

L'accompagnamento spirituale al morente/2

Finalità e obiettivi della relazione d'aiuto

Sr. M.Giorgia Mana¹, Sr. Ida Mana², Federica Gagna², Alessandra Agrò², Daniela Murtas²

¹Assistente Spirituale presso il Presidio Sanitario San Camillo di Torino

²Infermiere Professionale presso la Fondazione F.A.R.O. onlus di Torino

Premessa

Comunicare è un bisogno fondamentale dell'essere umano. Dalla nascita alla morte l'uomo cerca un "tu", cerca comunicazione. Il bambino cerca la madre..., il morente cerca uno sguardo, una mano, un cuore... Quando la relazione umana viene meno, la persona si aliena, si spegne. Il suo equilibrio psichico, infatti, è in gran parte determinato dalla qualità delle relazioni. La linfa della vita sono i nostri rapporti con gli altri. In una cultura che soffre di "incomunicabilità" e di carenza di relazioni vere, pur avendo a disposizione enormi mezzi di comunicazione, ci si interroga sul come dare risposte adeguate ai bisogni reali di chi è in difficoltà, di chi vive, ad esempio, il tempo della malattia e del morire.

La Relazione d'Aiuto (RA) vuole essere una precisa risposta a questa ordinaria necessità e offrire un servizio di tipo relazionale fatto di

attenzione, di ascolto, di dialogo e di sostegno a chi in qualche modo lo richiede.

Obiettivo primario della RA è il "prendersi cura" dell'altro, è un diventare compagni di viaggio (accompagnatore e paziente); questo non elimina la situazione negativa che il morente sta vivendo, ma lo aiuta ad affrontarla e a viverla in modo diverso. "Insieme" si porta il peso della malattia.

Prendersi cura

Va subito detto che l'accompagnamento spirituale non equivale a un accompagnamento religioso del malato. La fede religiosa può essere presente nella vita della persona da assistere, ma può anche mancare del tutto, mentre il bisogno spirituale appartiene a tutti indistintamente (anche se alle volte ne siamo più o meno coscienti), in quanto nasce da una dimensione antropologica. La dimensione spirituale è molto più vasta di quella religiosa.

Pertanto, l'aiuto spirituale al morente va garantito come risposta a un suo bisogno fondamentale, come risposta a un diritto che non si può disattendere.

Parlare di "approccio globale" al malato significa proprio questo: prendersi cura della globalità della persona: corpo, psiche e spirito, cioè, significa prendersi cura della globalità dei suoi bisogni.

Quali sono i bisogni del malato? La persona malata necessita di cure fisiche, di sostegno psicologico e, non di meno, di aiuto spirituale. Il malato si attende un aiuto anche a questo livello: egli aspetta che qualcuno si interessi di lui. Non basta il controllo dei sintomi, non basta "trattare, lenire, somministrare". Occorre un "di più".

A chi spetta questo compito? Mentre l'assistenza religiosa viene data da una figura precisa, cioè da un ministro di culto o da un rappresentante religioso, l'assistenza spirituale può essere data da chiunque abbia maturato in sé un senso

di umanità e di responsabilità tale da consentirgli di prendersi cura, a livello spirituale, di un proprio simile che sta vivendo il tempo del morire.

In una parola, tutti abbiamo questo diritto/dovere. Tutti dovremmo prepararci e renderci disponibili a questo compito, operatori sanitari e non, familiari, volontari, amici e conoscenti. Ciascuno di noi può dare RA attraverso l'azione, l'ascolto, il dialogo, la presenza. Anche il medico deve e può prendersi cura dello spirito del paziente. Non per nulla da anni, in America, nei corsi formativi universitari vengono inseriti Corsi di Spiritualità. Sicuramente il tempo da dedicare a questo servizio verrà dato in misura diversa, a seconda delle possibilità concrete di ciascuno, ma qui, più che il tempo, conta il modo in cui si lavora. È la qualità del tempo che lascia il segno, non la quantità. L'accompagnatore deve essere un "esperto in umanità", e non il mago che risolve i problemi della gente: è un compagno di viaggio capace di incentrare la R.A. sulla persona e non sui problemi che essa ha. L'arte di saper guardare alla persona per quello che essa è (morente) e che vive in questo momento (disagio e sofferenza) si apprende strada facendo.

Cosa significa relazione d'aiuto

Aiutare, come si è già detto, significa andare incontro ai bisogni del morente, cioè prendere in considerazione il suo vissuto, i suoi deside-

ri, le sue sensazioni: paure, reazioni, dubbi... Tutta la psicologia del malato è pervasa dalla paura di non essere più amato, la paura di non farcela, la paura della morte, di dover recidere legami affettivi, la paura del passaggio verso l'ignoto, la paura di essere abbandonato... A volte egli vive sensi di colpa, vuoto interiore, lacerazioni, mancanza di "senso", rancori, rabbia, ansia, senso di fallimento, crisi esistenziale... e al tempo stesso sente il bisogno di riemergere, di liberarsi, di provare pace, bontà e tenerezza. Sente la voglia di vivere ancora, sente il bisogno ineludibile di relazioni significative.

