

UN SUPPORTO PER CHI SOPPORTA

LA PROPOSTA DEL CLUB
SOROPTIMIST DI BERGAMO PER UN
NUOVO SERVIZIO MOLTO UTILE E
SEMPRE PIÙ NECESSARIO

EMILIA STROLOGOC

Prendiamo spunto da una lettera per parlare del sostegno che serve per chi in famiglia si fa carico dell'assistenza del genitore anziano.

LETTERA DI CARLA: UNA FIGLIA.

"Cara Dottoressa, arrivata alla soglia dei 55 anni mi trovo in una situazione complicata. Mia madre a seguito di un infortunio, non si è più ripresa. Sono entrata in un giro di badanti e di cure e la mia vita è di botto cambiata. Le chiedo aiuto perché mi sento profondamente sbagliata. Vorrei proteggere mia madre urlare e al tempo stesso abbracciarla e fuggire il più lontano possibile da lei. Mi chiedo dove sono finiti i miei progetti e la mia vita e non mi sento in diritto di farmi questa domanda."

UN PROBLEMA GENERAZIONALE

Anna è la testimone di un fenomeno generazionale che coinvolge sempre più donne, e meno comunemente, uomini, alle prese con genitori anziani o malati. Anna, 52 anni, professionista, vive con una madre ultraottantenne e vorrebbe ri-avere una vita e questa espressione manifesta il conflitto interiore che travaglia chiunque sia impegnato ad accudire chi, a suo tempo, si è fatto carico delle sue esigenze e l'ha aiutato a diventare adulto. L'appello di Anna comunica il vissuto di una relazione tramata di affetto, ma anche di angoscia, frustrazione, smarrimento e rimanda la comprensibile, umana protesta di una donna ancora giovane, la cui vita è asservita e dominata da un genitore il quale rifiuta ogni assistenza o presenza accanto a sé che non sia quella della figlia. Questa donna è la madre con la quale, poco a poco, i ruoli si sono invertiti. Quella donna, (sino a non molto tempo prima) forte, energica, volitiva, padrona di sé e dei propri atti, che rivendicava la propria indipendenza, si è trasformata oggi in una persona querula, capricciosa, dipendente, irragionevole, ostinata, insopportabilmente, ripetitiva, smemorata, agitata, irascibile che esige di essere continuamente intrattenuta e che richiede insistentemente la presenza "scontata" della figlia accanto a sé per ripercorrere con lei all'infinito i ricordi.

Con una repentina inversione di ruoli: di quella donna da "supportare" e "sopportare", Anna è diventata la madre accudente e protettiva. Questo scambio di parti suscita in Anna sentimenti ambivalenti: da un lato "si infuria" allorché - "eterna perdente"- deve discutere per ogni cosa e dall'altro si rallegra e consola per la vivacità delle reazioni interpretate come indice di permanente vitalità.

Una donna che sa scatenare rabbia e impotenza, ma capace di straziare quando con voce esile supplica: "aiutami", "aiutami a restare ancora un po' con te", "allontana i pensieri tristi, stai con me", "parlami", "fammi parlare"; oppure tenta di mantenere un pur minimo controllo quando invita: "vai pure, non preoccuparti per me", "lasciami stare", "lasciami morire" o in grado di suscitare una tempesta di emozioni che colpiscono anche fisicamente quando con un sorriso dolente domanda: "ma mi vuoi ancora bene?", "mi vuoi bene lo stesso?" e prega: "tienimi la mano", "ho paura".

È la parola "aiuto" che strazia ed esplose dirompente nel cervello e nel cuore di chi assiste impotente; ed è in quel momento che si diventa madre della propria madre o del proprio padre, si invertono i ruoli fra figli e genitori. E come ogni genitore si è sommersi dal timore di "commettere errori", di "non capire", "di non essere all'altezza del bisogno", con la consapevolezza di non "poter che navigare a vista".

PER AIUTARE ANNA.

È in questo momento che si dovrebbe poter contare su qualcuno che supporti i figli diventati genitori a instaurare con i genitori diventati figli una relazione armonica, misurata, sostenibile, a recuperare il controllo delle emozioni per non esserne travolti e sommersi. Qualcuno in grado di aiutare il figlio-genitore ad affrontare e rielaborare sensi di colpa, rabbia, impotenza, residui di antichi rancori mai del tutto sopiti, depositi di conflitti mai risolti, che riemergono in un momento critico. Qualcuno che aiuti a pensare che quanto sta accadendo è una manifestazione "naturale", che fa parte del "gioco della vita" e che l'unico vero aiuto è "esserci". Qualcuno che aiuti a comprendere come il decadimento della persona che amiamo non sia una sconfitta, l'effetto di inadeguatezze e incapacità personali di cui rimproverarsi, bensì che il peggioramento delle funzioni, la degenerazione della mente e del corpo sono un'evoluzione irreversibile alla quale non possiamo opporci. Qualcuno che sappia e insegni "cosa dire", e "cosa fare" e sappia comunicare alla mente e al cuore che devono darsi pace, senza aspirazioni di onnipotenza.

In sostanza un servizio di counseling, un corso di sopravvivenza dedicato non agli anziani, ma ai congiunti che li accudiscono, alle famiglie, finalizzato ad aiutare in particolare i figli a recidere definitivamente il cordone ombelicale, a non considerare una colpa il desiderio di fuga, di allontanamento di distacco, il bisogno di "turarsi le orecchie per non sentire", chiudere gli occhi per non assistere alla trasformazione dei genitori in "creature impoverite, immiserite e spaventate; quelle persone che, piccoli, ammiravamo e consideravamo forti, potenti e invulnerabili.

Qualcuno capace di comprendere, sostenere e aiutare a vincere la paura del "tempo che scorre lentissimamente veloce", di accettare e condividere il conflitto che ci travaglia fra l'angoscia di perdere momenti preziosi di lucidità e tuttavia consapevoli che quello che dedichiamo ad un longevissimo genitore è anche il tempo della nostra unica vita, della famiglia che a nostra volta abbiamo formato e che nemmeno quello torna più.

Qualcuno che rassicuri che non è peccato di ingratitudine ed egoismo sentirsi sequestrati, ostaggi di una persona che amiamo, ma che è umano accettare lo scoramento di dover provvedere - soli - o con un