

*Università degli Studi di Ferrara*  
*Dipartimento di Studi Umanistici*



*Master in:*  
*“Tutela, diritti e protezione dei minori”*  
*a.a. 2020/2021*

*Imparare a conoscere la morte tramite la*  
*Death Education: “A spasso per la vita.*  
*Un percorso laboratoriale di Educazione*  
*alla morte per bambini della Scuola*  
*Primaria”*

*Relatore*  
*Dottoressa Monica Betti*

*Elaborato di*  
*Borgo Veronica*

# **INDICE**

## **Introduzione**

### **Capitolo 1- Il lutto**

#### 1.1 Fenomenologia del lutto

1.1.1 Il lutto come lavoro di memoria di Sigmund Freud

1.1.2 Il lutto come restaurazione del proprio mondo interno di Melanie Klein

1.1.3 Il lutto secondo la Teoria dell'attaccamento di John Bowlby

1.1.4 Le fasi del lutto di Therese Rando

#### 1.2 Le fasi di elaborazione del lutto

1.2.1 Elaborare il lutto per il bambino

1.2.2 Elaborare il lutto per l'adolescente

1.2.3 Elaborare il lutto per l'adulto

#### 1.3 Il difficile adattamento al lutto

1.3.1 Il lutto patologico

1.3.2 Il lutto traumatico

#### 1.4 La risoluzione del lutto

### **Capitolo 2- L'educazione alla morte**

#### 2.1 Cos'è e come funziona la Death Education

2.1.1 Death Education a scuola

2.1.2 Death Education con i bambini per la normalizzazione del morire

2.1.3 Death Education come prevenzione dalla violenza e dal suicidio in adolescenza

#### 2.2 Differenti modalità per educare alla morte

2.2.1 Educazione alla morte come "distrazione dal pensarci"

2.2.2 Educazione alla morte come "elaborazione positiva della morte nell'ambito del processo di maturazione cognitivo emotivo"

2.2.3 Educazione alla morte come “narrazione dell’eternità”

2.3 Progetti già attuati di Death Education

2.3.1 Uno sguardo al cielo

2.3.2 Io non ho paura

**Capitolo 3 – “A spasso per la vita. Un percorso laboratoriale di educazione alla morte per bambini della Scuola Primaria”**

3.1 Introduzione

3.2 Pubblicazione integrale del progetto

**Conclusioni**

**Ringraziamenti**

**Bibliografia**

## **Introduzione**

La morte è, purtroppo o per fortuna, una fase inevitabile della nostra esistenza, dolorosa e traumatica per adulti, adolescenti e bambini. Per questo motivo, conoscerla e venirne educati fin da piccoli è sicuramente molto importante.

Nel primo capitolo dell'elaborato si intende affrontare il tema del lutto, cominciando in chiave fenomenologica citando il contributo di alcuni Autori molto noti nella psicologia quali Sigmund Freud, Melanie Klein, John Bowlby ed infine Therese Rando. A seguire, viene preso in esame come tale accadimento è vissuto e percepito dai soggetti nelle sopracitate fasi evolutive.

Per essere educati alla morte è importante avere accanto figure amevoli e di fiducia, in grado di accogliere sconforto e sofferenza del sopravvissuto ma anche allo stesso tempo di spronarlo a credere ancora alla bellezza della vita. Bisogna poi costruire o possedere un buon baglio emotivo al fine di saper riconoscere le emozioni negative per esplicitarle, sfogarle e metabolizzarle.

Per comprendere appieno l'esperienza della perdita, fondamentale, così come per ogni altra spiacevole questione, è la verità, giustamente calibrata e calmarla in base all'età dei soggetti.

