

Con il patrocinio di:



Prendersi cura nel Fine Vita

Costruire la Cultura del Fine Vita

A cura
di: Mencacci Elisa.
Psicoterapeuta,
Tanatologa

Con il contributo non
condizionante di:



Prendersi cura nel Fine Vita

Costruire la Cultura del
Fine Vita.
Il coraggio di guardare,
le parole per dirlo.



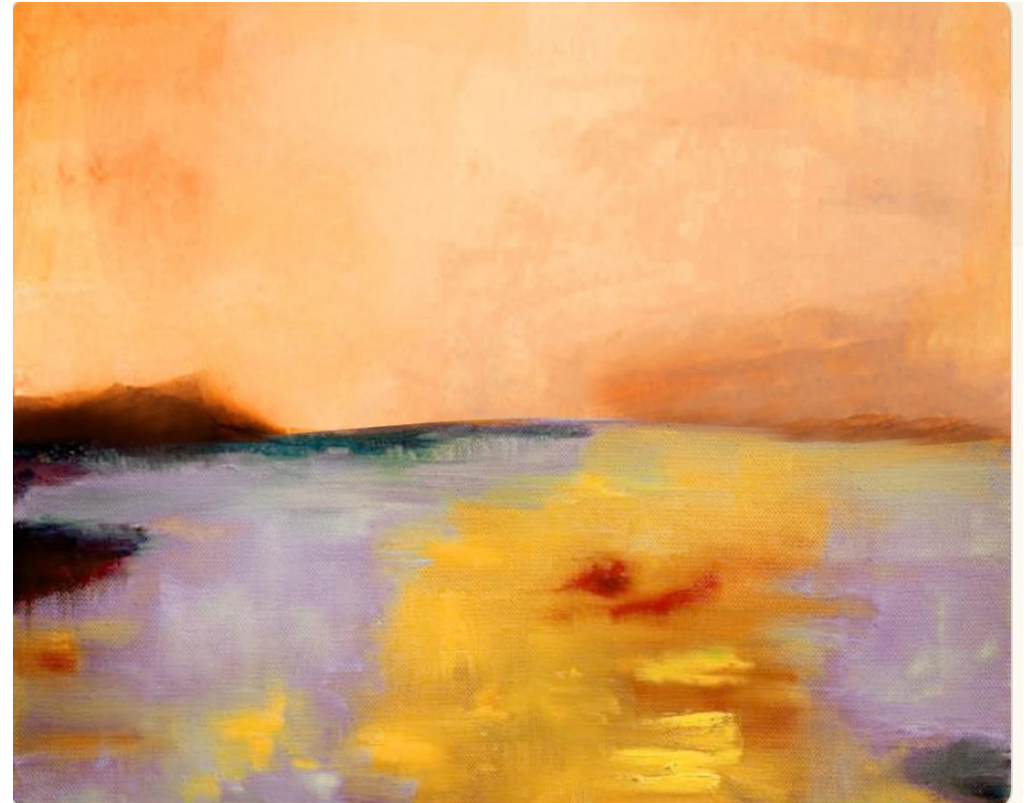
Prendersi cura nel Fine Vita



Prendersi cura nel Fine Vita

L'esilio della Morte

- Nelle società contemporanee, la morte è stata espulsa dalla casa e delegata alle istituzioni.
- Noi, operatori delle strutture, siamo diventati i “**custodi della soglia**”.
- Tuttavia, questa delega non è stata accompagnata da un adeguato vocabolario sociale, lasciandoci spesso soli in una trincea emotiva e **senza parole**.



Prendersi cura nel Fine Vita

L'analfabetismo emotivo

- La mancanza di linguaggio non protegge: crea una bolla di isolamento. Il silenzio attorno al morente non è pace, ma **angoscia sospesa**.
- Senza parole per nominare la fine, l'operatore si sente inadeguato e la famiglia rimane prigioniera di una speranza irrealistica.
- RIFLETTIAMO: ***come parliamo della morte? stiamo dando speranza o illusione? Chi stiamo proteggendo davvero?***



Prendersi cura nel Fine Vita

La medicalizzazione del fine vita

TO CURE (Guarire)

La morte vissuta come fallimento medico.
L'ossessione per il mantenimento delle funzioni a ogni costo.

