



*Una piccola guida ricca di riflessioni, informazioni e, soprattutto, consigli per rendere meno gravosa e logorante la convivenza con persone anziane ammalate.*

Convivere con persone anziane che hanno problemi di salute mette spesso a dura prova la resistenza dei familiari. Il rapporto che si è sempre avuto cambia radicalmente: chi è figlio si ritrova a essere genitore del proprio genitore. Per molti, questo vuol dire rivoluzionare la propria vita. Ma è giusto? È sempre necessario? È a partire da queste domande e dalla sua lunga esperienza professionale di psicoterapia che Emma Luciani propone al lettore la piccola guida pratica "Se i nonni si ammalano".

Scriva l'autrice nella prefazione: "Lungi dall'aver pretese di sistematicità (esistono

articoli e manuali di psicogeriatrica per chi cercasse un diverso livello di approccio al problema), questo scritto si propone di rispecchiare e comprendere i vissuti di familiari in difficoltà e fornire loro alcuni spunti di riflessione e d'intervento, affinché l'esperienza di assistenza a un congiunto anziano ammalato sia meno gravosa e possa essere affrontata con consapevolezza e realismo, senza il logorante alternarsi di aspettative illusorie seguite da rabbia e delusione, ma anche evitando precipitose manovre espulsive, suscitate dall'inevitabile inerzia e dallo scoraggiamento derivanti dall'ignorare ciò che sta avvenendo nella mente della persona cara".

Facendo proprie le oscillazioni emotive molte volte sperimentate da chi si prende cura di un anziano in casa, l'Autrice fornisce informazioni e suggerimenti concreti: da come reagire a comportamenti che appaiono insensati a come cercare un aiuto valido che permetta di non lasciarsi travolgere dall'emergenza e di mantenere vivi i propri interessi. Volutamente, nel testo si evitano diagnosi precise, definizioni puntigliose, gergo medico, classificazioni dettagliate di sintomi, per rendere le riflessioni e le proposte più chiare e immediate. È comunque presente un piccolo Glossario finale, per fugare eventuali dubbi definitivi o soddisfare alcune curiosità scientifiche.

*Note aggiuntive sull'autrice*

**Emma Luciani**, specialista in neurologia e in psichiatria, è psicoterapeuta di formazione psicomotricità. Alla sua attività principale affianca quella della scrittura, con la passione di condividere i frutti della sua esperienza umana e professionale.

Con Paoline ha pubblicato *I tempi del dolore. Piccola guida alla elaborazione del lutto* (2013).