Evitare l'argomento, piuttosto che camuffarlo tramite aforismi, non riduce il dolore della morte, anzi, al contrario ne implementa vissuti spiacevoli generati da risposte semplicistiche e silenzio, creando così intorno al lutto un alone di paura e mistero. È per questa ragione dunque che nel

secondo capitolo si analizza il concetto di Death Education, nato negli Stati Uniti negli anni Settanta, prendendo inoltre in esame tre ideologie, presenti nella nostra società inerenti alla morte. Il luogo prediletto per l'attuazione e lo svolgimento dei progetti di Death Education è la scuola che, insieme alla famiglia, rappresentano le due istituzioni più rilevanti per lo sviluppo cognitivo ed emotivo del bambino.

Segue l'analisi più accurata di due lavori di educazione alla morte già attuati in territorio italiano:

“Uno sguardo al cielo” a cura dell'Università degli studi di Ferrara e “Non ho più paura” di Testoni e Floriani.

Nel terzo ed ultimo capitolo infine viene presentato integralmente il progetto “A spasso per la vita” elaborato dalla sottoscritta con la supervisione del Prof. Emanuele Ortu: con questa attività si intende far compiere agli alunni beneficiari una sorta di viaggio nell’esistenza umana articolata in tre tappe: nascita, trasformazione e morte, dove un ruolo assai rilevante viene giocato dal tempo.

## **CAPITOLO 1 – IL LUTTO**

Nella nostra società, liquida ed individualista, il dolore del lutto viene considerato essenzialmente un fatto privato ma di dominio sociale, di cui il peso ricade esclusivamente sul singolo e le poche persone a lui realmente vicine.

Culturalmente, tendiamo invece a rimuovere il tema della morte, destinandolo nell'ombra dell'inconscio collettivo pensando così di reprimere anche tutta quella serie di sentimenti, leciti e legittimi legati all'evento.

L'uomo occidentale, dunque, sembra voler negare alla sua mente quello che il suo corpo ed il suo inconscio in ogni caso conoscono, cioè che dalla morte non si può sfuggire.

In questo primo capitolo si intende descrivere in generale il fenomeno del lutto, dapprima citando autori competenti a riguardo, andando poi ad analizzare quelle che, per la comunità psicologica, vengono definite le fasi di elaborazione del lutto, capendone se ne varia il vissuto in base all'età in cui viene subita la perdita. Verranno poi esaminati i così detti lutti irrisolti ovvero il lutto patologico e quello traumatico, studiando infine il momento di risoluzione ed interiorizzazione del lutto

### **1.1 La fenomenologia del lutto**

Con il termine lutto viene indicato lo stato d'animo che si vive in seguito alla perdita di una persona cara. Questo doloroso processo psicologico avviene non solamente parlando di morte, ma anche di separazione, di abbandono oppure per la fine di una relazione importante. L'unico modo per uscire da una situazione di perdita, purtroppo o per fortuna, facile o difficile che sia, è accettarla e reagire, continuare ad andare avanti con la propria vita, dando un senso a questa perdita.

Fondamentale è sicuramente il tempo, il dolore certamente non svanisce mai del tutto, ma si allevia, tramutandosi in un dolce ricordo.

Questo paragrafo, intitolato "La fenomenologia del lutto", intende descrivere quelle che sono le dinamiche interne che si attivano a livello individuale quando ci si trova ad affrontare una perdita.

Per fare ciò ho deciso di citare il contributo di quattro autori esperti in materia: Sigmund Freud, Melanie Klein, Jhon Bowlby e Therese Rando

### **1.1.1 Il lutto come lavoro di memoria di Sigmund Freud**

Secondo il pensiero di Sigmund Freud, l'elaborazione del lutto risulta essere dirompente nella vita del singolo quanto, nel suo complesso, nell'equilibrio della società.

