

# Progetto sperimentale “Vaso dei Ricordi – Risvegliare cose importanti per la nostra vita”

*La sperimentazione pilota è consistita in uno studio qualitativo di reminiscenza da parte del primo working group di persone con demenza. Ulteriore obiettivo di tale progetto è stato dimostrare l'utilità della collaborazione tra tre mondi differenti: l'agenzia di comunicazione digitale, Bitmama, l'azienda di prodotti alimentari “Le Conserve della Nonna” e l'associazione non profit “Federazione Alzheimer Italia” che, insieme, hanno trasformato un'idea in uno strumento reale di supporto alle persone con demenza.*

**Di Mario Possenti (Segretario generale della Federazione Alzheimer Italia), Francesca Arosio (Psicologa e psicoterapeuta della Federazione Alzheimer Italia)**

Tra le terapie non farmacologiche rivolte alla persona con demenza e ai disturbi comportamentali, la **terapia della reminiscenza** è largamente utilizzata. Alcune *review*, che hanno considerato l'efficacia del trattamento sui disturbi comportamentali e sulla depressione, mostrano la presenza di una elevata variabilità nella metodologia usata e importanti limiti metodologici, con una tendenza positiva relativa ai sintomi depressivi sebbene con risultati statisticamente non significativi (Subramaniam, Woods 2012; Seitz 2012; Blake 2013).

Pertanto nel mese di Novembre 2017 ha preso avvio una **sperimentazione** qualitativa attiva nella stimolazione del ricordo o meglio definita reminiscenza, da parte di un gruppo di cinque persone con demenza in fase lieve-moderata presso la Federazione Alzheimer Italia a cui, nei prossimi mesi, farà seguito uno studio di fattibilità realizzato in collaborazione con la **Fondazione Golgi Cenci** e l'**Istituto Geriatrico C. Golgi di Abbiategrasso** che, attraverso i suoi servizi, da anni si occupa di cura della persona con demenza in una logica di cure centrate sulla persona.

## Fasi di sperimentazione della terapia della reminiscenza

Il progetto sperimentale prevede tre fasi:

- la prima, conclusa, svoltasi con un gruppo di cinque persone con demenza in fase lieve – moderata sia in ambito domestico con il proprio coniuge sia nel contesto di piccolo gruppo finalizzata a valutare l'utilizzo, la praticità e la spendibilità del Vaso dei Ricordi;
- la seconda, che si avvierà nei prossimi mesi presso l'Istituto C. Golgi di Abbiategrasso, si pone l'obiettivo di valutare il Vaso dei Ricordi come ausilio alle terapie non farmacologiche già in atto e identificare una possibile strutturazione dell'attività di reminiscenza;
- l'ultima fase, consisterà nella divulgazione dello strumento a centri diurni, residenze sanitarie assistenziali e ad un numero di famiglie vicine alla **Federazione Alzheimer Italia** disponibili ad essere ricontattate per una breve intervista telefonica sull'utilizzo dello stesso, per raggiungere poi tutti coloro che ne faranno esplicita richiesta.

L'esperimento ha mosso i suoi primi passi nel novembre 2017 quando, ai membri del gruppo di lavoro per persone con demenza, promosso dalla Federazione Alzheimer Italia, è stato regalato il **Vaso**, che avrebbero dovuto riempire con oggetti evocativi della propria storia personale. I guanti indossati nel giorno delle nozze, la foto in bianco e nero della sorella, la consumata pallina da golf, la conchiglia raccolta in riva al mare: tutto dentro al Vaso dei Ricordi con l'obiettivo di sollecitare

la memoria e far riaffiorare quei ricordi che la malattia cerca di cancellare. Ricordi e momenti significativi che sono stati condivisi dapprima a casa con il proprio congiunto e poi rievocati nel corso dell'incontro di gruppo per mantenere il più a lungo possibile i ricordi importanti della loro vita. Incontro dopo incontro, le quattro persone<sup>1</sup> hanno fornito il loro parere e condiviso la propria esperienza sull'utilizzo del Vaso dei Ricordi, contribuendo a definire le modalità di utilizzo del Vaso.