Ciò è spiegabile. È importante per noi capire che il malato avverte e vive nella sua interiorità la gravità della malattia e la vicinanza della morte. Sarebbe liberatorio per lui poterne parlare, poter esprimere questi stati d'animo così pesanti e contrastanti in presenza di qualcuno; ma per potere fare questo ha bisogno di sentirsi accettato e amato così com'è; deve sentire fiducia e avere la certezza che non sarà giudicato e non sarà tradito. Dare al malato la sensazione di stima, benevolenza e comprensione, significa aiutarlo ad aprire il suo cuore, vuol dire porre le premesse per iniziare una RA. Se si è capaci di creare questo clima di fiducia e di attenzione amorevole, la comunicazione relazionale nasce, cresce e diventa "terapia" tanto più efficace quanto più sgorga da un'esperienza interiore.

Si potrebbe parlare qui dell'importanza dell'ascolto nella RA, ma lo

faremo in seguito. Può essere utile soffermarci su alcune considerazioni di carattere più generale.

Ci sono oggi valori e controvalori trasmessi dalla cultura dominante, dalle strutture, dalla famiglia, i quali incidono fortemente sulla formazione e sulla vita della persona, e che a volte sono contraddittori e mettono in crisi. Non è sempre facile fare chiarezza e scegliere le priorità valoriali in momenti così difficili come quelli che può presentare la malattia. L'accompagnatore, che conosce la strada, può a volte essere d'aiuto, con discrezione e rispetto del passo dell'altro, senza volersi sostituire alle sue responsabilità.

Proprio lì si vuole giungere: aiutare il soggetto a mettersi in ascolto del suo mondo interiore, delle sue risorse profonde, dei suoi valori spirituali, per giungere a trovare in se stesso le risposte ai suoi interrogativi, a trovare un motivo per andare avanti, per gestire nel migliore dei modi le proprie emozioni e ridare senso alla propria vita. La terapia è fondata sul senso. Victor E. Frankl insiste nel dire che "la maggior preoccupazione dell'uomo non è la ricerca del piacere o il tentativo di evadere il dolore, ma la comprensione del senso della vita. Ecco perché l'uomo è perfino disposto a soffrire, a condizione però di sapere che le sue sofferenze hanno un significato".

La malattia, il dolore, la morte in sé non hanno un senso. Occorre saper dare loro un senso. Lo psicologo e terapeuta Paolo Monfomoso sottolinea proprio questo concetto:

“Non sono la salute o la malattia a dare o a togliere senso alla vita, ma è il senso della vita, che uno ha o non ha, a dare senso o meno alla salute o alla malattia”.⁽¹⁾

Si ritrova un senso se c'è un motivo per sperare, per vivere, un motivo che “ne valga la pena”, anche quando l'oggi è drammaticamente segnato. Stabilire una buona RA con il paziente può valere la pena, può avere un senso perché può diventare un punto d'appoggio per rimontare. Fatto il primo passo, gli altri verranno di conseguenza, fino a trovare il modo di valorizzare ancora le risorse residue, fino a trovare il modo di riempire al meglio il tempo che rimane da vivere.

Per il sofferente, accorgersi che ha ancora delle qualità da spendere oggi è importante e vitalizzante; il sentire di essere amato, apprezzato, compreso e seguito lo fa stare bene; e se il cuore sta bene, la mente si calma, diminuiscono le paure e le difese, cambiano la qualità della vita e il senso dell'esistenza, si entra nello spirito della fiducia, della speranza e dell'amore: l'amore dato e ricevuto. L'amore vero, quello che

sazia. Ecco il senso!

Abbiamo detto che la malattia e il dolore non hanno senso in sé, ma dobbiamo aggiungere che, se sono attraversati dall'amore, acquistano senso, significato e valore. E sarà ancora l'amore a orientare e guidare verso ciò che ci trascende e ci realizza nel profondo. Quando si ama tutto acquista un senso.

Credente o no, il morente cerca questo senso quando vuole rivedere la sua vita, rendersi conto, fare un bilancio... quando desidera riconciliarsi o donare ancora qualcosa agli altri per esprimere amicizia... Non sempre però la ricerca di senso è così palese. A volte il morente si abbandona al silenzio in attesa dell'esodo, ma nel suo spirito continua un lavoro interiore di trasformazione. In questi momenti lo stare accanto, rispettoso e silenzioso, tenendolo per mano e/o suggerendogli le parole più adatte, sono il modo migliore di accompagnare. Concludendo, possiamo affermare che la finalità propria dell'accompagnamento spirituale al morente è la ricerca di senso e di significato della vita, è di seguire il paziente in questo percorso di metamorfosi e

di “trasfigurazione”, facendo leva sulle motivazioni e sulla responsabilità personale.

Ci sembra bello terminare questa riflessione con un pensiero del noto scrittore francese cantore della vita C. Bobin:

“la bellezza della vita è nel suo essere fragile, timida, passeggera, mortale. Se si toglie la morte, allora si è perduti nel nero: la morte è il sole della vita. Dio sta appena dietro a questo sole.”

Dietro questo sole, Qualcuno ci attende. Abbiamo tutti bisogno di sapere che qualcuno ci aspetta!



Bibliografia

1. Paolo Monfomoso. *Aiutare alla Speranza, Counselling per chi abita lo spazio del soffrire*. Ed Camilliane, Torino 2002 Cf p 69.