Da sempre gli uomini sembrano voler evitare l'ineluttabilità del loro appuntamento con la morte assumendo un continuo comportamento, conscio ed inconscio, di evitamento nei suoi riguardi. Vi è dunque nell'individuo una contraddizione tra la contemplazione razionale dell'evento morte e l'incapacità di accettare il pensiero della propria mortalità, dovuto ad un conflitto primitivo che impedisce all'inconscio di accettare l'idea della morte. Per questo motivo è importante educare fin da piccoli al concetto di limite, evitando così il silenzio sia personale che sociale circa l'argomento. Freud spiega come il contraddittorio precedentemente menzionato possa andare in cortocircuito solo qualora riguardi la perdita di una persona tanto amata. È proprio dal conflitto emotivo scatenato dalla morte di un soggetto molto caro che si scatena nell'uomo una maggiore capacità e maturità di riflessione sulla caducità della vita e dell'immortalità del proprio essere.

Nell'ideologia freudiana il lavoro di elaborazione del lutto è un processo doloroso e graduale in quanto necessita sia del recupero dei legami libidici, precedentemente investiti in un oggetto posto ormai al di fuori del proprio Io, cioè il defunto, sia da un progressivo reinserimento di energia psichica verso un oggetto sostitutivo.

Il lavoro del lutto, per natura conservatrice umana verso i suoi investimenti di libido, risulta essere assai lento e faticoso ed un ruolo fondamentale viene giocato dai ricordi e dalla memoria, perché, come dice Freud, il lavoro del lutto è un lavoro di memoria.

La memoria è quella facoltà necessaria che gradualmente rende possibile il distacco dalla persona amata e perduta, perché, mediante i ricordi si genera la consapevolezza che l'oggetto, su cui si era investita molta energia psichica e libidica, ormai non c'è più.

Esiste una memoria volontaria attraverso cui il soggetto evoca l'oggetto perduto, ma esiste anche una memoria involontaria dove è l'oggetto a rappresentarsi insistentemente al soggetto come a non volerlo lasciar dimenticare.

Il lavoro del lutto, in quanto lavoro di memoria, consiste nel permettersi di dimenticare attraverso un esercizio di ri- memorizzazione dei ricordi e delle esperienze. La memoria propone di volta in volta alcuni frammenti dell'oggetto su cui l'Io deve poter svolgere un processo di disinvestimento. L'Io dunque si trova a dover decidere se vivere alimentato dai ricordi ma divorato dal dolore, oppure se, spinto dalle soddisfazioni narcisistiche possibili e offerte dalla vita, dare un taglio netto all'attaccamento avuto nei riguardi della persona ormai venuta a mancare.

In conclusione ed in sintesi, per Freud, l'elaborazione del lutto si può descrivere come processo dotato di tempo proprio dove la memoria, grazie alla sua capacità di elaborazione, rende possibile l'interiorizzazione dei ricordi del soggetto mancato. Ricordare è dunque l'unica soluzione possibile per poter dimenticare!

### **1.1.2 Il lutto come rappresentazione del proprio mondo interno di Melanie Klein**

Melanie Klein, psicanalista di origini austriache, ritiene che il lutto abbia un ruolo fondamentale per lo sviluppo psichico dell'individuo in quanto ha grande influenza sul concetto di angoscia, avente fondamento nella pulsione di morte, innata e primordiale.

Dopo un'attenta osservazione clinica dei bambini, la prima e più significativa esperienza di perdita osservata dalla Klein si vive nella posizione depressiva infantile, dove il bambino attraversa stati psichici equivalenti al lutto degli adulti. Nel periodo dello svezzamento il bambino, tramite appunto questa posizione depressiva, si confronta con il dolore, con la perdita, con i sensi di colpa, volti verso un oggetto specifico che inizialmente è il seno materno, il latte, o comunque ciò che per la psiche infantile, vuol a dire amore, bontà e sicurezza. Se il bambino riesce a vivere la perdita, elaborando il dolore e la colpa, riuscendo però a conservare la capacità di godere di un buon rapporto con l'oggetto d'amore e, se l'oggetto d'amore sarà capace di rinforzare la fiducia nella bontà propria e degli altri, allora riuscirà ad instaurare una buona capacità di rapporto con l'oggetto amato e ciò comporterà per il futuro la capacità di instaurare buoni rapporti e compiere buone e degne esperienze. Al contrario, gli eventi spiacevoli o la mancanza di esperienze positive, o ancora l'assenza di un rapporto intimo e felice con l'oggetto d'amore, accrescono l'ambivalenza nei

rapporti riducendo fiducia e speranza verso il futuro. Se il lutto infantile è stato elaborato malamente per un rapporto primario difficile e non soddisfacente, anche le perdite e i lutti in età adulta saranno vissuti in modo disturbato.

