

Pietro Vigorelli

DIALOGHI IMPERFETTI

Per una comunicazione felice
nella vita quotidiana
e nel mondo Alzheimer

Prefazione di **Giorgio Acquaviva**



Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con **Adobe Acrobat Reader**



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile **con Adobe Digital Editions**.

Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità o scrivere, inviando il loro indirizzo, a “FrancoAngeli, viale Monza 106, 20127 Milano”.

Pietro Vigorelli

DIALOGHI IMPERFETTI

Per una comunicazione felice
nella vita quotidiana
e nel mondo Alzheimer

Prefazione di **Giorgio Acquaviva**

FrancoAngeli/*Self-help*

Copyright © 2021 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

Indice

Prefazione , di <i>Giorgio Acquaviva</i>	pag.	9
Introduzione	»	13
1. Dal dialogo ai dialoghi imperfetti	»	19
1. Il dialogo è <i>il sommo bene</i>	»	19
2. Il dialogo di Papa Francesco	»	20
3. Sul dialogo ideale	»	20
4. Il dialogo necessita di alcuni prerequisiti necessari?	»	22
5. Sul dialogo e i dialoghi	»	23
6. Un nuovo approccio	»	23
7. Sui dialoghi imperfetti	»	25
8. Dialogo capacitante e altri modi	»	26
9. Tre assunti sulla comunicazione	»	28
10. Sul cercare di capire	»	30
11. Il dialogo favorisce la conoscenza di se stessi	»	30
12. Tanti modi di scambiare parole	»	31
13. Dialogo e conversazione	»	33
14. Sui modi del dialogo	»	34
15. Chi è che non sa dialogare?	»	35
16. Un esempio pittorico di non-dialogo	»	36
17. Sul dialogante spontaneo	»	37
18. Predisposizione positiva versus ostilità	»	37
■ Dai dialoghi quotidiani al mondo Alzheimer	»	38

2. Sul dialogo Capacitante	pag.	40
1. Sulle origini dell' <i>Approccio Capacitante</i>	»	40
2. Dall'esperienza professionale con gli anziani smemorati alla vita quotidiana	»	41
3. Il dialogo capacitante: un approccio metodologico	»	42
4. Il mezzo e il fine	»	43
5. Sulla scelta delle parole	»	44
6. Sui frutti del dialogo	»	45
7. Sul dialogo e il gioco della palla	»	47
8. Gli scopi del dialogo	»	47
9. La <i>posizione dialogante</i>	»	48
10. Sul parlare in prima persona	»	50
11. Sui tempi del dialogo	»	50
12. Uscire da sé per dialogare	»	52
13. La vicinanza/lontananza tra i dialoganti	»	54
14. Diversità, consenso, convivenza	»	54
15. I Dodici Passi del dialogo capacitante	»	56
■ Dai dialoghi quotidiani al mondo Alzheimer	»	59
3. Sull'ascolto	»	63
1. Sull'arte di ascoltare e di tacere	»	63
2. Sull'arte di ascoltare e di consigliare	»	65
3. Alcolisti Anonimi e AlAnon	»	65
4. Sull'ascolto e la sospensione d'identità	»	66
■ Dai dialoghi quotidiani al mondo Alzheimer	»	67
4. Sulle identità molteplici	»	68
1. Elogio dell'incoerenza	»	68
2. Sulle contraddizioni. Ostacolo o risorsa?	»	69
3. Sulle contraddizioni e le <i>identità molteplici</i>	»	71
4. Sulle contraddizioni come risorsa	»	72
5. Apertura verso altri Mondi possibili	»	74
6. Io monoidentitario e <i>identità molteplici</i>	»	75
7. Sul <i>non</i> riconoscimento delle <i>identità molteplici</i>	»	77
8. Sul riconoscimento delle <i>identità molteplici</i>	»	78
9. Sulla vita autonoma e le <i>identità molteplici</i> delle parole	»	79
10. Le parole sono costituenti necessari per il dialogo?	»	81
11. I Magnifici 4	»	82
■ Dai dialoghi quotidiani al mondo Alzheimer	»	82