Si tratta di **prevedere**, con un piccolo gruppo di persone con demenza che frequentano la struttura, ed ancora in grado di beneficiare delle interazioni di gruppo (partecipare ad una conversazione, raccontare di sé, condividere esperienze), **un'attività di stimolazione e rievocazione**, guidati da una figura professionale che possa mediare le dinamiche e i ricordi che emergono e la discussione tra di loro. L'esperimento ha mosso i suoi primi passi e i suoi reali benefici devono essere ancora verificati; pertanto nei prossimi mesi, con un progetto in fase di stesura, verrà valutata l'efficacia e la spendibilità dello strumento come ausilio alle terapie non farmacologiche già in atto presso l'Istituto Geriatrico C. Golgi per identificare una possibile strutturazione dell'attività di reminiscenza.



Fonte: Federazione Alzheimer Italia  
Figura 1 – Dal Vaso dei ricordi

## L'intervento con il "Vaso dei Ricordi"

Trattandosi di un'attività che implica il recupero di materiale personale, **è fondamentale la presenza di un familiare** disponibile a collaborare al progetto. Il familiare è il primo interlocutore con il quale la persona con demenza interagisce nella scelta, selezione, recupero e rievocazione libera del ricordo. Senza la sua disponibilità non è possibile la partecipazione della persona con demenza alla successiva attività di gruppo. Pertanto l'incontro con il familiare rappresenta un momento cruciale per il coinvolgimento attivo della diade, uno spazio dove rispondere a dubbi e perplessità, dove spiegare gli obiettivi del progetto ed un momento nel quale il professionista (psicologo o terapeuta occupazionale) funge "da modello" per l'intervento di rievocazione. In quest'occasione è possibile indicare alla diade il momento nell'arco della giornata più adatto per la rievocazione, in modo da potervi dedicare il tempo e le attenzioni dovute.

L'attività prevista dal Vaso dei Ricordi è principalmente **un momento di scambio di racconti in piccolo gruppo** (massimo cinque persone), alla presenza di uno psicologo e di un terapeuta occupazionale, dove, sollecitata dal materiale precedentemente preparato, la persona con demenza lascia libero **spazio alla rievocazione e all'interazione** con i presenti. Gli oggetti contenuti all'interno del Vaso costituiscono l'argomento di discussione tra i componenti del gruppo, e vengono condivisi scegliendo di volta in volta un ricordo, un suppellettile, una foto. Quanto emerge diventa spunto per una successiva rievocazione o per un ulteriore lavoro di recupero sia durante la degenza che a casa con il familiare.

Nel corso degli incontri sarà possibile affrontare svariate tematiche a partire dalla rievocazione del ricordo che potrà essere arricchito e stimolato di volta in volta. La possibilità di integrare i ricordi passati con quelli recenti consente alle persone di interpretare e vivere meglio la realtà quotidiana. In un clima di amicizia, rispetto, ascolto ed empatia, le persone si sentono libere di raccontare le proprie esperienze in famiglia e nella società, di **condividere le personali strategie messe in atto per far fronte alle difficoltà quotidiane**, di condividere dettagli privati, ma anche suggerimenti utili al di fuori del contesto del gruppo. Con il Vaso dei Ricordi il gruppo di persone si trasforma in un gruppo di amici, in cui ognuno fa dono agli altri di un pezzetto di sé, di una parte della propria vita, di un ricordo specifico che riaffiora alla mente, che solo con quell'oggetto tra le mani diventa tangibile e concreto.

Si tratta di un'attività che può essere proseguita anche durante la degenza in reparto (CDC, Cure intermedie Nucleo Alzheimer, RSA Alzheimer) e rappresenta un piccolo impegno per la persona con demenza, ma è anche un modo per il familiare di trascorrere un momento piacevole nel corso della visita. In tal senso infatti gli operatori coinvolti condividono con il familiare le informazioni relative all'approccio, agli oggetti da inserire all'interno del Vaso e le indicazioni su come rinforzare la rievocazione a casa con il proprio congiunto al termine della degenza o durante le visite. Tale attività, proseguita in reparto grazie al supporto degli operatori, valorizza e struttura quanto previsto dal programma riabilitativo individualizzato.

## La collaborazione fra mondi differenti

Il Progetto è stata l'occasione per avviare una collaborazione tra tre mondi differenti: l'agenzia di comunicazione digitale "Bitmama" (Il video, realizzato dall'agenzia creativa, che documenta la sperimentazione è visibile sul sito [www.alzheimer.it](http://www.alzheimer.it)), l'azienda di prodotti alimentari "Le Conserve della Nonna" e l'associazione non profit "Federazione Alzheimer Italia" che, hanno deciso di lavorare insieme, unendo le proprie forze per realizzare il progetto Il Vaso dei Ricordi.

