

IL GRAFFIO

L'arte di non dire nulla



L'arte di tacere, l'arte di non dire nulla può essere di certo un'arte perversa, maligna. Come quando è omertosa e viene utilizzata per coprire una colpa. O come quando serve a non rendere conto delle proprie responsabilità, a evitare di informare con chiarezza chi dovrebbe essere informato della realtà delle cose (a questo proposito ho recentemente assistito in prima persona allo straordinario show di un politico amministratore che è riuscito a parlare per quasi un'ora proprio senza dire nulla: in particolare nulla in risposta alle puntuali domande e richieste di chiarimenti che gli venivano poste da una decina di professionisti seduti con lui attorno a un tavolo: una prestazione artistica di livello eccezionale in un certo senso - ha gestito il suo non dire sempre in maniera gentile, sempre sorridendo e ha retto ogni urto senza scomporsi mai -, ma avvilente e catastrofica se presa ad esempio del rapporto tra cittadini e amministrazione pubblica). È altrettanto vero però che il saper tacere, il saper tenersi dentro le parole che di getto verrebbero da dire è anche il fondamento dell'arte somma che ogni medico e pediatra dovrebbe saper agire: l'arte di ascoltare. E ascoltando in silenzio, senza prevaricare i pensieri e i sentimenti di chi ci sta davanti e il suo bisogno di esprimerli, dell'arte di condividere con il paziente e la sua famiglia il loro più vero, più profondo, più intimo e personale turbamento. Sta di fatto, peraltro, che noi medici siamo più spesso buoni parlatori che empatici auscultatori, tanto più quando ci sentiamo professionalmente autorevoli: e, con il nostro egocentrico e straripante bisogno di dire la nostra, interrompiamo il paziente, ammutolendolo e finendo con il porci noi alla guida del suo dire (un recente studio sull'argomento - Singh Ospina N, et al. Eliciting the patient's agenda - secondary analysis of recorded clinical encounters. J Gen Intern Med 2019;34 (1):36-40 doi: 10.1007/s11606-018-4540-5. - dimostra che lo facciamo mediamente già dopo 11 secondi dall'inizio di ogni visita!). Del resto, che le cose vadano così c'era da aspettarselo: visto che "a scuola", nei corsi di Laurea e di Specialità, ci viene insegnato perlopiù soltanto a dire quello che sappiamo. E poco o nulla spazio viene dedicato all'insegnamento

delle regole e dell'esercizio del buon tacere e del buon ascolto. Fatto in sé paradossale perché, specie nelle situazioni più difficili ed emotivamente destabilizzanti, è proprio grazie al nostro silenzio che il paziente e la sua famiglia meglio riusciranno a elaborare pensieri e preoccupazioni, a riconoscere e a esprimere con le parole i dubbi e le angosce più profonde. E a percepirci, infine, come guide credibili e solidali nel prendere le decisioni e le scelte che li riguardano. Ma non si creda che basti tacere, tanto o almeno un po'. Che basti cioè la quantità del tacere. Com'è ovvio che sia e com'è stato di recente sottolineato (Kaye EC, et al. The art of say nothing. Pediatrics 2022;149(6):e2022056862. doi: 10.1542/peds.2022-056862) (non perdetevi questa lettura, mi raccomando) ci sono silenzi di diversa qualità. E anche a star zitti bisogna... imparare. Perché alcuni silenzi andrebbero evitati (come quello imbarazzato, in cui spesso precipitiamo dopo aver piazzato la stoccata di una brutta notizia o come quello palesemente impaziente o scostante o che comunque comunica indifferenza). Quello che invece noi vogliamo avere la certezza di saper agire è il silenzio solidale: il cosiddetto silenzio invitazionale e di connessione. Quello ad esempio accompagnato da una metacomunicazione empatica e preceduto da domande aperte - "dimmi di più senza paura di sbagliare a dire" - o da dichiarazioni solidali - "non posso certo immaginare come ti senti, ma se mi aiuti ci provo" - . Modalità di silenzio queste che dovremmo saper reiterare per riempire ogni colloquio di ventate di aria fresca. Qualcuno ha scritto che l'apice della comunicazione e dell'arte medica sta nella capacità di porre in essere quel silenzio (quella quiete) che permette di percepire l'umanità ("the stillness to listening to humanity"): un silenzio sacrale, uno spazio senza parole fatto al tempo stesso di assertività e rispetto, autorevolezza e vicinanza, consapevolezza e impegno nella presa in carico e nella cura. Non so se è troppo, non so se magari vi sembra di non aver proprio nulla da imparare nel saper tacere. Ma intanto non sarebbe male che ognuno di noi, prima di proferir parola, prima di ribattere, prima di dire la sua si soffermasse un attimo a pensarci sopra. In silenzio, appunto.

Alessandro Ventura