5. Sulla parola	pag.	86
1. Il dialogo e le parole	»	86
2. Io vorrei	»	87
3. Un metodo sperimentale	»	87
■ Dai dialoghi quotidiani al mondo Alzheimer	»	88
6. Sulle emozioni	»	90
1. Con o senza?	»	90
2. Preferiamo un dialogo dimezzato?	»	91
3. Ostacolo o incentivo?	»	91
4. Che cosa fare con le proprie emozioni?	»	92
5. Che cosa fare di fronte alle emozioni dell'interlocutore?	»	93
6. Dialogo razionale o emotivo?	»	95
7. Il dialogo con i social network	»	95
■ Dai dialoghi quotidiani al mondo Alzheimer	»	97
7. Sul corpo	»	100
1. Un dialogo senza corpo?	»	100
2. Il coinvolgimento del corpo	»	101
■ Dai dialoghi quotidiani al mondo Alzheimer	»	102
8. Sul fare insieme	»	106
1. Dialogo e comportamenti	»	106
2. Sulla storia di Alessio	»	107
3. Sul dialogo e la convivenza	»	109
4. Sulla convivenza sufficientemente felice	»	110
■ Dai dialoghi quotidiani al mondo Alzheimer	»	111
9. Sugli atteggiamenti che ostacolano il dialogo	»	113
1. Sull'ostinazione	»	113
2. Tre dannati che si torturano	»	114
3. Sull'etichettare	»	116
4. Sulle parole <i>trigger</i>	»	119
5. Sull'essere categorici	»	119
6. Smettila di pensare al posto mio!	»	121
7. Sul pontificare	»	122
8. Sulla polemica	»	123
9. Sulla manipolazione	»	124
10. Sull'adulazione	»	125
11. Sui malintesi	»	126
■ Dai dialoghi quotidiani al mondo Alzheimer	»	129

10. Dialoghi impossibili?	pag.	131
1. Sul cercare giustificazioni	»	131
2. Sull'omicidio di Peppino Impastato	»	134
3. Sul dialogo epistolare tra Elvio Fassone e Salvatore M.	»	135
4. Sull'omicidio di Jo Cox	»	136
5. Che fare con chi insulta?	»	137
6. Sullo stile di Marco Pannella, combattente appassionato	»	139
7. Guerra e spirito di Ventotene	»	140
■ Dai dialoghi quotidiani al mondo Alzheimer	»	142
11. Sul dialogo ecumenico, interreligioso e tra credenti e non credenti	»	144
1. Dal dialogo ecumenico alla convivenza	»	144
2. Scegliere parole che avvicinano	»	145
3. Sull'incontro tra persone	»	147
4. Sul non porre condizioni	»	148
5. Sull'assassinio di padre Jacques Hamel	»	149
6. Sulla strage di Dacca	»	150
7. C'è spazio per un dialogo tra credenti e non credenti?	»	151
8. Sul dialogo tra (diversamente) credenti	»	153
9. Papa Francesco con Eugenio Scalfari	»	153
10. Papa Francesco e il Grande Imam Ahmad Al-Tayyeb	»	155
11. Papa Francesco e il Grande Ayatollah Al-Sistani	»	156
■ Dai dialoghi quotidiani al mondo Alzheimer	»	157
Epilogo	»	158
L'Autore	»	160

Prefazione

di *Giorgio Acquaviva**

Il mondo è malato. Se non ce ne fossimo accorti prima, la pandemia da Covid-19 dovrebbe averlo mostrato chiaramente. E questo al di là delle risposte eroiche di resistenza e desistenza che pure ci sono state, ora più o meno, un po' dappertutto. Il “nostro mondo” (il migliore dei mondi possibili, secondo alcuni) se n'è andato. Ci accingiamo alla ricostruzione. Ma questo sarà un altro discorso.

Fatto sta che *questo* mondo è malato. Perché malati sono i rapporti. Malate sono le parole.