Un vaso al proprio posto: questa la piacevole sorpresa che hanno trovato i partecipanti al gruppo di lavoro per persone con demenza come regalo da parte de "Le Conserve della Nonna". L'azienda di prodotti alimentari ha deciso di mettersi al fianco della Federazione in qualità di partner del progetto sperimentale e con delicatezza e giusta curiosità attendere quello che sarebbe scaturito dall'uso dello stesso. In occasione della XXV Giornata Mondiale Alzheimer è stato possibile realizzare, grazie al lavoro dell'agenzia di comunicazione digitale "Bitmama", un video che mostrasse la modalità di utilizzo del vaso e le interazioni scaturite tra i partecipanti. La campagna "Vaso dei ricordi" ha ricevuto alcuni riconoscimenti e premi agli NC

Awards (il premio ideato da ADC Group dedicato alla migliore creatività integrata e alle campagne di comunicazione più innovative), in ben tre categorie, conquistando il primo posto nella categoria "Campagna di comunicazione on line e microsite", il secondo in quella "Marketing relazionale" e il terzo in quella "Packaging e design".

### Il Vaso

Il Vaso è un contenitore di plastica rigida e trasparente con dimensioni che permettono di inserire agevolmente la mano per estrarre quanto contenuto come fotografie, piccoli souvenir e oggetti personali. All'interno della scatola sono contenute delle semplici istruzioni che consentiranno alla persona con demenza ed al suo familiare di scegliere uno o più ricordi ed un'etichetta da personalizzare con il proprio nome.

Fonte: elaborazione dell'autore  
Box 1 – Il vaso dei ricordi

## I risultati ottenuti e attesi dal progetto sperimentale

Certamente si è trattato di una sperimentazione che ha previsto una valutazione puramente osservativa e qualitativa delle dinamiche emerse. Di seguito i **principali benefici** ad oggi ottenuti nella **prima fase della sperimentazione**:

- E' stato offerto uno **spazio di confronto**, all'interno del contesto di gruppo, nel quale rievocare ricordi personali, momenti di vita che solo grazie ad una foto, ad un oggetto tra le mani diventano tangibili e concreti.
- E' stata creata la possibilità di **aprirsi e discutere delle proprie emozioni** in un contesto non giudicante, aperto, libero, empatico ed accogliente, creando un nuovo contesto di amicizia.
- L'utilizzo del vaso ha consentito anche alle persone inizialmente non coinvolte come partecipanti attivi nel gruppo, di lasciarsi andare; **per tutti è stata trovata utile per condividere** spunti, prospettive e esperienze.
- Le persone che hanno partecipato al gruppo hanno **generato un inestimabile valore di testimonianza** e visione della malattia.
- E' stata data la possibilità al familiare di **trascorrere del tempo piacevole** con il proprio congiunto nella ricerca dei ricordi da collezionare nel Vaso.
- **Sono stati recuperati i ricordi**, solitamente presenti nell'ambiente domestico, e sono stati condivisi anche al di fuori del contesto familiare.
- Si è **ridotto lo stigma** diffuso fra i familiari, ma anche fra coloro che quotidianamente assistono e lavorano con la demenza.

I principali ostacoli sono rappresentati dalla dimensione di uscita dalla propria individualità ed ingresso in uno spazio di gruppo e confronto per condividere fatiche, cambiamenti e novità del vivere con la demenza; le persone innanzitutto cercano uno spazio di confronto e conoscenza, qualcuno che risponda ai loro dubbi. Prima ancora di interagire sul passato, si deve garantire loro il giusto tempo per conoscersi. Purtroppo l'iter di diagnosi, il percorso di accettazione, l'entrare in contatto con una realtà associativa richiede tempo che ad oggi viene sottratto alla presenza e permanenza delle persone all'interno del gruppo e delle attività che qui vengono proposte.

Dalla **seconda fase** di sperimentazione si attende la **valutazione della fattibilità dell'utilizzo del Vaso dei Ricordi in termini di auto-percezione di felicità, benessere, coinvolgimento**, fiducia e ottimismo connessi all'utilizzo dello strumento da parte delle persone con demenza. Obiettivo secondario dello studio di fattibilità è descrivere la procedura di

utilizzo il Vaso dei Ricordi per ciascuna persona con demenza, le misure relative al coinvolgimento di operatori e familiari e gli indicatori di risultato.



