

Intervista

## «L'accompagnamento alla morte è un accompagnamento alla vita»

Chi sta morendo deve poter vivere e andarsene con dignità. L'accompagnamento alla morte è parte integrante delle cure palliative e non è compito solo di professionisti, ma anche di volontari e familiari. Perciò Caritas Lucerna offre a chi lo desidera consulenza e formazione per l'accompagnamento ai morenti. Thomas Feldmann, responsabile del «Servizio specializzato per l'accompagnamento durante l'ultima fase della vita» di Caritas Lucerna, ci parla della sua esperienza.

### Quali sono i compiti delle persone che accompagnano chi è in fase terminale e cosa imparano durante la formazione di Caritas Lucerna?

L'essere umano può rinunciare a molte cose, ma non alle persone. L'accompagnamento alla morte è sinonimo di vicinanza a chi sta vivendo l'ultima fase della vita. Anche ai congiunti – soprattutto se sono familiari curanti. Nei nostri corsi affrontiamo argomenti come il distacco, il lutto, il morire e la morte. Inoltre discutiamo delle nostre idee ed esperienze riguardanti la qualità e il senso della vita. Insegniamo anche conoscenze specialistiche e quali sono molto concretamente le possibilità di sostegno nell'accompagnamento alla morte.

*«L'essere umano può rinunciare a molte cose, ma non alle persone.»*



© iStockphoto / FredFroese

### Come e dove offre aiuto in particolare chi accompagna alla morte?

L'accompagnamento alla morte avviene ovunque le persone trascorrono l'ultima fase della loro vita. La maggior parte delle persone muore in un istituto. Possono essere accompagnate anche in un contesto privato – per lo più dai familiari. Proprio in questo caso a svolgere un ruolo importante sono gli accompagnatori volontari, che sostengono i famigliari, ad es. vegliando il morente durante la notte. Altri offrono il loro aiuto anche di giorno. Spesso l'accompagnamento alla morte consiste nello stare vicino alla persona in silenzio o con la parola, se è ancora possibile comunicare, oppure a volte nel prestare piccole cure.

### Cosa motiva le persone a impegnarsi come volontario o volontaria nell'accompagnamento alla morte?

La motivazione è di varia natura. Spesso essa è frutto dell'esperienza personale con la malattia, la morte di un parente e il lutto associato. Attraverso questa esperienza molti acquisiscono una visione diversa della vita e hanno l'opportunità di confrontarsi con la propria finitezza. L'accompagnamento di chi sta morendo e semplicemente l'essere presente al suo fianco sono ritenuti un arricchimento da molti. Molte persone seguono la formazio-

ne per prepararsi ad accompagnare i propri genitori o dopo aver fatto questa esperienza e in seguito si impegnano per dedicarsi a persone terze. Una buona parte di queste sono pensionati che desiderano impiegare il loro tempo in modo utile. In linea di massima la capacità di esserci per gli altri non deve essere appresa, ma è innata – indipendentemente dalla nostra età. Dipendiamo gli uni dagli altri sin dalla nostra nascita. Chi accompagna alla morte non dà solamente, ma riceve anche molto. Non da ultimo la nostra vita ne guadagna in profondità.

### Quali sono le sfide che questi accompagnatori devono affrontare?

L'accompagnamento alla morte è un accompagnamento di persone in vita. Si trovano alla fine della loro vita, la cui durata in molti casi non è chiaramente prevedibile. Perciò l'accompagnamento alla morte è un accompagnamento alla vita. La priorità è sempre data alle esigenze della persona in fase terminale. La sfida consiste nell'essere semplicemente presente senza poter cambiare una situazione e questo con rispetto e considerazione. Questo compito non implica alcun orientamento alla prestazione, né agli obiettivi. Mettersi a disposizione senza intenzioni o giudizio è una sfida e proprio per questo è considerato un arricchimento.

## Cosa è importante?

Come e dove desidero passare questo periodo?

deceduta per comprendere che non vive più. I parenti hanno comunicato con lettere, fotografie, simboli, messaggi video e messaggi virtuali con la persona che stava morendo. Sono così nati anche nuovi rituali.