Evento medico da gestire.

TO CARE (Prendersi Cura)

Riconoscere il valore della presenza e del sollievo.
Accompagnare l'individuo nella sua interezza.

Evento umano da vivere.

Prendersi cura nel Fine Vita

- **La morte come routine (il rischio).** Il rischio è la polarizzazione: o il burnout (ci si fa travolgere dall'angoscia) o la desensibilizzazione (si trasforma la morte in una mera procedura burocratica per sopravvivere al dolore).
- **Il tempo della struttura vs Il tempo del morire:** Le strutture viaggiano su ritmi, turni, campanelli e protocolli. Il processo del morire, invece, richiede un tempo lento, sospeso, improduttivo. **Stare in questa tensione è la vera fatica del curante.**



Prendersi cura nel Fine Vita

LA TRIADE RELAZIONALE

L'Anziano

Al centro, con il suo bisogno di non essere abbandonato e di congedarsi.

La Famiglia

Spesso prigioniera di sensi di colpa e rabbia, bisognosa di guida.

L'Operatore

Il mediatore emotivo, colui che normalizza e traduce il dolore.

Prendersi cura nel Fine Vita

Perchè è così difficile il morire in RSA?

- Essere nudi di fronte alla propria fine
- saper lasciar andare
- affidarsi a ciò che è sconosciuto
- cogliere in anticipo la nostra transitorietà
- incontrare le proprie paure e angoscia
- incontrare il proprio bisogno di spiritualità, trascendenza
- sperimentare relazioni intime e silenziose
- confrontarsi con il Mistero e l'Ignoto



Prendersi cura nel Fine Vita



Prendersi cura nel Fine Vita



Prendersi cura nel Fine Vita

Quando comincia davvero il “Fine Vita”?

Per l’anziano?

Per il familiare?

Per noi?

Quando la morte comincia a diventare parte
concreta del nostro terreno psichico?



Prendersi cura nel Fine Vita

**I lutti prima della morte: un percorso di perdite progressive.
Sappiamo riconoscerle, e dar loro un nome?**



Perdita della Casa

L'ingresso in RSA è la prima "piccola morte": la fine del proprio mondo domestico e dei propri ritmi.



Perdita di Autonomia

Dover chiedere il permesso per i bisogni primari intacca l'identità profonda dell'anziano.



Perdita di Ruolo

Passare da genitore o lavoratore a "residente" richiede un'elaborazione tanatologica costante.

