

IL LUTTO E L'ACCOMPAGNAMENTO DEI DOLENTI



P. ARNALDO PANGRAZZI m.i.
SANTUARIO VICOFORTE - MONDOVI
30 NOVEMBRE - 1 DICEMBRE 2018

“C'È UN TEMPO PER NASCERE E UN TEMPO PER MORIRE, UN TEMPO PER PIANGERE E UN TEMPO PER RIDERE, UN TEMPO PER TACERE E UN TEMPO PER PARLARE”
 (Eccl. 3, 1 – 8)

EPISODI LUTTUOSI NEL NUOVO TESTAMENTO



EPISODI LUTTUOSI NEL NUOVO TESTAMENTO

- **LAZZARO**
(Giovanni 11, 1-73)
- **LA FIGLIA DI GIAIRO**
(Luca 8, 40-56)
- **LA MORTE DI GIOVANNI BATTISTA**
(Matteo 14, 10-14)

- **LA VEDOVA DI NAIM**
(Luca 7, 11-15)
- **IL SUICIDIO DI GIUDA**
(Matteo 27, 3-5)
- **LA MORTE DI GESÙ**
(Marco 14, 32-42)

LUTTO

↓

LUGERE - PIANGERE

↓

MORTE DI UNA PERSONA CARA

LUTTO

↓

MORTE DI UNA PERSONA CARA

↓

4 FATTORI IMPORTANTI

- **CIRCOSTANZE DI MORTE**
- **RELAZIONE CON IL DEFUNTO**
- **RISORSE INTERIORI**
- **SUPPORTO ESTERNO**



1. CIRCOSTANZE DI MORTE

VISSUTI LUTTUOSI

- **LUTTI ANTICIPATORI**
(VECCHIAIA, MALATTIA CRONICA O TERMINALE...)
- **LUTTI COMUNITARI**
(TERREMOTO, TSUNAMI, CATACLISMI NATURALI...)

LUTTI IMPREVISTI
(INFARTO, ICTUS...)

LUTTI VIOLENTI
(INCIDENTI STRADALI O SUL LAVORO, GUERRA, OMICIDI, SUICIDI...)

LUTTI SOSPESI O IRRISOLTI
(MORTE DI UN BIMBO IN GRAVIDANZA, IMPOSSIBILITÀ DI VEDERE LA SALMA DEL PROPRIO CARO, MANCANZA DI CERTEZZA SULLA MORTE...)

2. RELAZIONE CON IL DEFUNTO

LA RELAZIONE CON IL DEFUNTO

- **ETÀ E SESSO DEI SUPERSTITI**
- **GRADO DI PARENTELA**
- **GRADO DI DIPENDENZA**
 - PSICOLOGICO
 - ECONOMICO
 - SOCIALE

● **IL RAPPORTO CON IL DEFUNTO:**

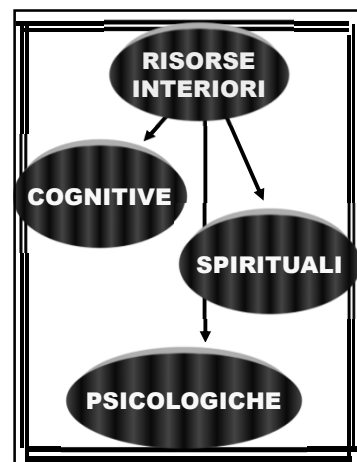
- SANO
- AMBIVALENTE
- DI DIPENDENZA

3. SUPPORTO ESTERNO

SUPPORTO ESTERNO

- FAMIGLIA { COESIONE
DISTANZA
- AMICI
- CHIESA
- CULTURA
- PROFESSIONISTI
- LAVORO...

4. RISORSE INTERIORI





- DIVERSE REAZIONI NEL LUTTO**
- NEGAZIONE
 - ISOLAMENTO
 - PROTESTA
 - COLPEVOLIZZAZIONE
 - REGRESSIONE

- SOMATIZZAZIONE
- COMPENSAZIONE
- DEPRESSIONE
- ACCETTAZIONE...