Il lavoro del lutto consiste dunque in un processo di reinstallazione dell'oggetto d'amore perduto ed in una restaurazione del proprio mondo interno tramite sia nuove conoscenze e nuovi rapporti nel mondo esterno, mediante la ricostruzione della propria parte più intima e profonda, disgregata nel momento della perdita. Questo processo è assai complesso e di grande dispendio emotivo in quanto insito di una duplice fatica: integrazione ed interiorizzazione sia del soggetto assente che dei ricordi a lui relativi che restaurazione della propria persona, della propria quotidianità, della propria vita, che, volente o nolente, continua a scorrere veloce senza chiedere permesso.

Affinché il lavoro del lutto possa essere per la persona un'occasione di maturità personale è necessario provare a pieno e vivere il dolore. Dolore relativo alla perdita, alla mancanza, ed alla consapevolezza circa l'impossibilità di riavere indietro la persona amata.

L'esperienza della morte risulta fondamentale per comprendere il concetto di limite sia personale, in quanto soggetti destinati ad una fine che generale, sociale, riguardante ciò che ci circondano.

### **1.1.3 Il lutto secondo la teoria dell'attaccamento di Jhon Bowlby**

Il contributo di Bowlby è fondamentale per comprendere i fenomeni che compaiono dopo la perdita di una figura di riferimento. Tale assenza attiva un sistema motivazionale innato di attaccamento che spinge alla ricerca della persona perduta essendo disposti a fare qualsiasi cosa per poter avere indietro l'affetto, la presenza e le cure di essa. Quando tali sforzi falliscono gli individui in lutto attraversano un periodo, di durata variabile, di tristezza e disperazione.

La persona che ha subito la perdita deve dunque riorganizzare i propri MOI, modelli operativi interni e la propria quotidianità provando ad aprirsi a nuove conoscenze e relazioni.

Secondo Bowlby, è proprio questo processo di riorganizzazione conseguente al cordoglio ad essere denominato "processo di elaborazione del lutto" e ne fa riferimento all'interno della sua opera intitolata "La perdita" scritta nel 1980, dove inoltre ne delinea quattro fasi. La prima è quella di

*stordimento ed incredulità* dove, non appena compreso l'accaduto, la persona non riesce e non vuole accettare quanto successo.

Superato questo stato, di durata variabile da soggetto a soggetto, si comincia a rendersi conto effettivamente della perdita. È a questo punto che, secondo l'autore, sopraggiunge un sentimento chiamato *spasimo*. Questo è caratterizzato dal desiderio e dalla voglia permanente e persistente della persona venuta a mancare. Tutti i pensieri sono rivolti al defunto con l'unico scopo di provare dolore, volendo così inoltre manifestare l'urgenza di cercare chi non c'è più.

La seconda è detta appunto fase della *ricerca* perché si articola mediante alcune strategie messe in atto da chi ha subito la perdita, nel tentativo di riavere indietro il proprio caro. In primo luogo vi è la tendenza a ripercorrere con la memoria tutti i momenti trascorsi con la persona perduta al fine di mantenerne vivido il ricordo. Il soggetto in lutto, inoltre, pone la sua attenzione verso quei luoghi o ambienti riconducibili allo scomparso, avvertendo frequentemente anche dispercezioni visive ed uditive.

