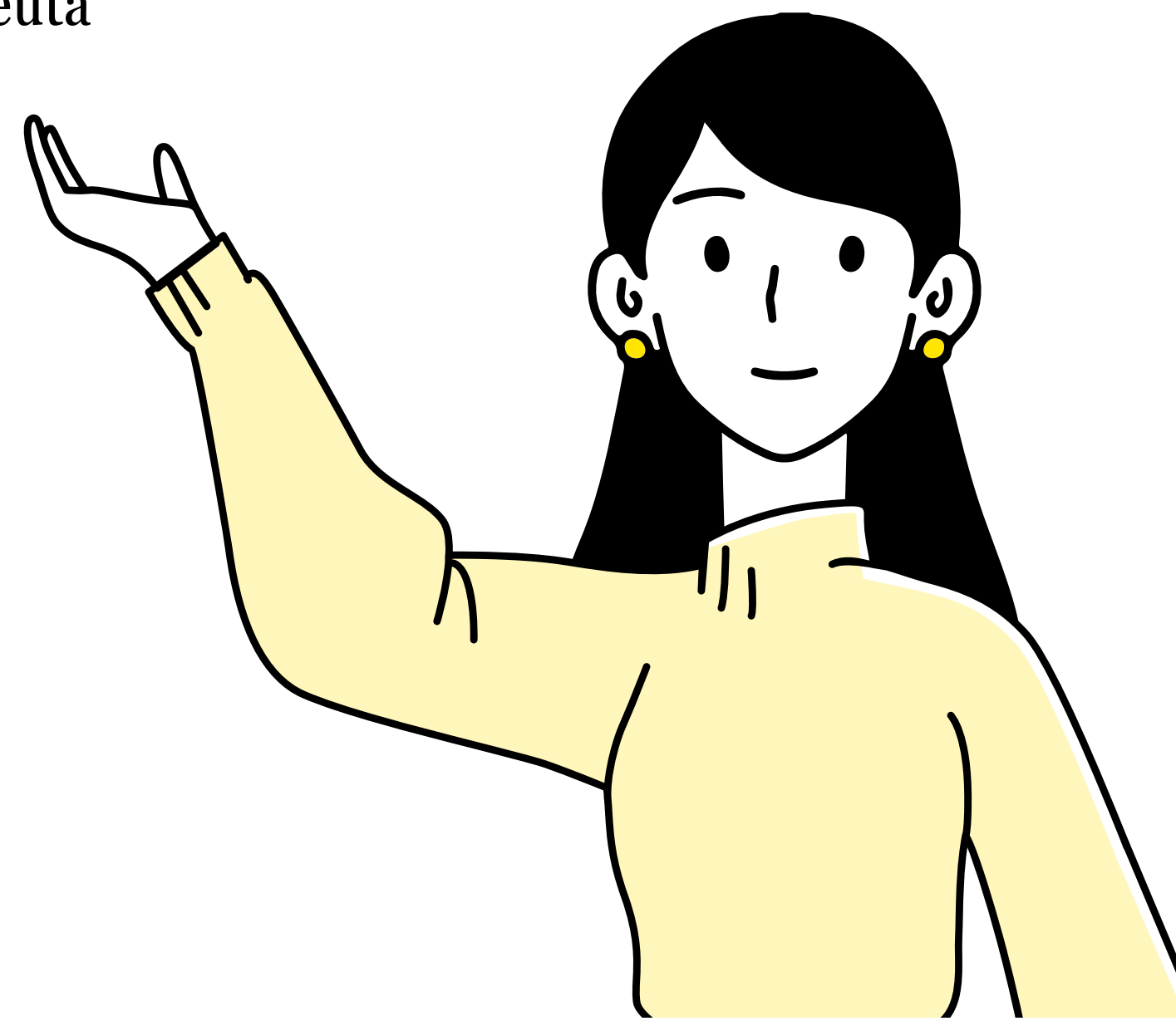


# La relazione d'aiuto tra caregiver e malato di Parkinson

Dott. Giovanni Brighenti psicologo psicoterapeuta



# La conoscenza della malattia

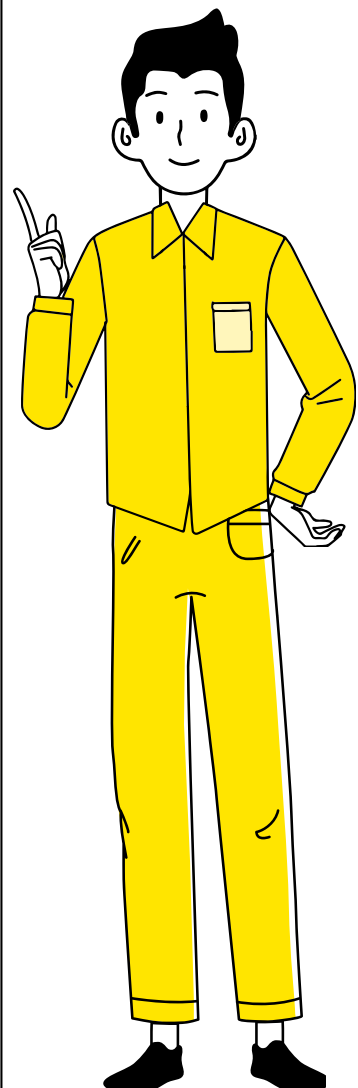
Un aspetto rilevante nella gestione della malattia di Parkinson è una corretta informazione circa i sintomi e l'evoluzione della malattia. E' necessario quindi sia per il caregiver che per il malato, avere un quadro il più possibile chiaro di ciò che prevede, nel tempo, il percorso della patologia. La comunicazione della diagnosi è un momento delicato perché può segnare il cambiamento delle dinamiche relazionali tra caregiver e malato.

# Relazione d'aiuto

Carl Rogers fondatore della Psicologia umanistica definiva una relazione d'aiuto come: *“una relazione in cui almeno uno dei due protagonisti ha lo scopo di promuovere nell'altro la crescita, lo sviluppo, la maturità ed il raggiungimento di un modo di agire più adeguato e integrato. In altre parole, una relazione di aiuto potrebbe essere definita come una situazione in cui uno dei partecipanti cerca di favorire, una valorizzazione maggiore delle risorse personali del soggetto ed una maggior possibilità di espressione.*



Identificazione dei  
bisogni



Nella relazione d'aiuto innanzitutto il caregiver ha  
necessità di identificare i bisogni del familiare e  
considerare ciò che può fare per lui