Prendersi cura nel Fine Vita

Una Cultura del Fine Vita che (ri)conosca il Morire

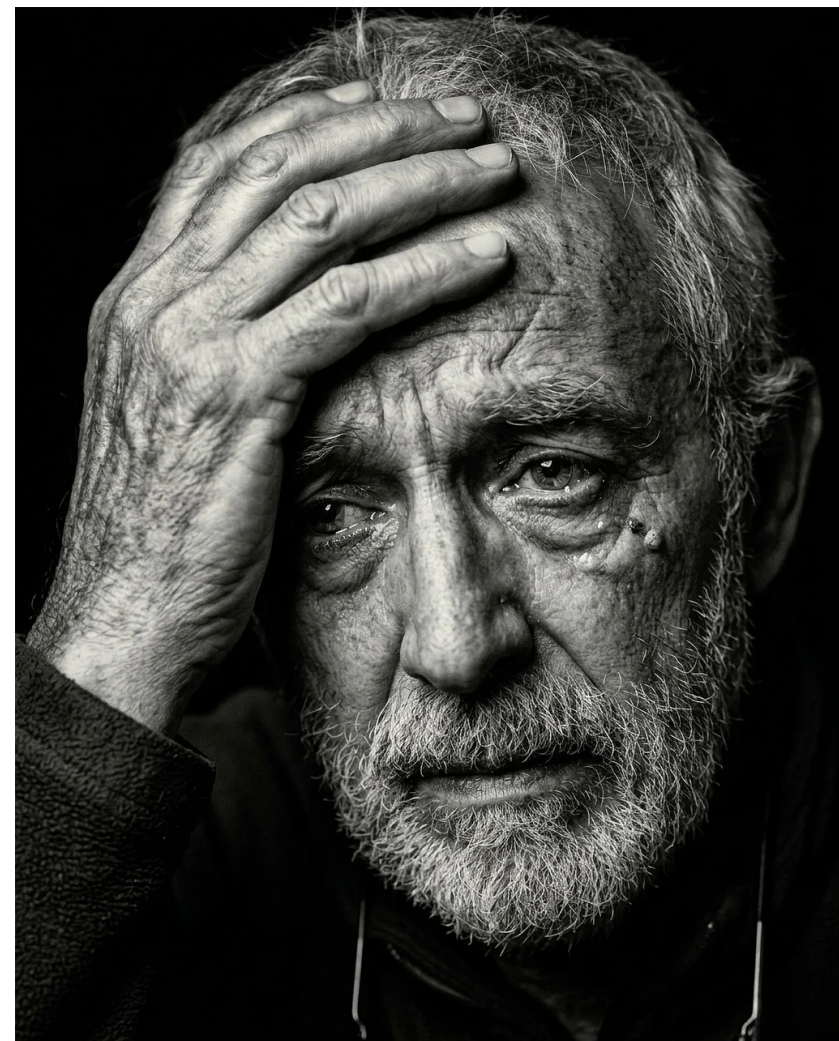
- **Il Respiro:** saper riconoscere le variazioni, senza allarmarsi
- **Il cibo:** il rifiuto non è rassegnazione, ma il corpo che richiede meno energia.
- **Il sonno:** il disinvestimento dal mondo esterno è un compito evolutivo necessario.
- **Comprendere il processo del morire** rassicura e ci permette di diventare una guida sicura per la famiglia.



Prendersi cura nel Fine Vita

Una Cultura che Riconosca Il Dolore Totale

- Il dolore non è mai solo fisico. È la somma dell'angoscia psichica, dell'isolamento sociale, della sofferenza spirituale.
- Una Cultura del Fine Vita deve poter andare **OLTRE la valutazione del dolore fisico.**
- Riconoscere i cambiamenti, le domande di senso e le emozioni in gioco che toccano le profondità.
- Accompagnare vuol dire riconoscere tutte queste dimensioni **contemporaneamente.**



Prendersi cura nel Fine Vita

Dimensione	Manifestazione	Azione di Cura
Fisica	Sintomi, dispnea, stanchezza estrema.	Controllo farmacologico e comfort posturale.
Psichica	Angoscia del limite, paura del buio.	Ascolto attivo e validazione emotiva.
Sociale	Isolamento, perdita di ruolo, solitudine.	Coinvolgimento della famiglia, rituali di saluto.
Spirituale	Domande di senso, bisogno di trascendenza.	Presenza silenziosa, accoglienza del mistero.

Prendersi cura nel Fine Vita

“Sto per morire?” “Cosa mi succederà?”

Saper accogliere la Domanda.