La terza fase, di *disorganizzazione e disperazione*, è invece caratterizzata da uno stato di disattenzione e disinteresse verso tutto ciò che accade nel mondo esterno. Questa è insita di depressione e tristezza derivanti dall'insuccesso circa tutti gli sforzi invanì, messi in atto per ri avere indietro il defunto. Subentra inoltre nel soggetto un sentimento di collera costante rivolta sia verso sé stesso che nei riguardi degli altri.

Nell'ultima fase, quella di *riorganizzazione*, Bowlby, come gli autori precedentemente citati ovvero Freud e la Klein, ritiene che affinché il lutto abbia un decorso favorevole sia indispensabile e necessario vivere la collera e provare dolore. Dolore sia emotivo che talvolta anche fisico, causato dall'esperienza della perdita. Solo se si riesce a tollerare tutti questi sentimenti, allora si può arrivare ad accettare, ad ammettere ed interiorizzare il lutto.

#### **1.1.4 Le fasi del lutto di Therese Rando**

Therese Rando, studiosa ed esperta in materia di lutto, raggruppa le reazioni del cordoglio in tre fasi: di evitamento, di confronto e di guarigione.

La prima fase, quella dell'*evitamento*, è caratterizzata dalla presa di coscienza. Il soggetto in lutto deve prendere atto di aver perso la persona amata per sempre facendo emergere il proprio sentimento di negazione nei confronti della morte. La negazione è un meccanismo protettivo attuato per evitare il confronto con il proprio mondo, sia interno che esterno, al momento sgretolati e distrutti dalla perdita. Vi è spesso in questa fase un'accettazione della scomparsa solo in maniera cognitiva ma non emotiva.

La fase del *confronto* invece è quella in cui la mancanza si avverte in modo più intenso e le reazioni alla perdita sono molto più acute. È qui che il soggetto compie quei comportamenti e quelle strategie definite dalla psicologia, di ricerca dove appunto si vuole a tutti i costi riottenere la vicinanza fisica della persona scomparsa. Questo è un periodo molto difficile, inteso e doloroso durante il quale è necessario confrontarsi con la realtà dell'evento assorbendone e somatizzandone il significato. Le emozioni più comuni provate in questo frangente sono una combinazione di depressione, sensi di colpa e collera, accompagnati dalla sensazione di mutilazione, dove il lutto viene paragonato proprio ad una mancanza fisico-corporale. Ciò fa riflettere non solo sul senso di separazione dalla persona scomparsa ma anche sulla consapevolezza circa la perdita di alcune parti della propria identità dapprima confermate ed esistenti nella presenza e nella relazione con il defunto.

La terza ed ultima fase, di *accomodamento*, consiste nel graduale abbandono dei sintomi del cordoglio acuto verso un ponderato rientro sociale ed emotivo alla vita quotidiana. Il sopravvissuto con calma impara a procedere senza la sua persona amata, apportando cambiamenti interni ed esterni volti a colmare e sopperire l'assenza trovando inoltre un modo per interiorizzare il defunto instaurando con lui una nuova relazione non più però di natura fisica. Si tratta dunque di imparare a vivere, o meglio convivere con la perdita.

*Una rassegna della letteratura più recente evidenzia un consenso pressoché unanime, tra gli studiosi, nella descrizione delle reazioni normali al lutto. Le manifestazioni del cordoglio possono*

*essere classificate in quattro categorie relative a: sentimenti, sensazioni fisiche, cognizioni e comportamenti (Onofri, la Rosa, 2015 p.9/10).*

Parlando di *sentimenti*, i più frequenti provati durante il periodo del lutto e della sua elaborazione, sono i seguenti: la tristezza, che è lo stato più riscontrato; la collera, avente solitamente due fonti: la prima data dal senso di frustrazione nato dall'impossibilità di prevenire ed evitare la morte e come seconda, un comportamento di protesta solitamente attuato dai bambini in mancanza ed assenza della figura primaria di attaccamento; vi è poi il senso di colpa ed autorimprovero, generalmente riferito a qualcosa di accaduto o trascurato nel periodo immediatamente precedente alla perdita.