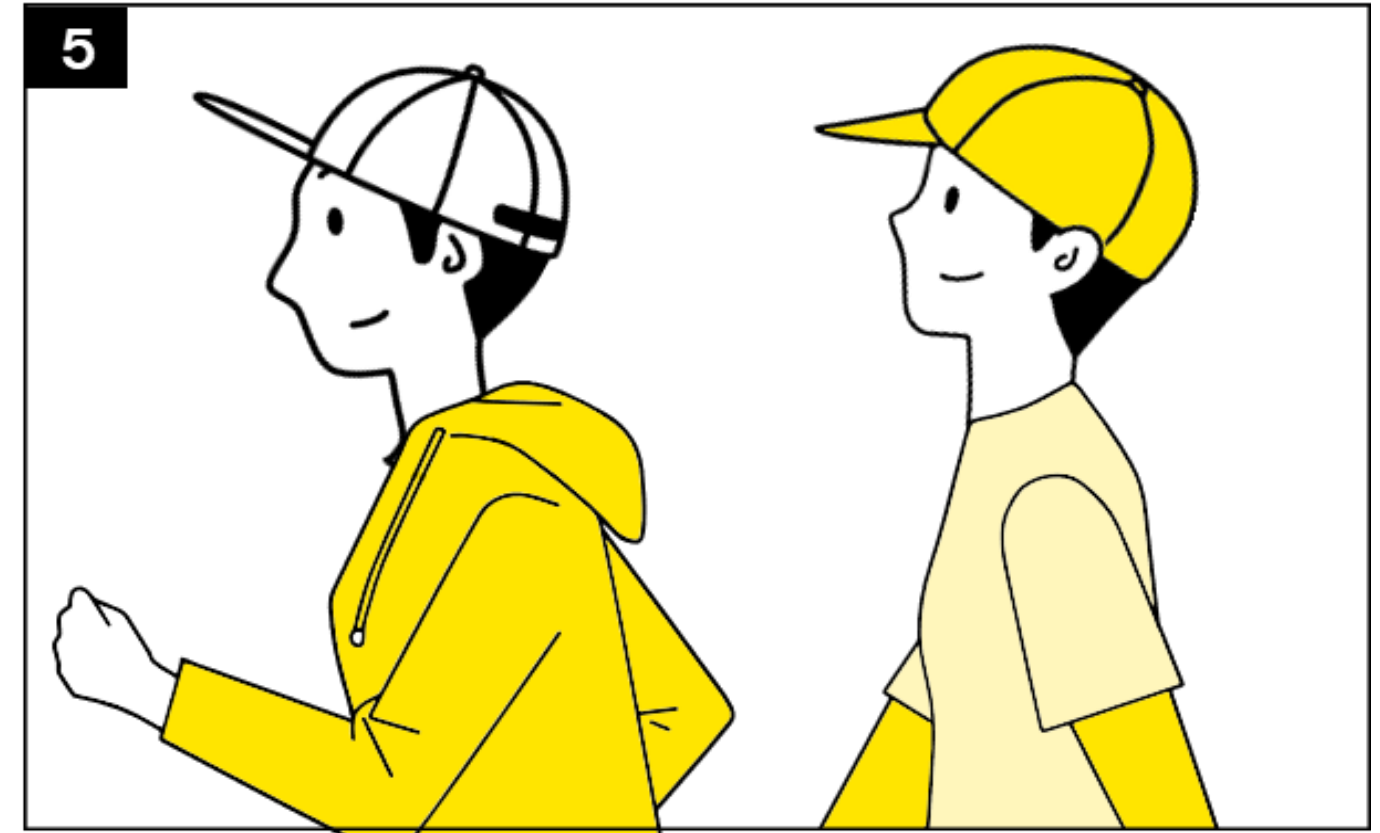
Nel caso specifico possono essere presenti

