

Metodo Validation

relazionarsi cuore a cuore con i grandi anziani

Di Cindy Fogliani

In tutti gli ambiti e ad ogni età, la qualità di un accudimento è, soprattutto, qualità della relazione. Le basi di una relazione di qualità sono rispetto, ascolto, accoglienza, amorevolezza incondizionati. Qualità a cui non è sempre facile accedere, ancor più quando siamo in relazione con persone anziane che ci pare di non poter raggiungere, rivolti come sono a una dimensione a noi invisibile, distante, sconosciuta. Il metodo Validation è nato per costruire ponti tra l'anziano disorientato e coloro che se ne prendono cura. Validation (dal latino: accompagnare, dall'inglese dichiarare valido, legittimare) è stato ideato nel 1963 dalla psicologa statunitense Naomi Feil la quale, attiva professionalmente con gli anziani che venivano isolati perché troppo disturbanti, ha compreso che non serve a nulla cercare di trattenerli nella nostra realtà. Essi sono intrappolati in un altro mondo e necessitano ascolto, condivisione emotiva, così da sentirsi compresi. Ed è proprio il lavoro sulle emozioni ad essere la base del metodo Validation, che favorisce l'empatia, ovvero permette di accedere a un dimensione che rende possibile l'incontro con l'altro, al di là delle differenze di ognuno.

«Sappiamo che c'è sempre una motivazione profonda dietro ogni comportamento umano. Per questo non ha senso cercare di correggere il comportamento, generando inutili resistenze. Con il Metodo Validation® l'obiettivo è capire i grandi anziani disorientati, prenderli sul serio, valorizzarli», affermano le ideatrici dell'Organizzazione VASI AVO (Organizzazione Validation® autorizzata) nata lo scorso marzo nella Svizzera Italiana, che hanno l'obiettivo di promuovere in Ticino, attraverso momenti informativi e la formazione ufficiale al metodo, un metodo che praticano o hanno praticato in prima persona nella loro relazione di cura con gli anziani. Tra di loro vi sono le assistenti di cure Heidi Bontadelli, Anna Vencato e Sabrina Lepore.

Chiediamo loro cosa è cambiato sul lavoro da quando utilizzano il metodo Validation.

«Durante la mia esperienza lavorativa e di insegnamento ho potuto constatare come questo metodo permette di migliorare l'atteggiamento nei confronti dell'anziano, che viene riconosciuto come essere unico e accompagnato nel miglior modo

possibile verso una «morte in pace», ci dice la promotrice della nuova organizzazione Heidi Bontadelli.

Anche per Anna Vencato il metodo ha permesso un approccio più coinvolgente, empatico, non solo di cura ma di conoscenza della persona per un arricchimento della relazione da entrambe le parti. «Nel quotidiano vi sono momenti non sempre facili da affrontare», afferma Sabrina Lepore Castelli, «il metodo Validation aiuta gli operatori facilitando la comunicazione».

In che modo gli anziani beneficiano di questo metodo? Può farci esempi concreti?

H.B. «Chi pratica il Metodo Validation ha capito che il benessere degli anziani passa dalla possibilità di esprimere vissuti, emozioni, di sentirsi ascoltati e capiti. L'anziano va sempre preso sul serio, anche quando accusa ingiustamente il suo vicino di avergli rubato il portamonete; oppure biasima tutti affermando che solo lui sa fare le cose per bene. Oppure quando l'anziano disorientato asserisce con forza di voler andare a

La qualità dell'accudimento passa dalla qualità della relazione.





L'anziano va sempre preso sul serio, anche quando è imprigionato in una realtà diversa dalla nostra.

casa ad accudire i figli che tornano da scuola (quanta ansia, solitudine, paura nelle loro espressioni!). E ancora gli anziani nella terza fase, che ripetono sempre gli stessi movimenti e si sono ritirati del tutto dal mondo».

Il metodo è applicato in oltre 30'000 strutture geriatriche al mondo. Quanto è presente attualmente in Ticino?

H.B. «Il Metodo Validation è oggi applicato in diverse strutture della Svizzera Italiana. Insegno il metodo dal 2007 al personale delle case per anziani e a chi lavora a domicilio. Finora 1'200 persone hanno frequentato il corso base, 116 operatori hanno raggiunto il primo livello di formazione, 28 il secondo, 7 il terzo e 5 il quarto, che è il livello docenti».

Praticare l'empatia, il non giudizio, lasciare andare le aspettative non sono compiti facili. In che modo il metodo Validation supporta nell'attivazione queste qualità? Grazia Benvenega. «L'empatia, oggetto di studio da molti anni, è un fenomeno complesso, tuttavia dagli anni Ottanta, attraverso teorie e modelli di riferimento anche nell'ambito delle neuroscienze, abbiamo una visione più completa ed integrata.

Pare che la capacità di empatizzare abbia una base neurobiologica: i neuroni specchio, tra gli elementi essenziali della comunicazione emotiva, sono implicati nei processi della comprensione verso l'altro funzionando appunto come uno specchio. L'empatia è in primis un fenomeno naturale, il metodo Validation apre certamente la strada ad un maggior contatto con essa e aiuta l'operatore a sviluppare e perfezionare la consapevolezza emotiva. Guardare dentro di sé secondo noi è il primo passo verso la costruzione di una relazione d'aiuto efficace».

A chi è destinata la formazione?

H.B. «I corsi d'introduzione e i corsi base sono destinati a chi è interessato ad apprendere un metodo per comunicare con i grandi anziani, e approfondire soprattutto l'atteggiamento convalidante. I corsi certificati presuppongono una pratica sul posto di lavoro e permettono di apprendere e mettere in pratica tecniche verbali e non che, registrate in video, potranno essere rielaborate con l'aiuto dell'insegnante».

I mutamenti sempre più veloci della società hanno diminuito sensibilmente la considerazione verso gli anziani. Un grande anziano disorientato ha ancora qualcosa da insegnarci?

«Oggi sempre più anziani sono confinati in apposite strutture che si stanno velocemente sviluppando. La società cambia ed è inevitabile che cambino le esigenze anche nei rapporti interpersonali. Non dovrebbe invece cambiare il valore che diamo alle persone. Il grande anziano ci ricorda che la vita è un ciclo che si ripete. I nostri anziani si sono dovuti adattare a grandi cambiamenti, hanno vissuto modifiche del ritmo lavorativo, del costume sociale, delle tecnologie. Pertanto hanno memorie e insegnamenti essenziali per il prosequio della

società, peccato che li perdiamo di vista, li troviamo scomodi, non ci ritagliamo il tempo per ascoltarli, osservarli», ci dice Anna Vencato a cui fa eco Sabrina Lepore Castelli: «La persona anziana ha sulle spalle un bagaglio di esperienze considerevole, ha messaggi importanti da trasmettere. Ascoltiamo gli anziani con rispetto in quanto ancora oggi sono una grande fonte di saggezza».

«Le esigenze sociali cambiano. Non dovrebbe invece cambiare il valore che diamo alle persone».