Fonte: Federazione Alzheimer Italia  
Figura 2 – I ricordi di Enrico

## Conclusioni

Il progetto sperimentale è nato dall'esigenza di offrire alle **persone con demenza** la possibilità di essere reali portavoce della complessità e delle difficoltà della malattia, con l'obiettivo finale di **escogitare strategie più efficaci per il loro sostegno e per la lotta al loro isolamento**. Tale percorso ben si inserisce all'interno della visione che guida l'operato quotidiano della Federazione: "Passare da un approccio centrato sulla malattia a un approccio centrato sulla persona: riconoscere che il malato non è un oggetto passivo bensì un individuo con una sua storia, una sua identità, una sua personalità. Mettere al centro le persone con demenza, dar voce a loro e ai loro familiari, dare ascolto ai loro bisogni quotidiani". L'attività di gruppo ha già raggiunto un primo importante obiettivo per le persone che ne hanno preso parte: sentirsi inclusi, coinvolti e utili e, soprattutto, sentire che la loro esperienza di vita è considerata importante e che "...la malattia non toglie la capacità di essere padre, madre, figlio", perché nonostante la malattia si continua ad essere ciò che si è e a vivere di questi ricordi.

**Il progetto è uno spiraglio al cambiamento**, che porta la persona a vincere il senso di dipendenza e l'inevitabile declino a cui la società ancora relega le persone con demenza. E certamente è utile proseguire con nuove persone sulla strada aperta dai primi partecipanti per offrire loro la possibilità di farsi reale portavoce di una testimonianza positiva. L'unione fa la forza e, in questo caso, ha trasformato un'idea in un'azione concreta che ci auguriamo possa contribuire a rendere meno faticosa la convivenza con la malattia, fornire informazione corretta e promuovere la ricerca.

## Federazione Alzheimer Italia

Federazione Alzheimer Italia, rappresentante unico per l'Italia di Alzheimer's Disease International (ADI), è la maggiore organizzazione nazionale non profit dedicata alla promozione della ricerca scientifica sulle cause, la cura e l'assistenza per la malattia di Alzheimer e la demenza, al supporto dei malati e dei loro familiari, alla tutela dei loro diritti, alla partecipazione alla programmazione della politica sanitario-sociale. Riunisce e coordina 47 associazioni locali che si occupano di demenza.

Lo slogan della Federazione "La forza di non essere soli" descrive la sua volontà e la necessità di creare un'alleanza che impegni istituzioni, medici, operatori sanitari e sociali, associazioni di malati e carer a lavorare insieme con un unico obiettivo: "migliorare la qualità di vita delle persone con demenza e delle loro famiglie".

In 25 anni di storia, la Federazione ha creato e sviluppato numerosi servizi e progetti: la help line Pronto Alzheimer, consulenze gratuite di tipo sociale, psicologico, legale, di terapia occupazionale, corsi di formazione per familiari, volontari, operatori socio-sanitari. Da tre anni è inoltre attivo il progetto "Comunità Amiche delle persone con demenza": un'iniziativa sociale che al momento coinvolge 25 città italiane e che punta a mettere al centro la persona con demenza e la sua famiglia, combattendo lo stigma e l'esclusione sociale.

Fonte: [www.alzheimer.it](http://www.alzheimer.it)

Box 2 – Federazione Alzheimer Italia

Foto da Federazione Alzheimer Italia

## BIBLIOGRAFIA

Subramaniam P., Woods B., (2012), *The impact of individual reminiscence therapy for people with dementia: systematic review*, in Expert Rev Neurother, May; 12(5), pp 545-555.

Seitz D.P., Brisbin S., Herrmann N., Rapoport MJ., Wilson K., Gill SS., Rines J., Le Clair K., Conn D., (2012), *Efficacy and feasibility of nonpharmacological interventions for neuropsychiatric symptoms of dementia in long-term care: a systematic review*, in J Am Med Dir Assoc, Jul;13(6) 503-506.

Blake M., (2013), *Group reminiscence therapy for adults with dementia: a review*, in Br J Community Nurs, May;18(5) 228-233.