- MANIFESTAZIONI FISICHE**
- ALTERAZIONI DELL' APPARATO {
GHIANDOLARE NERVOSO
CIRCOLATORIO
DIGESTIVI
- PIANTO
 - SVENIMENTI
 - FITTE AL PETTO
 - INAPPETENZA
 - INSONNIA

- MAL DI TESTA
- AGITAZIONE
- PERDITA DELLA FORZA FISICA
- CRAMPI ALLO STOMACO
- ERUZIONI CUTANEE
- PERDITA DEL DESIDERIO DI RAPPORTI SESSUALI...

- MANIFESTAZIONI MENTALI**
- DIFFICOLTÀ A CONCENTRARSI
 - PERDITA DELLA PROGETTUALITÀ

- RICERCA DELLA PERSONA DEFUNTA
 - ➔ FOTOGRAFIE
 - ➔ OGGETTI PERSONALI
 - ➔ LUOGHI CARI
 - ➔ PERCEZIONI AUDITIVE VISUALI
 - ➔ SOGNI...

MANIFESTAZIONI SOCIALI

- RISENTIMENTO
- CHIUSURA / ISOLAMENTO
- SENSO DI NON APPARTENENZA
- ELABORAZIONE DI UNA NUOVA IDENTITÀ

MANIFESTAZIONI SPIRITUALI

- CADUTA DELL'ILLUSIONE DI IMMORTALITÀ
- CONSAPEVOLEZZA DELLA PROPRIA FRAGILITÀ E IMPOTENZA

REAZIONI NEI CONFRONTI DI DIO:


- ↓ AMAREZZA E RISENTIMENTO
- ↓ SENSO DI ABBANDONO
- ↓ PROTESTA COMPORTAMENTALE
- ↓ INDIFFERENZA
- ↓ RINNOVATA FIDUCIA
- RICERCA DI NUOVI SCOPI E SIGNIFICATI

MANIFESTAZIONI EMOTIVE

VENTAGLIO DI SENTIMENTI:

- SHOCK { STORDIMENTO
PANICO
INCREDULITÀ
- COLLERA CONTRO { DIO
MEDICI
DEFUNTO

- COLPA { IRRAZIONALE
NORMALE
IDEALIZZAZIONE DEL DEFUNTO
LEGATO A CONDIZIONAMENTI SOCIALI
- TRISTEZZA, SOLITUDINE
- PAURA, ANGOSCIA
- DEPRESSIONE
- SOLLIEVO...

WILLIAM WORDEN
PROFESSORE DI
PSICOLOGIA
ALL'UNIVERSITÀ DI
HARVARD.
QUATTRO COMPITI PER
ELABORARE UN LUTTO:

COMPITI NEL CORDOGLIO

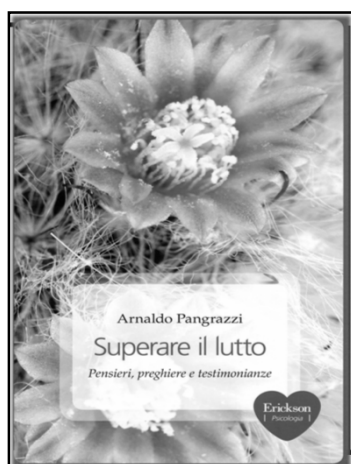
- ACCETTARE LA PERDITA
- ESPRIMERE IL CORDOGLIO

- ADATTARSI AD UNA VITA CAMBIATA
- INVESTIRE IN NUOVE CAUSE E/O RELAZIONI



- PERCORSI PROBLEMATICI NEL LUTTO**
- IDEALIZZAZIONE DEL DEFUNTO
 - MUTISMO
 - VITTIMISMO
 - COLPEVOLIZZAZIONE

- IMMOBILISMO / IPERATTIVISMO
- RITUALISMO
- INDURIMENTO DEL CUORE



- FRASI DA EVITARE**
- È STATA LA VOLONTÀ DI DIO
 - SO COME TI SENTI
 - IL TEMPO GUARISCE TUTTO
 - LUI / LEI È FELICE ORA
 - TI SPOSERAI DI NUOVO
 - AVRAI ALTRI BAMBINI

- SEI FORTUNATA CHE HAI ALTRI FIGLI
- TUO FIGLIO ADESSO È IN CIELO
- DIO AMAVA VERAMENTE IL TUO BAMBINO, SE LO HA PRESO CON SÈ
- NON PIANGERE
- PENSA AD ALTRO

- DIMENTICA IL PASSATO... DEVI ANDARE AVANTI
- CHI CREDE IN DIO NON PIANGE
- SII FORTE PER I BAMBINI
- NON LASCIARTI PRENDERE DALLA TRISTEZZA
- NON ARRABBIARTI...