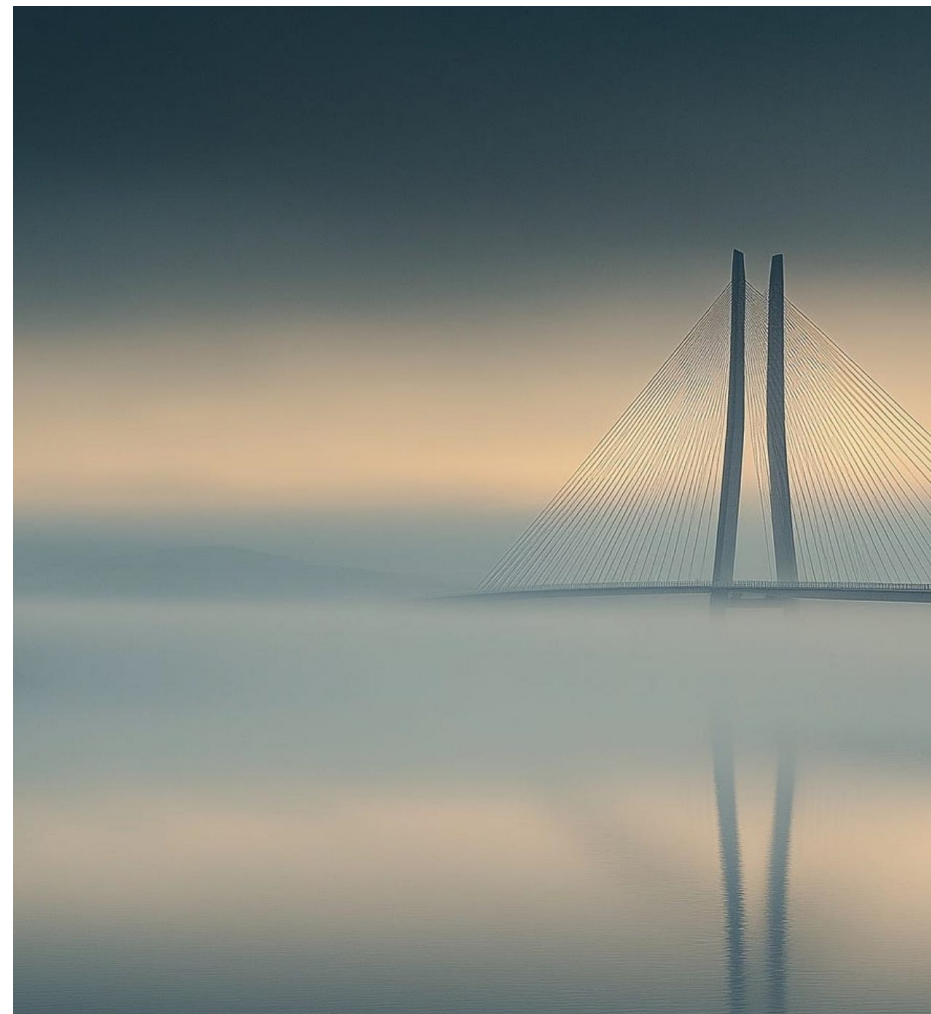
- Una Cultura del fine vita **non deve fuggire** a queste domande. La domanda di chi muore è una richiesta di vicinanza.
- Rispondere con apertura: *“Io non posso sapere cosa prova, ma sono qua con lei. Che cosa la spaventa di più?”* apre uno spazio di intimità che è già cura.



Prendersi cura nel Fine Vita

Una Cultura che si interroghi sul senso della Cura

- Cura VS. Ostinazione: accompagnare non significa fare meno, ma fare in modo diverso, **rimodulando gli obiettivi** in base alla persona.
- **Garantire Dignità** significa sapere quando fermare la tecnica per lasciare spazio all'umanità. E' il passaggio etico fondamentale tra prolungare la vita e non prolungare l'agonia.
- Quali obiettivi nel PAI? Quali dimensioni diventano prioritarie?



Prendersi cura nel Fine Vita

NON più mantenimento, funzioni, capacità residue, ...

MA connessione con desideri, spazio di pace, silenzio, sollevare, sentire, toccare, assaggiare, odorare...