Pietro Vigorelli ha lavorato per alcuni lustri *con e per* i malati di Alzheimer, come medico, psicoterapeuta, organizzatore e conduttore di corsi specialistici. È stato vicino e ha interagito con *anziani smemorati e disorientati*. E ha scoperto che quelle caratteristiche patologiche sono diffuse al di là della stretta categoria dei malati ufficiali. E ha pensato che fosse utile e opportuno mettere in ordine e presentare, a un pubblico più ampio, la sua metodologia e la sua esperienza, mostrando cosa si è fatto e cosa si fa nel mondo – nei campi più diversi e da parte di attori diversi – per comprendere/affrontare/guarire ciò che rende il mondo così sordo, chiuso, incapace di comunicare. Malato, insomma.

Quale patologia? Caro lettore che hai fra le mani questo libro: non credi che la nostra società soffra di *smemoratezza e disorientamento*? Non ve-

* Giornalista.

di quanti di noi dimenticano perfino l'esistenza della Giornata della Memoria (Shoà) e della Giornata del Ricordo (Foibe)? Non ti sei accorto di quanto difficile sia il dialogo interpersonale nelle famiglie e nelle situazioni comunitarie, quel percorso comunicativo che permette di capire e farsi capire?

Non stiamo parlando dei dialoghi descritti dai manuali di conversazioni idilliache e appaganti, che poi di fatto non esistono o sono molto rare e difficili. Parliamo della realtà vera, in cui si moltiplicano i *tentativi* di comunicare, in cui diventa importante esprimersi con parole ben scelte e calibrate per poter interagire. A volte si riesce perfino a ridare un senso a ciò che si dice e si ascolta, a volte invece si riconosce solo *l'intenzione* nel cominciare a comunicare. Insomma, la situazione più frequente è quella descritta dalla espressione *Dialoghi Imperfetti*, come recita il titolo.

Vigorelli spiega che se si vuole davvero dialogare è fondamentale un nuovo approccio, perché spesso il dialogo è stato equivocato e strumentalizzato. E invece va cambiato il centro dell'attenzione. Il dialogo non deve avere come scopo il convincere l'interlocutore, ma – partendo dal riconoscimento dell'altro come persona e coltivando l'arte dell'ascolto – puntare a *una convivenza sufficientemente felice, qui e ora*.

Sembra facile, verrebbe da dire. In effetti facile non è, come quando ci si trova di fronte un anziano malato di Alzheimer e i tentativi di scambio verbale si infrangono contro una scarsa o nulla capacità di gestire la memoria o la logica di un discorso, fra sofferenza e grida e silenzi immoti. E allora si fa (si *dovrebbe* fare) ricorso a forme di comunicazione non verbale, fatte di corporeità e emozioni, disponibilità e empatia.

Si chiama *Approccio Capacitante* il metodo sperimentato da Pietro Vigorelli, che permette di cercare vie di uscita da situazioni di comunicazione apparentemente bloccate, attraverso il riconoscimento della complessità della realtà. Perché ciascuno di noi ha in effetti identità molteplici, vive contraddizioni, fatica a essere coerente. Per scoprire poi che la coerenza è certamente un valore ma può essere anche una gabbia e l'incoerenza a volte esprime voglia e capacità di cambiare, addirittura immaginare altri mondi possibili.

Utopia? No, perché il nostro vivere è mettersi per strada insieme, sapendo da dove si parte ma non dove si arriverà. Da anni ormai i familiari di vittime del terrorismo e i responsabili di atti violenti stanno dialogando, faticosamente ma in maniera continuativa e costruttiva. Qualche esempio. In Sudafrica la Commissione per la Verità e la Riconciliazione ha permesso l'uscita dall'Apartheid. I Vescovi di Roma dopo secoli di gelo riescono a parlare, pregare e lavorare insieme ai Patriarchi di Costantinopoli e di Mosca e anche i fratelli e le sorelle delle Chiese evangeliche e protestanti. A

Londra da anni c'è un sindaco musulmano. L'Europa è l'unico continente senza pena di morte. E gli esempi potrebbero moltiplicarsi.