Questa è una reazione irrazionale che andrà ad attenuarsi solo con l'interiorizzazione dell'evento.

Troviamo inoltre l'ansia, anch'essa basata su una duplice concezione relativa sia alla paura di non riuscire più a condurre la propria vita senza il defunto, che all'aumento di consapevolezza circa la propria mortalità. Si prova profonda solitudine, sia di matrice emotiva che di natura sociale. Nuove relazioni e legami possono ridurre la solitudine sociale ma non possono mitigare quella emotiva dovuta dalla morte del proprio caro. I sopravvissuti riferiscono di sentirsi spesso stanchi e apatici, provando sia astenia che un forte senso di struggimento scaturito dall'immenso desiderio della persona perduta.

Può inoltre manifestarsi, nelle prime fasi del cordoglio, un sentimento di stordimento, caratterizzato dalla sensazione di incapacità di provare ancora emozioni, sia positive che negative.

Esaminiamo ora la seconda categoria di reazioni conseguenti alla morte relativa alle *sensazioni fisiche*. Le più riscontrate sono le seguenti: senso di vuoto gastrico; costrizione toracica; costrizione laringea; ipersensibilità al rumore; sensazione di apnea; debolezza muscolare; mancanza di energia e per ultima, la bocca secca.

La terza categoria riguarda invece le *cognizioni*, ovvero tutti quei pensieri riguardanti l'esperienza della perdita. L'incredulità è il primo e sopraggiunge nel momento in cui si viene a conoscenza della morte di un proprio caro, seguito dalla confusione, dove la persona non riesce ad organizzare i

propri pensieri, avendo anche problemi di memoria e difficoltà di concentrazione. Vi è poi la preoccupazione, cognizione caratterizzata dal pensiero ossessivo di tutto ciò che riguarda il defunto. La persona in lutto può inoltre pensare che il deceduto sia ancora presente all'interno dell'attuale e corrente area spazio-temporale. Il tutto è reso ancora più reale dalla possibile presenza di allucinazioni sia uditive che visive, esperienze illusorie e transitorie necessarie per somatizzare in maniera corretta il lutto.

Ed infine, l'ultima categoria è quella relativa ai *comportamenti* maggiormente messi in atto dopo una perdita significativa. La persona tende ad avere: disturbi del sonno, disturbi dell'appetito, costante distrazione ed isolamento sociale. Inoltre, spesso sogna il defunto, compie strategie di ricerca con il fine di riottenere indietro la persona amata e piange molto compiendo affannosi respiri.

## **1.2 Le fasi di elaborazione del lutto**

Nel 1969, la psichiatra svizzera Elizabeth Kübler Ross formula una teoria sulle fasi di elaborazione del lutto. Questa è attualmente in vigore ed utilizzata nella psicologia seppur con diverse varianti formali che ne cambiano il nome delle fasi ma che concettualmente rimangono le medesime.

Le cinque fasi elaborate dalla Ross rappresentano un cammino ben preciso che ogni persona si trova ad affrontare dopo una perdita significativa.

Gli stadi, le modalità, le reazioni e i tempi di elaborazione del lutto, possono ovviamente variare da persona a persona in quanto non è definibile a priori, la durata dell'intero processo che molto dipende dalle capacità, dalla volontà e dalla resilienza che ogni soggetto mette in atto. Inoltre è bene sottolineare come, le fasi di elaborazione di un grande dolore non sono quasi mai così lineari e ordinate.

La prima fase è quella della *negazione o del rifiuto*, perché quando affrontiamo una perdita importante, il nostro organismo cerca di preservarci dalla sofferenza, negandola. Si tende dunque a negare l'accaduto a causa del forte stato di shock, ma la persona sopravvissuta è consapevole, seppur non volendolo accettare, di quanto successo.