**Dallo spazio delle funzioni
allo Spazio dell'Essere**



Prendersi cura nel Fine Vita

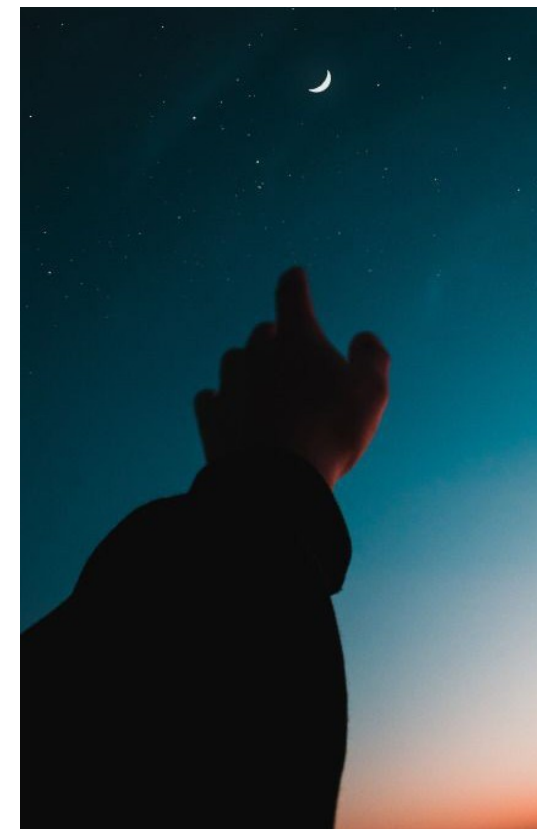
Una Cultura che riconosca i Lutti

- Riconoscere che la Famiglia Vive un Lutto molto prima che arrivi la morte.
- **Il lutto ambiguo** nella demenza: non sei più tu, non sono più io. La rabbia o il controllo sono spesso la superficie di un'angoscia profonda e di un lutto anticipatorio e spesso **delegittimato**, che non sanno nominare.



Prendersi cura nel Fine Vita

- **Le Parole per Dirlo: perché il lutto ha bisogno di parole per essere elaborato.**
- La chiarezza è un atto di cura: permette alle persone di attivare le risorse necessarie per il congedo. (vs. metafore / ambiguità).



Prendersi cura nel Fine Vita

“Nessuno di noi sa che cosa può voler dire vivere per lei, come figlia, questa situazione...”

“Faremo tutto il possibile per non lasciarvi soli”

*“Sentitevi liberi di fare ciò che ritenete più giusto per voi in questo momento, vi lasciamo lo spazio e il tempo che vi serviranno, **noi saremo qua qualora ne abbiate bisogno...**”*

“Non so”...che cosa si possa provare, ma siamo qua, Qualsiasi cosa succederà..



Prendersi cura nel Fine Vita

Una Cultura del fine vita che possa creare Generatività

Che cosa l'ha resa più orgogliosa?

C'è qualcosa che non dimenticherà mai?

Qual'è stato il traguardo più importante?

Che cosa spera per il futuro, che cosa vorrebbe
dire o lasciare agli altri?

Che cosa è davvero importante nella Vita?



Prendersi cura nel Fine Vita

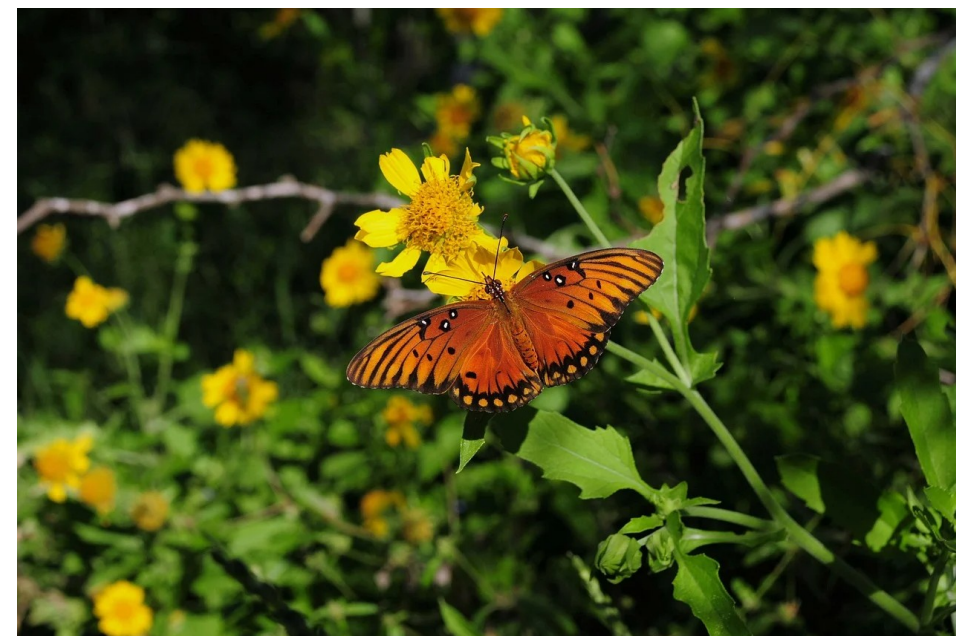
Una Cultura del Fine Vita che
non dimentichi
che cosa è davvero
importante...
Che cosa resta, quando tutto
se ne va...