A dispetto delle apparenze “apocalittiche”, c'è voglia di dialogo per se stessi, come bene in sé. In giro per il mondo opera senza fare rumore una rete di *resilienza del bene* che contrasta le ondate di odio e lo spirito di vendetta. C'è volontà di camminare insieme. Ne è dimostrazione il documento sulla Fraternità Universale firmato ad Abu Dhabi da Papa Bergoglio e dall'Imam di Al Ahzar de Il Cairo, cioè dai rappresentanti delle due più numerose comunità religiose del pianeta.

Questa volontà di dialogo ha già dato i suoi frutti, a livello micro nelle nostre povere vite, e a livello macro sbloccando incomprensioni di secoli. Che aspettiamo a farne il paradigma di fondo della nuova ri-costruzione e ri-nascita che ci aspetta?

Introduzione

Come è nato il mio interesse per i dialoghi imperfetti

Negli ultimi quindici anni ho tenuto innumerevoli corsi e seminari sull'*Approccio Capacitante*. I corsi sono rivolti agli operatori delle RSA e ai familiari di anziani smemorati e disorientati e hanno come primo obiettivo di migliorare la capacità di parlare e comunicare in situazioni di difficoltà. Al termine di ogni percorso formativo ho l'abitudine di chiedere che cosa ciascuno porta a casa dell'esperienza fatta. Le risposte più frequenti sono:

- ho migliorato la mia capacità di ascoltare;
- ho imparato qualcosa che mi serve anche nella vita di tutti i giorni, col compagno, i figli, gli amici, i colleghi.

Se penso poi alla vita di tutti i giorni, mi rendo conto che anche in condizioni “normali” può essere difficile farmi capire e capire l'altro. Nella vita quotidiana ci sono incomprensioni, non ci si sente capiti, ci sono parole che feriscono e che bloccano la conversazione. Il risultato è un disagio, una frustrazione, qualche volta un'arrabbiatura. Dal dialogare pacatamente si passa alla discussione o alla polemica. Qualche volta s'impara inconsapevolmente a evitare gli argomenti di diversità e di conflitto per preservare la continuità del rapporto interpersonale. E il rapporto s'impoverisce. La

soluzione trovata per un problema (evitare i conflitti) ne ha causato un altro (restare superficiali, non condividere).

La relazione diventa infelice e *si sente il bisogno di un approccio diverso*.

Mi è cresciuta nel tempo un'ansia, una sete, di riuscire a dialogare, dialogare con tutti e con soddisfazione reciproca. Il desiderio è evidentemente utopico, perché bisogna essere in due a volerlo.

Continuando però nel mio percorso di ricerca di dialogo mi sono reso conto che se io per primo mi pongo in una *posizione dialogante* è più probabile che il dialogo abbia luogo. Se poi ci sarà un fallimento sarò comunque contento per il mio tentativo. La posizione dialogante è soddisfacente in se stessa, non ha bisogno di raggiungere dei risultati.

Perché occuparsi di dialogo?

Ci sono famiglie in cui regna un dialogo franco e giocoso. I genitori sono sereni e i figli crescono bene: giocano, litigano, si ribellano e disobbediscono senza intaccare gli affetti familiari. Succede più spesso nelle famiglie numerose.

Ci sono ambienti di lavoro dove l'abitudine al dialogo è tanto radicata e diffusa da essere contagiosa: anche i nuovi arrivati trovano normale e piacevole dialogare con i colleghi. Le energie di ciascuno sono finalizzate al raggiungimento di obiettivi condivisi e non si sprecano energie per gestire conflitti interpersonali. Pare che succeda spesso nelle start up di giovani con altri giovani o nelle grandi aziende della Silicon Valley.

Queste situazioni idilliache esistono ma non saranno al centro dell'attenzione nelle pagine che seguono. Quando tutto va bene non c'è bisogno di alcun intervento correttivo.

Il mio interesse si rivolge invece a quei casi in cui il dialogo è soffocato da incomprensioni, discussioni, polemiche e conflitti. Quando tante energie, più o meno consapevolmente, vengono sprecate per ostacolare il dialogo e per paralizzare i dialoganti, piuttosto che per cercare di vivere e convivere in modo sufficientemente felice.

