

Associazione RIVIVERE

Servizio di supporto psicologico di base gratuito per le persone e le famiglie in lutto

Il lutto è un tempo di crisi. Crisi che ognuno di noi cerca di attraversare con i propri mezzi.

Possiamo superare questa crisi se la morte del caro defunto è dolce e ci sorprende in un momento di socialità positiva, possiamo, invece, avere bisogno di aiuto, per superare la crisi, se la perdita è traumatica e avviene in un momento di solitudine.

Ma cosa si intende per superare il lutto, la crisi?

Superare una crisi significa fare le “scelte” necessarie a riavviare la vita ritardata o bloccata dai cambiamenti negativi che la crisi stessa ha determinato.

Uscire da una crisi ritardata o bloccata significa, rivivere, non sentendosi più in uno stato di vulnerabilità, di invivibilità o di non senso della vita.

Un aiuto efficace per rivivere dopo una crisi consiste nell'intervenire sui quadri psicopatologici o sugli stati d'animo (stato di vulnerabilità, d'invivibilità o di non senso della vita), integrando le insufficienti risorse biologiche, personali, sociali e umane degli individui in crisi, in modo che possano “crescere”, quel tanto che è loro necessario, per integrare nella loro vita i cambiamenti che la crisi vi ha apportato.

Nel nostro contesto culturale le due principali alternative attraverso le quali si cerca di superare il lutto sono:

1. l'indistinto e confusivo “bricolage” delle tante tecniche di elaborazione del lutto che la post-modernità e la new age mettono a disposizione tramite i loro più o meno telegenici guru;
2. il sottrarsi al lutto come ci si sottrae a ciò che si ritiene senza soluzione e cioè con la distrazione e con l'oblio che essa favorisce.

Entrambe queste modalità possono ovviamente “funzionare” e consentire alle persone in lutto di “rivivere” senza troppe conseguenze dopo una grave perdita.

E' difficile stabilire in quale percentuale nella popolazione queste due modalità funzionino. L'esperienza dice però chiaramente che:

- queste modalità hanno i loro effetti collaterali più o meno gravi: quanti psicofarmaci, droghe o magie e illusioni si consumano per distrarsi da una perdita che non si affronta o per “raccontarsi” che non c'è stata nessuna perdita perché ciò che si è perso si può far “rivivere” così com'era?;
- nelle situazioni di lutto più gravi (morte traumatica, solitudine e/o presenza di precedenti vulnerabilità dei superstiti) il bricolage post-moderno e la strategia della distrazione messe a disposizione dal nostro tempo non bastano e per distrarsi bisogna “drogarsi” molto a fondo o non si riesce a distrarsi e si cade in “depressione”.

Inoltre molte situazioni di crisi non possono essere superate individualmente e spesso esse colpiscono la comunità nel suo complesso, cioè nelle sue strutture profonde mettendo in crisi il senso stesso del vivere insieme.

Sono le situazioni in cui l'elaborazione del lutto non può esser lasciata all'individuo, poiché ciò equivarrebbe ad abbandonarlo, né può esser lasciata all'improvvisazione del bricolage, né tanto meno si può proporre che una collettività si distraga e dimentichi di fronte ad eventi come una catastrofe o il suicidio di un giovane.

Le premesse che abbiamo illustrato ed esemplificato fondano la necessità di costruire una rete di intervento psico-socio-culturale in grado di confrontarsi costruttivamente con la complessità dei problemi emergenti dalla attuale situazione di carenza del nostro paese.

Da queste riflessioni nasce a Bologna nel 2006 l'associazione culturale RIVIVERE, fondata dal Professor Francesco Campione¹.

¹ Francesco Campione insegna Psicologia Clinica alla Facoltà di Medicina dell'Università di Bologna. Coordina il servizio di aiuto psicologico nelle situazioni di crisi, separazione e lutto presso il Dipartimento di Psicologia dell'Università di Bologna. Coordina il

RIVIVERE è un'associazione culturale impegnata in numerose iniziative di supporto psico-sociale gratuito. Si tratta di un insieme di interventi di counseling, di aiuto psicologico e di volontariato, nonché di attività culturali, che permettono alle persone di affrontare e superare le situazioni di crisi. RIVIVERE è un luogo di supporto, incontro, confronto e cultura, pronto a ospitare e costruire sostegno e solidarietà nelle situazioni critiche della vita. Lo scopo dell'associazione è di promuovere la cultura dell'aiuto nei confronti di coloro che vivono di persona o in famiglia una crisi (lutti, malattie fisiche e psichiche gravi, incidenti, perdita del lavoro, ecc.) e cercano vie per "rivivere".

Inoltre, promuove lo studio interdisciplinare della morte e del morire e di tutti i temi ad essi connessi. L'Associazione Rivivere è operativa a Bologna, Faenza e dal 2018 anche a FORLÌ.

Le persone che usufruiscono del supporto psicologico sono eterogenee per età, sesso, provenienza e condizione socio-economica; il 60% di queste si rivolgono all'associazione per lutti da morte naturale, il 40% per lutti da morte accidentale.

Il **supporto psicologico di base** è attivato su segnalazione della persona stessa, dei caregivers o di coloro che attuano il primo intervento (soccorritori e personale dell'emergenza, personale dell'assistenza domiciliare, dell'ospedale e degli hospices). Tale intervento consiste nella possibilità per le famiglie di ricevere un supporto psicologico gratuito (per un massimo di sette incontri) volto a:

- Individuare i bisogni specifici dell'individuo e/o delle famiglie in lutto fornendo un aiuto per progettarne ed avviarne il superamento.
- Valutare il processo del lutto per prevenirne i fattori di distorsione, ritardo e blocco.
- Attuare un intervento focale breve per rimuovere gli ostacoli (ad esempio la repressione delle emozioni negative e del pianto) ad un corretto andamento del lutto che possono essere già presenti nelle prime fasi.

Per maggiori informazioni o chiedere un appuntamento il numero di telefono a cui rivolgersi è 051 552413 (dal lunedì al venerdì dalle 9,30 alle 12,30); è possibile scrivere all'e-mail amicidirivivere@gmail.com

Per saperne di più il sito internet è: www.progettorivivere.it

La sede di Forlì è in Corso G. Garibaldi 142, c/o sede del Comitato di quartiere Schiavonia-San Biagio (si riceve solo su appuntamento).

Dott.ssa Cristina Bindandi

Dott.ssa Roberta Bucchini