Bisogni fisici

Bisogni psicologici

Bisogni sociali

# Bisogni fisici



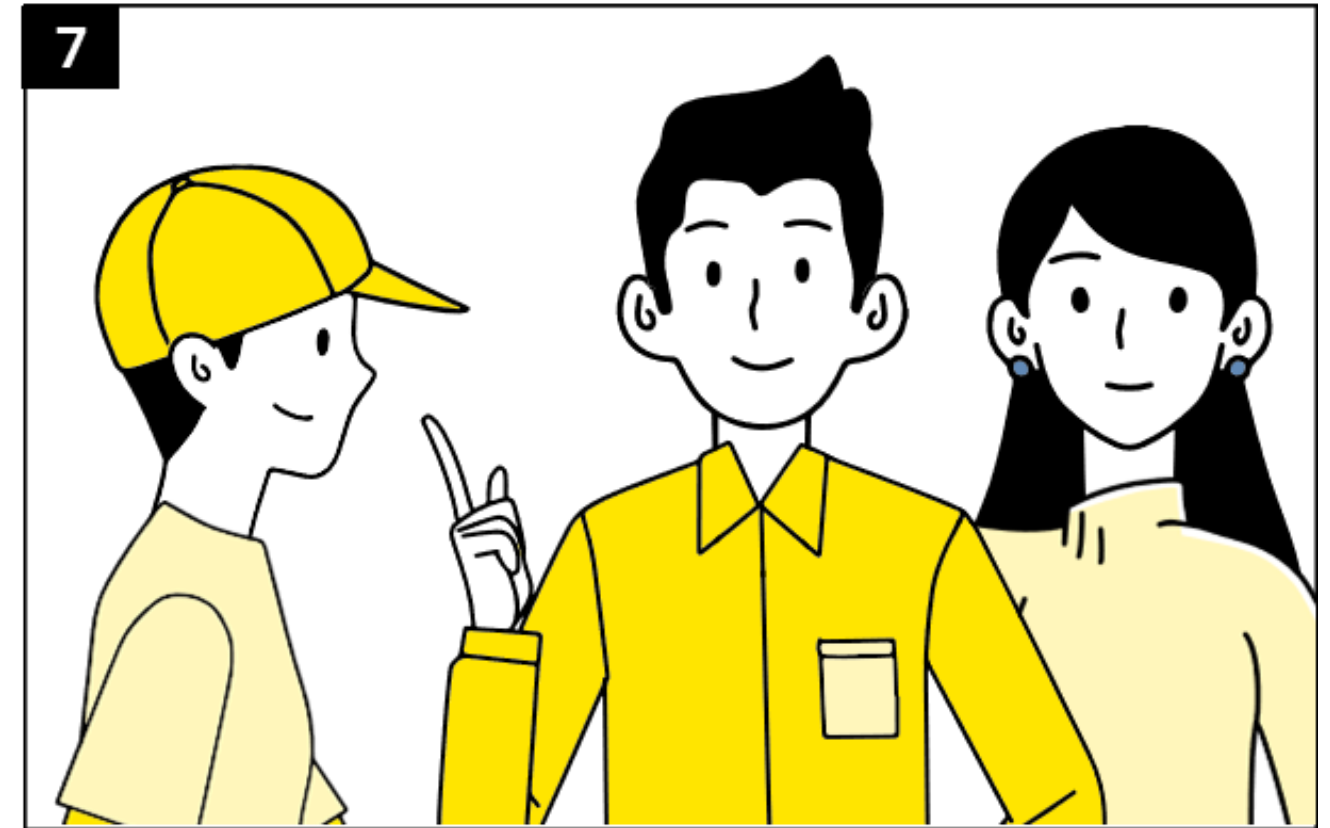
I bisogni fisici appartengono ad un ambito molto importante nella relazione con il malato di Parkinson. L'area della corporeità rappresenta un aspetto personale e intimo. La necessita di essere accuditi, quando essa è necessaria dovrebbe essere compresa ed accettata dal caregiver, anche se questo aspetto può essere complesso vista la dinamica di affetto tra malato e caregiver. Per esempio possono essere legati ad una minore autonomia per ciò che riguarda la vita quotidiana, alla difficoltà ad eseguire comportamenti ed abitudini che prima della malattia erano normali, oppure legati alla confusione o al disorientamento

# Bisogni psicologici



Uno degli elementi psicologici fondamentali nella relazione di aiuto con il malato di Parkinson è l'empatia, definita come la capacità di comprendere le emozioni altrui. Nella vita quotidiana significa accompagnare il malato nella gestione dei propri aspetti emotivi, che in relazione all'evolvere della malattia possono modificarsi anche in maniera significativa. Pertanto andrebbero compresi ed elaborati. È frequente che cambiamenti del tono dell'umore, dei comportamenti e delle abitudini del malato in relazione alla malattia possano generare nel caregiver comprensibili sentimenti di frustrazione, dolore, ansia e disorientamento, colpa o vergogna.