Prendersi cura nel Fine Vita

Una Cultura che riconosca i Nostri Lutti

- Il Curante è il vero Strumento.
- Non possiamo accompagnare l'altro se noi stessi abbiamo paura. Ogni residente che muore riattiva i nostri lutti, le nostre ferite, **la nostra paura del limite.**
- La competenza emotiva parte dall'auto-ascolto:
“Cosa sto sentendo io in questa stanza?”

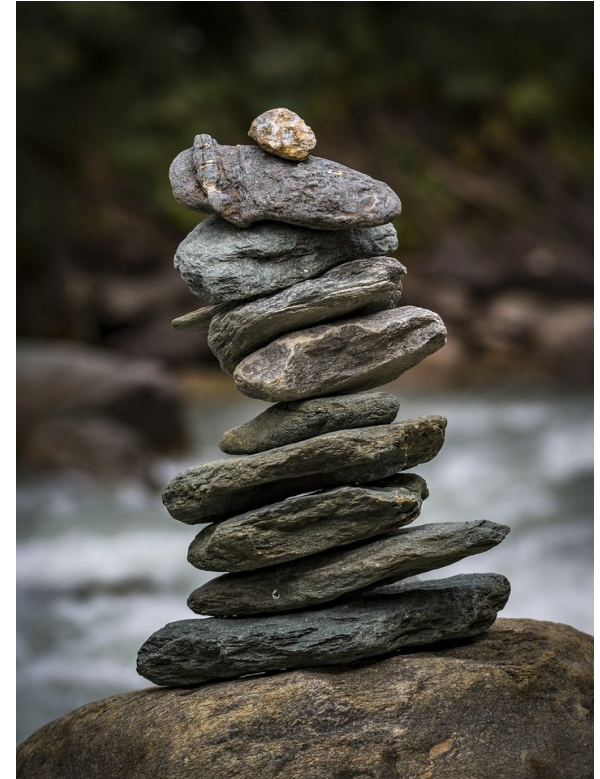


Prendersi cura nel Fine Vita

Una Cultura che riconosca i Bisogni dei Curanti

Imparare a riconoscere i **nostri bisogni**:

- **dire non so**, convivere con l'incertezza
- silenzio, solitudine, ricaricarsi interiormente
- **poter dire addio**, salutare l'altro.
- trovare dei propri rituali di saluto, per poter "chiudere" con l'altro e con ciò che è stato per noi
- ringraziare, gli altri e noi stessi
- parlare, condividere, elaborare cosa accade in noi e negli altri



Prendersi cura nel Fine Vita

Una Cultura che Impari a Lasciar
Andare.
A Dare il Permesso di Andare.



Prendersi cura nel Fine Vita

*“Non possiamo guarire le persone, e vero, ma possiamo non lasciarle sole, prendercene cura, al di là di un corpo immobile, pesante, fragile. Possiamo condividere un po' di quella fatica insostenibile, cercando di alleggerirla. E' un impegno, una responsabilità, ma che si trasformano in una **grande opportunità. Di vita**”.*

(Mannix, K.)





GRAZIE PER L'ATTENZIONE
elipsico85@gmail.com