Quando effettivamente si percepisce l'assenza del soggetto nella quotidianità allora si comincia a provare molta rabbia sia nei propri confronti che verso gli altri. La *rabbia* è dunque la seconda fase, in cui si tende a dare la colpa a qualcuno o a sé stessi per il fatto, pensando che la situazione sia troppo ingiusta. Capita inoltre di sentirsi responsabili in quanto non si è stati capaci di evitare al momento del bisogno la perdita. È importante non rimanere troppo a lungo bloccati nella rabbia, perché finisce per ritorcersi contro di noi!

La nostra mente per tornare a sopravvivere dopo un momento così impegnativo, deve iniziare a patteggiare. Questo periodo, in cui cerchiamo di capire cosa siamo in grado di fare e su quali situazioni possiamo di nuovo investire emotivamente e sentimentalmente, rappresenta la terza fase, chiamata del *patteggiamento*. Qui si cerca dunque di riprendere il controllo della propria vita buttandosi su altro, nuovi progetti, nuove attività o nuove amicizie, ma la perdita non è ancora elaborata del tutto e il dolore ritorna da un momento all'altro, caratterizzando questo lasso di tempo con notevoli alti e bassi.

L'alternarsi dei momenti di dolore ai tentativi di reagire, porta la persona ad un continuo stato di frustrazione e tristezza che caratterizza la quarta fase, quella della *depressione*, dove si inizia a prendere atto di quanto perso ed il dolore è ancora molto forte, vivo e presente. Le conseguenze del suddetto stato si possono riscontrare anche a livello fisico con soventi mal di testa, aumento o perdita di peso, irritabilità, insonnia e sonnolenza.

Solo il tempo può cambiare le cose, permettendo al soggetto di portare a termine il processo di elaborazione.

La quinta ed ultima fase, quella dell'*accettazione*, consiste infine nell'aver interiorizzato del tutto la perdita, sentendosi pronti a riprendere in mano la propria vita, smettendo soprattutto di colpevolizzarsi.

Logicamente, ciò non significa né dimenticare la persona cara, né tanto meno provare non più dolore, ma vuol dire andare avanti nella vita nonostante la sofferenza, dando un senso alla perdita vissuta.

### 1.2.1 Elaborare il lutto per il bambino

La morte di un genitore nei bambini va ad incidere sull'elaborazione del concetto di sicurezza. Questo accade perché, quando muore una figura di riferimento significativa, il suddetto perde alcune delle modalità di relazione affettiva fondamentali per la costruzione della struttura del senso del Sé. Nei primi anni di vita, il rapporto genitore-bambino è assai importante per questa costruzione, in quanto modella il senso del Sé del piccolo attraverso alcuni processi. Essi solitamente riguardano: la *regolazione dei ritmi corporei*, dove il figlio impara a comprendere e riconoscere i bisogni fisiologici; la *regolazione delle emozioni*, dove vi è lo sviluppo della capacità di espressione dei propri sentimenti e di gestione di rabbia e frustrazione. Vi è poi il processo di *formazione e socializzazione*, grazie alle relazioni interpersonali, dove vengono instaurati attaccamenti di diverso tipo in base a chi il bambino si trova davanti, stabilendone inoltre una forma di gerarchia affettiva. Come ultimo, troviamo ciò che invece riguarda l'abilità di *apprendimento relativo all'esplorazione dell'ambiente circostante*, caratterizzato sia dalla discriminazione di ciò che è sicuro da ciò che è pericoloso, ma anche attraverso il background delle aspettative sociali e culturali della famiglia d'appartenenza.

*Quando un genitore muore, il bambino perde il senso di sicurezza generato da queste interazioni, frutto degli interventi protettivi e di cura dell'adulto, che gli servivano come regolatori nascosti per il suo funzionamento sia neuropsicologico che psicologico (Libherman-Compton-Horn-Ippen, 2003, p.27).*

Le figure di attaccamento per il minore non sono interscambiabili in quanto ciascuna di esse rappresenta un insieme particolare di esperienze di carico emotivo notevole, non facilmente trasferibile, con immediatezza, su qualcun altro. Per questo motivo, la risposta di un bambino alla morte di un genitore implica dolore, frustrazione e collera nonostante le altre figure di attaccamento presenti facciano qualsiasi cosa per rendersi a disposizione e vicine.

