

aiuto estraneo- alla complessità di un'assistenza che (sia essa richiesta prepotentemente o fievolmente) produce un effetto comunque devastante.

Qualcuno che possa salvaguardare dal rischio di diventare "badanti" o badanti degli stessi badanti, sui quali esercitare un assiduo controllo per mitigare i sensi di colpa.

Qualcuno che insegni a valutare e resistere alle pressanti, irragionevoli, spesso inutili, quando non dannose richieste, che non rispondono ad un bisogno reale, ma obbediscono ad una richiesta indiretta, non esplicita di rassicurazione e accettazione, ad un bisogno di garantirsi presenza, tutela e attenzione, alla ricerca di una conferma di essere ancora un valore degno di cura e di amore perché si pensa che, se i figli maturano, i vecchi non possono tornare indietro. E così prima ti spazientisci poi li compensi con un dolcetto o una carezza tentando di superare la perdita di autocontrollo (mentre crescono i sensi di colpa).

Qualcuno che aiuti a capire che spesso le motivazioni che inducono ad una reciproca insofferenza ed esasperazione tradiscono, in realtà, negli uni l'angoscia di vedersi costretti a rinunciare all'assistenza diretta per "abbandonarli" in una struttura residenziale o a mani mercenarie e negli altri la paura di sentirsi un "peso" da allontanare e rifiutare.

Qualcuno che, nell'eventualità, prevenga e prepari all'ipotesi del ricovero per non farsi sorprendere e sommergere dalle emozioni nel momento in cui diventi indispensabile ricorrere ad una struttura assistenziale.

Qualcuno che aiuti a risolvere il dilemma di decidere a chi e quanto tempo, dedicare e riservare forze, energie, pazienza e risorse; a non sentirsi riprovevoli od egoisti quando sopraggiunge il dubbio: "ma a me della mia vita che cosa rimane?" "quale soddisfazione ne traggo?" "che ne è dei miei progetti?"

Qualcuno che aiuti a non trascurare troppo se stessi, che suggerisca che non è utile a nessuno arrivare vuotati, esausti, in preda ad un tumulto di sentimenti al momento del ricovero e dell'allontanamento.

Qualcuno che, "poi", sappia supportare l'assenza e colmare il vuoto del "dopo".

Qualcuno in sostanza che all'interno di un servizio già esistente (consultorio familiare, ADI) sia formato a dare un senso agli accadimenti, a "stare vicino" per aiutare a superare l'umana ambivalenza ed offrire un sostegno alla famiglia (badanti inclusi).

La poesia che, come sempre, sa andare al cuore dei problemi, fa dire a Berthold Brecht:

"Quei vecchi che non sono abbastanza forti per chiedere amore

Che parlano ormai a bassa voce

Non si sentono più amati e questo li fa diventare tirannici

Che sono impazienti perché sanno che moriranno presto.

Quei vecchi sono i nostri vecchi."

CONSIDERAZIONI A LETTERE DI FIGLI CHE CURANO GENITORI ANZIANI: UNA RELAZIONE DIFFICILE.

Sempre più frequentemente ricorrono allo psicologo figli (soprattutto figlie) in difficoltà e debito di assistenza a genitori anziani che perdono autonomia; coinvolti in una relazione inedita di durata imprevedibile, ma tendenzialmente lunga e incerta nella sua declinazione assistenziale. Sempre più donne arrivate alla soglia dei 50/60 anni manifestano sentimenti depressivi legati al dolore, a sensi di colpa, a sensazione di impotenza per situazioni che da provvisoria emergenza si trasformano in stati cronici, causa di stress fisiopsichico. Donne sfinite dal lavoro, dalla cura della casa e della propria famiglia: donne di oltre 60 anni che non hanno più uno spazio proprio, un attimo di pace, incalzate da anziani spesso tirannici, che devono assumere continuamente decisioni, prigioniere di sentimenti di frustrazione, insofferenza, confusione, dolore, rabbia, malessere dove su tutti domina il senso di colpa e di inadeguatezza, impotenza e ambivalenza: emozioni umanamente comprensibili soprattutto quando si riscuote poco aiuto dagli altri familiari: chi lavora, chi è lontano chi ha altri impegni. Se tutto ricade su una sola persona è dura. Un tempo l'approssimarsi della perdita del genitore avveniva mediamente entro un'età (70 anni), oltre la quale si parlava di eccezione. Oggi (pur ineluttabile) è indefinitamente procrastinata nel tempo e suscita emozioni contrastanti e paradossali nei figli, che si trovano in qualche modo (anziché a elaborare il distacco e ad avviare un processo di separazione) a coinvolgersi viepiù in una relazioni di presenza e cura continue tanto più intense quanto più diminuisce l'autonomia. L'assistenza al genitore solleva sentimenti contrastanti nel figlio, oltre il dolore in sé, rende tangibile l'approssimarsi del proprio invecchiamento e dell'inevitabile avanzamento verso la prima linea; è causa di una confusione di ruoli: figli che, mentre essi stessi invecchiano, faticano a uscire dalla condizione filiale o addirittura si trovano ad assumere ruoli genitoriali nei confronti dei propri genitori.

È altrettanto vero che tale condizione, pur molto difficile, può consentire momenti di contatto e commozione profondi, mai esperiti in precedenza, consente di riscoprire in prossimità della fine una tenerezza inattesa, una possibilità di reciproco perdono, prima impensabili. Aspetti preziosi che possono costituire le nuove potenzialità di una relazione di cura destinata a durare a lungo. Una relazione che lascia più tempo per ritrovarsi prima di concludersi. Ma, questi aspetti, possono realizzarsi solo se il carico dell'assistenza all'anziano che perde autonomia viene condiviso in modo esteso e sostanziale dalla comunità sociale in tutti i suoi aspetti medico, servizio assistenziale e psicologico. La gestione solitaria di una situazione così difficile, può invece mettere in discussione, equilibri affettivi delicati e mettere a rischio la serenità e l'equilibrio di chi si assume il compito di assistenza (donne nel 99% dei casi).