diverse situazioni di familiari, di operatori di Residenze Sanitarie, di volontari di Alzheimer Cafè, ma non ho mai focalizzato la mia attenzione sul ruolo degli amici.

Non ho esperienze personali in merito, né vissute, né trasmesse da altri, tranne quella dell'ultimo Gruppo ABC. Espongo qui di seguito alcune mie riflessioni.

Trovare un amico

Chiunque sperimenti la gioia di avere almeno un amico e di essere amico, conosce la verità esistenziale del detto *Chi trova un amico trova un tesoro*. Oltre all'esperienza personale, nelle diverse culture si affiancano le innumerevoli pagine scritte sulla ricchezza dell'amicizia.

È quindi evidente la positività della presenza di un amico accanto a chi è malato, in particolare se la malattia colpisce precocemente. Purtroppo, invece, quando il malato è una persona molto anziana, è raro che possa contare su amici ancora vivi e in salute.

Essere amici Capacitanti

Quando una malattia dementigena irrompe nella vita di una persona, i familiari sono assaliti dalla paura, dal senso d'impotenza, dalla confusione. E similmente succede agli amici.

Rimanere o Fuggire

Penso che sotto l'impulso emozionale possa affacciarsi timidamente o fortemente il dilemma: non so che cosa fare, rimango o me ne vado?

Non è facile rimanere accanto alle persone con gravi malattie, ma l'Approccio Capacitante, proprio partendo dalla consapevolezza dell'impotenza di fronte alla malattia, suggerisce di non lasciarsi bloccare dalla propria debolezza e di cercare aiuto.

Il Gruppo ABC, nato per i familiari, può aprirsi pertanto anche agli amici che iniziano così a conoscere i Dodici Passi. Potrebbero in tal modo diventare maggiormente consapevoli che la persona, pur essendosi ammalata, rimane una persona con le sue risorse e le sue competenze: può ancora parlare, comunicare, provare emozioni, dire la sua e decidere. Quindi si può ancora stare insieme a dialogare, scherzare e, a seconda dell'età e dello stadio della malattia, anche vedere film, fare gite e passeggiate, andare a bere un aperitivo, godersi una pizza o un pranzo al ristorante. C'è un "però".

Affiancare, Ascoltare, Accogliere

Ecco il "però": molto, quasi tutto, dipende dal contesto in cui vive la persona. Proprio qui assume importanza il potere amicale. In che cosa consiste questo potere?

L'amico che rimane, rimane a fianco con delicatezza e attenzione su due fronti: si affianca alla persona con disagio cognitivo e ai familiari.

L'amico Capacitante si affianca e ascolta tutto: dalle esplosioni di rabbia ai ripetuti lamenti dell'uno e degli altri. Quando si presentano nei familiari modalità diverse di affrontare la malattia, può diventare un mediatore accogliente e un testimone dell'efficacia Capacitante.

Progettare con realismo

L'amico Capacitante, sempre attento alle manifestazioni della malattia, sta a fianco, in ascolto, prende per mano l'amico disorientato e, insieme, possono progettare come vivere e cosa fare. Nella sincerità, con realismo, senza illusioni.

Progettare non per il futuro, dimensione temporale per i più anziani ormai sconosciuta, ma per il qui e ora, intriso di un passato vissuto come presente.

Quando le parole sembrano non aver più un significato, l'amico Capacitante sa individuare e riconoscerne il senso per chi le pronuncia, facilitando l'uso della parola. Si può così continuare ad essere amici che si capiscono e vivono attimi di felicità possibile.

Diventare un tesoro

Chi trova un amico Capacitante, trova un doppio tesoro? Questa è la mia convinzione e mi auguro che possa essere condivisa da chi vorrà provare a essere un amico capacitante.