Situazioni in cui al posto del dialogo ci sono conflitti e sopraffazioni sono frequenti sia nelle famiglie che negli ambienti di lavoro e nei gruppi di amici. Gli stessi problemi, su scala più ampia, si possono verificare tra gruppi di opinione, all'interno dei partiti politici e tra i partiti, tra datori di lavoro, dirigenti, operai e impiegati e, su scala ancora maggiore, tra nazioni e blocchi di nazioni.

Nelle pagine che seguono mi occuperò di alcune di queste situazioni, facendo riferimento a eventi personali e della cronaca, per dare un contributo a far sì che dove oggi si fa fatica a parlare, dove le parole sono *malate* e il dialogo è fonte di disagio o sembra impossibile, domani si possano trovare parole nuove che costruiscano un dialogo, anche se imperfetto. E che favoriscano una *convivenza sufficientemente felice*.

Che cos'è il dialogo?

Se fossi partito da questa domanda non avrei mai scritto un libro. Ho preferito prendere la parola così come l'ho ricevuta in dono, un giocattolo di sette lettere, e cominciare a giocare. Che cos'è questo giocattolo lo scopriremo insieme, un po' alla volta, giocando. Ci accorgeremo anche che quando abbiamo a disposizione un giocattolo, se abbiamo l'accortezza di non leggere le istruzioni, possiamo farne tanti usi diversi. Dal punto di vista del giocare, non c'è un uso giusto e un uso sbagliato. C'è solo il riuscire a giocare oppure o no. Nel nostro caso riuscire a giocare insieme, per lo più usando le parole.

È interessante notare che questa scoperta l'ho fatta lavorando con gli anziani smemorati e disorientati, con quelle persone con cui si pensa che non valga neppure la pena di parlare.

Le radici prossime della ricerca

Eravamo all'inizio degli anni duemila e ho cominciato a occuparmi di dialogo con grande interesse, tanto da scrivere un primo libro *La conversazione possibile con il malato Alzheimer* (2004). Dalla pratica professionale sono poi passato alla ricerca, alla ricerca cioè di parole da scegliere per riuscire a parlare e a stare bene insieme anche in situazioni di estrema difficoltà.

Il frutto di questa ricerca è l'*ApproccioCapacitante*[®] cui talvolta farò riferimento, senza trattarlo in modo specifico e rimandando chi fosse interessato ai libri sull'argomento citati nel sito www.approcciocapacitante.it.

Queste sono le radici prossime dell'ispirazione del libro anche se in questa sede prenderò le distanze dal mondo delle persone con demenza per occuparmi prevalentemente di dialoghi tra persone cosiddette normali.

Se questo secondo tipo di dialoghi sia più facile o più difficile lascio al Lettore di giudicare.

Camminare insieme e dialogare

C'era il fresco della sera, il peso dello zaino, il rumore dei passi e quello del bosco. Ho passato tante sere della mia adolescenza, camminando sotto le stelle o sotto la pioggia al sabato sera. Eravamo un gruppo scout di duri e puri, il MI XIII. Si diceva che i valori entrano dai piedi, l'amicizia si costruisce camminando insieme. È vero. Poi ho scoperto anche il senso metaforico di questo camminare insieme.

Il dialogo è la via umana (...) di costruire insieme un senso; è un metodo (meta-odos) che diventa sinodo (syn-odos), cammino fatto insieme¹, scrive Enzo Bianchi.

Chi legge potrà facilmente ricordare un'amicizia, un dialogo importante, nati camminando insieme in senso proprio o metaforico: un compagno con cui ha condiviso la fatica dello studio e l'ansia degli esami, un collega con cui ha realizzato un progetto, un compagno occasionale con cui durante una vacanza ha condiviso un pezzo di strada.

Non solo parole

Non si dialoga solo con le parole. È ovvio che sia così. Il dialogo è una forma di comunicazione e tutti sanno che non c'è solo il linguaggio verbale per comunicare. C'è anche il linguaggio non verbale. Studi di psicologia sperimentale hanno addirittura dimostrato che quando c'è una discrepanza di messaggio tra il verbale e il non verbale, a prevalere è quello trasmesso col linguaggio non verbale.