FRASI CHE AIUTANO

- NON SO COSA DIRTÌ...
- VUOI DIRMI COSA STAI PROVANDO?...
- MI RICORDO QUESTO O QUEST'ALTRO DI...
- HAI IL DIRITTO DI SENTIRTI COSÌ...

- PRENDI IL TUO TEMPO... NON C'È UN MODO GIUSTO O SBAGLIATO DI VIVERE IL CORDOGLIO...
- SONO QUI PER TE...
- LA TUA RABBIA TRASMETTE CIÒ CHE PROVI IN QUESTO MOMENTO...
- LA VITA TALVOLTA È INGIUSTA...

- MI SENTO CONFUSO... MA HO VOLUTO VENIRE A TROVARTI...
- PIANGI PURE, TI AIUTA A LIBERARE LA TRISTEZZA CHE HAI DENTRO...
- VUOI PARLARNE O PREFERISCI NON PARLARNE?
- CHE COSA RICORDI IN QUESTO MOMENTO?



“LA NOSTRA TRISTEZZA INFINITA SI CURA SOLTANTO CON UN INFINITO AMORE”

(Papa Francesco
Evangelii gaudium
n° 265)

IL VANGELO DI SALVEZZA NEL LUTTO

- **CONFORTO SPIRITUALE:**
 - ↓ LA LITURGIA DELLE ESEQUIE
 - ↓ L'ANNUNCIO PASQUALE E LA FEDE NEL RISORTO
 - ↓ DIO IL DESTINO DELL'UOMO

- **SOLIDARIETÀ UMANA E CRISTIANA:**
 - ↓ SUPPORTO AI FAMILIARI
 - ↓ RIFLESSIONI SUL TEMA DEL LUTTO E DELLE PERDITE
 - ↓ MESSE IN RICORDO DI...
 - ↓ GRUPPI DI PREGHIERA
 - ↓ CENTRI DI ASCOLTO
 - ↓ MUTUO AIUTO NEL LUTTO...

■ TRASFORMARE IL DOLORE IN AMORE:

- ↓ **TESTIMONIANZE DI SPERANZA**
- ↓ **COINVOLGIMENTO IN ATTIVITÀ SOCIALI E PARROCCHIALI**
- ↓ **CONSOLARE GLI AFFLITTI: IL MINISTERO DELLA CONSOLAZIONE**



INTERVENTI NEL LUTTO

SOSTEGNO UMANO E MORALE

INTERVENTI PSICOTERAPEUTICI

INTERVENTI FARMACOLOGICI

- **TRANQUILLANTI O ANSIOLITICI**
- **SONNIFERI**
- **ANTIDEPRESSIVI**

GRUPPI DI MUTUO-AIUTO



1. COMUNIONE (SOCIALIZZAZIONE DEI FERITI)

↓

■ PER SUPERARE LA SOLITUDINE E L'ISOLAMENTO

2. CONDIVISIONE (NARRAZIONE E CATARSI)

↓

■ PER RIDIMENSIONARE L'AUTOREFERENZIALITÀ E IL SENSO DI DISPERAZIONE

3. GUARIGIONE (RICONCILIAZIONE CON QUANTO ACCADUTO E PROGETTUALITÀ FUTURA)

↓

■ PER EVITARE LA CRONICITÀ DEL DOLORE E IL DOMINIO DI PENSIERI E SENTIMENTI NEGATIVI

**4. MISSIONE
(FECONDITÀ)**

↓

**■ PER EVITARE LA
STERILITÀ E
TRASFORMARE IL
DOLORE IN
ACCRESCIUTA UMANITÀ
E SOLIDARIETÀ**

Arnaldo Pangrazzi

**IL DOLORE NON È
PER SEMPRE**

*Il mutuo aiuto nel lutto
e nelle altre perdite*

Erickson

**“QUELLO CHE
ABBIAMO AMATO
NON LO
PERDEREMO MAI.
TUTTI QUELLI CHE
ABBIAMO AMATO
PROFONDAMENTE,
SI CONVERTONO IN
PARTE DI NOI
STESSI”**

(Helen Keller)