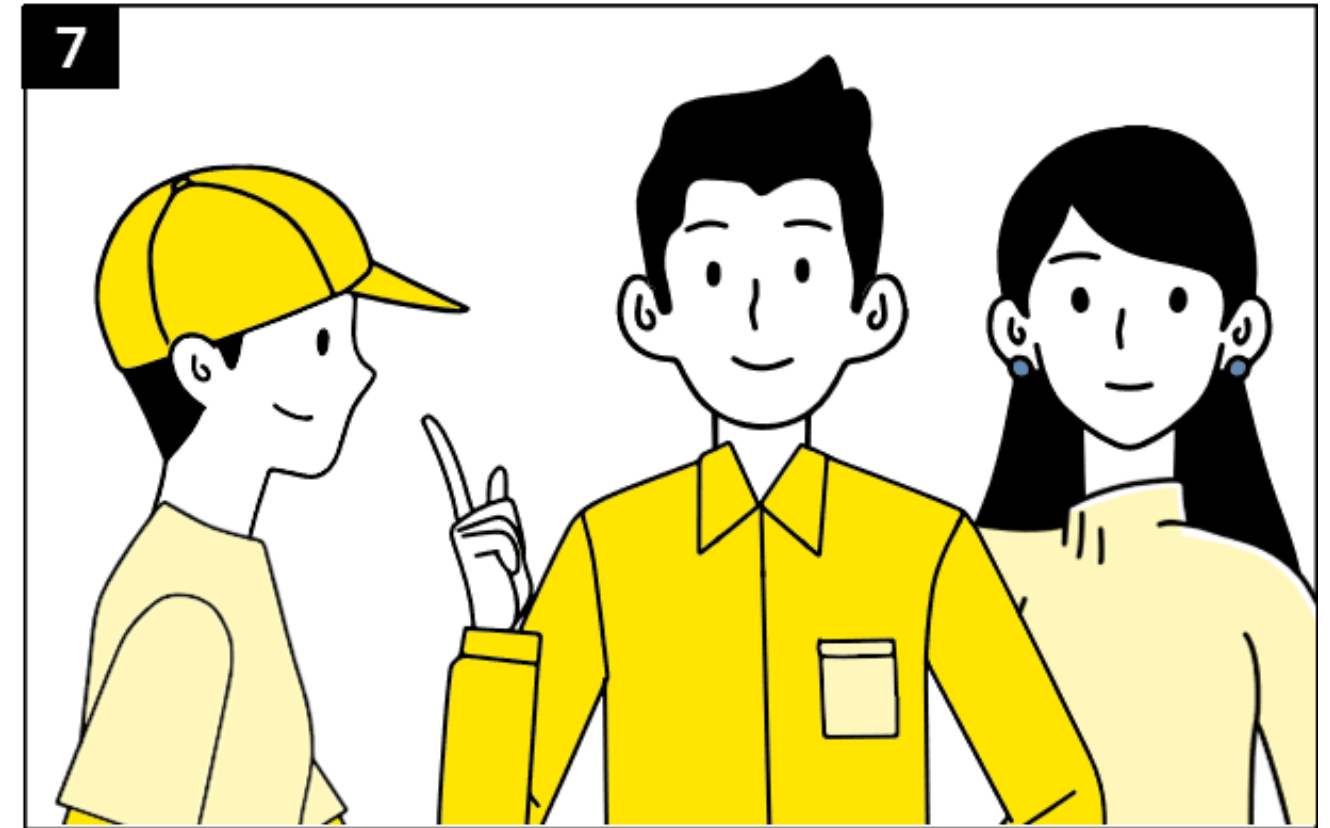
# Bisogni sociali



I bisogni sociali comprendono gli aspetti relazionali in diversi contesti. Promuovere un attività fisica di gruppo, percorsi di socializzazione e condivisione di progetti culturali comuni con altre persone, è un aspetto decisamente rilevante in particolar modo nella gestione degli aspetti psicologici legati all'ansia o al tono dell'umore. E' quindi importante che il caregiver incoraggi il malato in questa direzione.



# Relazione d'aiuto: risorse



La relazione d'aiuto quindi tra caregiver e malato dovrebbe pertanto orientarsi ai tre ambiti (biologici, psicologici e sociali) per cercare di favorire il mantenimento delle autonomie, la gestione delle emozioni ed i processi di socializzazione. Per poter svolgere queste importanti funzioni è necessario che il malato e il caregiver possano usufruire di una rete sociale che è una risorsa fondamentale, la quale fornisca supporto nei bisogni per esempio sanitari, in ambito di sostegno psicologico e con attività sociali, sportive e ricreative.



# Relazione d'aiuto: criticità



L'aspetto più critico della relazione d'aiuto per il caregiver è il rischio di non riuscire, oppure avere difficoltà, nel trovare l'equilibrio tra il proprio legame emotivo e la necessità di essere di supporto al malato nel cambiamento dovuto all'evolvere della malattia. L'osservare con un senso di impotenza e frustrazione l'evolvere della patologia è comprensibile che provochi emozioni intense e profonde nel caregiver.

# Relazione d'aiuto: criticità



Spesso la mente umana mette in gioco nelle relazioni dei meccanismi di protezione, come la negazione, la rimozione, che tutelano il caregiver dal prendere contatto con la malattia del proprio familiare. Tutto ciò è comprensibile e umano, è anche però necessario che le emozioni possano essere elaborate dal caregiver in modo appropriato. In alcune situazioni quindi potrebbe essere di aiuto fornire supporto ai familiari di persone affette da Parkinson