### Alle nostre latitudini la morte è un argomento tabù. Qualcosa è cambiato dopo la pandemia?

Uno degli effetti positivi della pandemia è stato il fatto che più persone hanno dovuto confrontarsi con temi come la qualità di vita, il morire, la morte e il commiato. La pandemia porta a una sensibilizzazione. Quest'anno abbiamo ricevuto molte iscrizioni ai nostri corsi per l'accompagnamento alla morte e abbiamo liste di attesa. Allo stesso tempo l'argomento è diventato più difficile. Non si ha solo paura degli altri, ma anche delle conseguenze incisive del virus e di dover morire senza la vicinanza dei propri cari.

### Ci si può preparare alla morte?

Secondo me è importante riflettere sui propri desideri per l'ultima fase della propria vita e la morte: cosa è importante per me? Come e dove desidero passare questo periodo? In linea di massima si dovrebbe riflettere su quale significato ha per noi la qualità di vita e quanta importanza diamo alla durata della vita. Di cosa siamo grati e cosa ricordiamo con piacere del nostro passato? Quale esperienza vorremmo ancora fare? Meglio non rimandare nulla a più tardi. Forse ci sono ancora cose che vorremo fare o risolvere una situazione. Questo ci può aiutare a partire più facilmente quando è giunto il momento. Oltre a lasciare le proprie direttive anticipate per iscritto, è importante parlare con i familiari. In questo modo si permette loro di aiutarci quando non siamo più in grado di autodeterminarci.

### Cosa auspica per il futuro nell'accompagnamento alla morte?

Che diventi parte di una cosiddetta società curante («Caring Community»). Questo significa che il prendersi cura l'uno dell'altro faccia parte della nostra

convivenza in tutte le fasi della vita. A questo scopo dobbiamo essere in contatto gli uni con gli altri e interessarci agli altri. Sul piano politico nel settembre 2020 il Consiglio federale ha approvato il rapporto «Migliorare l'assistenza e le cure alle persone che si trovano alla fine della loro vita» in cui propone una serie di misure per promuovere le cure palliative. La strategia nazionale della Confederazione mira ad assicurare le cure palliative di base in tutta la Svizzera. Sono inoltre necessarie cure palliative specializzate mobili, affinché più persone possano essere accompagnate al loro domicilio, se lo desiderano. Finora questo è ancora insufficiente. Per la realizzazione sono stati incaricati i Cantoni. Deve aumentare la consapevolezza dell'importanza del compito svolto dai volontari nell'accompagnamento di chi sta morendo e dei loro familiari.

### Thomas Feldmann

Thomas Feldmann dirige il servizio specializzato «Accompagnamento durante l'ultima fase della vita» di Caritas Lucerna dal 2018, che offre alle persone coinvolte, ai famigliari e volontari dei gruppi di accompagnamento alla morte le informazioni necessarie per l'assistenza e l'accompagnamento, come pure una consulenza specializzata e un'offerta di formazione. È teologo (MTh) e ha seguito una formazione continua in medicina palliativa specializzata interdisciplinare. Dal 2001 è titolare di uno studio di consulenza a Lucerna, dove lavora come psicoterapeuta di indirizzo sistemico per persone singole e coppie. Funge da supervisore nell'ambito delle cure palliative in diversi istituti.

Più info: [www.caritas-luzern.ch/begleitung](http://www.caritas-luzern.ch/begleitung)

Intervista: Sara Bagladi

A colloquio con Thomas Feldmann, Responsabile del servizio specializzato «Accompagnamento durante l'ultima fase della vita».

*«Durante l'ultima fase della vita molte persone guardano indietro alla loro vita con i parenti. Per questo sono importanti la vicinanza, la fiducia e uno scambio compassionevole.»*

L'isolamento è doloroso e difficile da sopportare, non solo per chi sta morendo. Questa situazione ha causato ai familiari molta sofferenza durante il processo di commiato e il lutto; quest'ultimo non può essere rimandato. Per i congiunti è importante avere anche un contatto fisico con la persona