Quando il dialogo è difficile, quando c'è una grande distanza culturale tra i dialoganti, quando gli interessi di ciascuno tendono a dividere e a rendere infelice o impossibile il dialogo, *fare insieme, camminare insieme, vivere insieme* per qualche ora e qualche giorno, *cucinare, mangiare e lavare i piatti insieme*, sono tutte operazioni che favoriscono il dialogo.

Riprenderò questa considerazione nelle pagine che seguono, in particolare quando accennerò agli incontri ecumenici tra Patriarchi e a quelli tra ex brigatisti e parenti delle vittime, incontri-dialoghi che faranno quasi da filo conduttore di questo nostro percorso, insieme a tanti esempi molto più semplici tratti dalla vita quotidiana.

1. Bianchi E., "Quando credenti e non credenti cercano insieme la verità", in Papa Francesco, Scalfari E., *Dialogo tra credenti e non credenti*, Einaudi, Torino, 2014, p. 111.

Il lettore e il percorso del libro

Con questo libro intendo rivolgermi a chi si occupa del mondo Alzheimer a vario titolo e, più in generale, a tutte le persone interessate a migliorare la propria capacità di dialogo nella vita quotidiana.

Il mondo Alzheimer, quel mondo che ruota attorno agli anziani smemorati e disorientati, è costituito da tutti gli operatori che lavorano nelle RSA, nei Centri diurni e sul territorio. Le persone che si muovono nel mondo Alzheimer sono una moltitudine, con competenze diverse, tutte necessarie per una buona assistenza: animatori, arteterapeuti, assistenti sociali, coordinatori, educatori, fisioterapisti, formatori, infermieri, logopedisti, medici, musicoterapeuti, operatori dell'assistenza (OSS, ASA), psicologi, psicomotricisti, responsabili di struttura, terapisti occupazionali e volontari.

Ma al centro di questo mondo ci sono soprattutto i familiari, le vittime nascoste della malattia. Anche loro necessitano di attenzione, di cura e di strumenti nuovi per affrontare i cambiamenti imposti dall'arrivo di un intruso in famiglia: l'Alzheimer o un'altra forma di demenza.

In questa Introduzione ho spiegato l'origine del libro, sono partito dall'esperienza che vivo nel mondo Alzheimer e mi sono poi interrogato se quello che via via ho imparato potesse essere utile anche nella vita quotidiana in altri ambienti: la famiglia, il lavoro, gli amici e la società civile.

Sono nati così i vari Capitoli che si concludono con un ritorno, dalla vita quotidiana al mondo Alzheimer, per fornire spunti di riflessione e strumenti nuovi agli operatori, anche a quelli che non hanno letto i libri precedenti sull'*Approccio Capacitante*.

Dal dialogo ai dialoghi imperfetti

1. Il dialogo è *il sommo bene*

Il punto di vista dell'*Approccio Capacitante* riguardo al dialogo s'interseca con quello socratico.

Com'è noto, Socrate (470/469-399 a.C.) considera il dialogo uno strumento per svelare (togliere i veli a) la verità, per rendere evidente quello che è nascosto (alethéia – la verità – significa non nascosto).

D'altra parte ritiene che la verità sia irraggiungibile; il risultato del dialogo socratico come strumento di conoscenza consiste nell'arrivare alla consapevolezza di sapere di non sapere.

Qual è allora l'utilità, il valore, del dialogo?

Quando Socrate lo definisce come *il sommo bene* (to dialégesthai esti to meghistòn agathòn – il dialogare è il sommo bene) utilizza un verbo, non un sostantivo, fa cioè riferimento all'azione del dialogare. Così facendo sembra alludere al fatto che il valore del dialogo non sta tanto nel progresso della conoscenza, quanto nel dialogare stesso (to dialégesthai).

Mi piace intravedere in questo pensiero socratico un'assonanza col punto di vista capacitante, dove *il valore primario del dialogo non sta nella conoscenza che si amplia, ma nella qualità della convivenza tra i dialoganti che si realizza mentre dialogano.*

Restando alla corrispondenza col pensiero socratico, possiamo dire che il dialogo ha un valore teorico (svelamento delle false credenze,