C'è inoltre da considerare che la morte è un evento totalizzante che non coinvolge solamente il bambino ma tutto il nucleo familiare. Nucleo che, paradossalmente, oltre ad essere il più colpito e

provato dall'evento del lutto, è anche però composto da coloro che hanno un ruolo fondamentale nella riuscita dell'interiorizzazione della perdita per il piccolo.

Le risposte dei bambini alla separazione ed alla scomparsa includono cicli di grande sofferenza, rabbia e distacco emotivo, verificabili, ad intervalli periodici e per un frangente di tempo prolungato.

In età prescolare la reazione al lutto diverge da quella degli adulti perché differente è il livello evolutivo circa la comprensione della natura, della casualità e delle finalità del concetto di morte. In questo paragrafo intendo in principio analizzare quali sono le reazioni più comuni nei piccoli, conseguenti alla perdita di un genitore.

La *protesta* è la risposta iniziale e può durare per due o tre giorni. Tale diminuisce in intensità ma sporadicamente riappare, soprattutto di notte o in momenti di transizione della giornata, ciò perché questi innescano nel bambino ricordi che danno avvio a reazioni collegate alla scomparsa.

Si riscontrano poi *tristezza e ritiro emotivo*. La prima è intervallata da periodi di apparente coinvolgimento in altre attività, definiti "*short sadness span*" che esplicano la capacità limitata del piccolo di tollerare forti emozioni negative.

Un'altra reazione è *l'intensificazione delle ansie comuni nello sviluppo* del bambino. Le ansie maggiormente provate al di sotto dei cinque anni, riguardano la paura della separazione dal genitore, insieme al terrore di perderne l'amore e l'approvazione. *Con la morte del genitore queste paure non sono più relegate nell'area della fantasia ma acquisiscono una concretezza terrificante. Il bambino ha imparato che ciò che più teme, perdere il genitore e il suo sostegno d'amore, può accadere realmente. Le spiegazioni per la scomparsa del genitore morto che i bambini producono, corrispondono allo sviluppo della loro comprensione della causalità (Libherman-Compton-Horn-Ippen, 2003, p.33).* Vi è inoltre uno stato d'ansia nei riguardi del genitore sopravvissuto, in quanto il figlio vive nella paura di doversi separare anche da esso.

Una modalità ricorrente di reazione al dolore è la *rabbia*. Il più delle volte si manifesta mediante comportamenti aggressivi, come se il bambino fosse arrabbiato con il genitore assente, ma data la

sua mancanza e la conseguente impossibilità di sfogare su di lui la frustrazione, lo fa dunque sulla persona o sull'oggetto a lui più vicino, oppure su sé stesso.

Può inoltre verificarsi nei bambini in lutto una *regressione nel funzionamento dello sviluppo*, perdendo alcune capacità precedentemente acquisite come: la gestione dell'ansia da separazione, eccessi di collera e la perdita del controllo sfinterico nonostante il piccolo abbia già imparato ad andare in bagno da solo. Queste regressioni tendono ad essere a breve termine, ma possono persistere e peggiorare se il bambino a seguito di tali eventi viene sminuito, ignorato oppure eccessivamente rimproverato.

Ed infine, come ultima reazione, riscontrabile nel piccolo sopravvissuto, vi è la *nascita di nuove paure*. Questa generalmente è caratterizzata da un'espressione assai più intensa ed incontrollabile di normali timori tipici delle determinate fasi di sviluppo del bambino.

Prendiamo ora invece in considerazione quelli che sono i processi psicologici messi in atto dal bambino a seguito della perdita di una figura d'attaccamento.

Partiamo dall' *idealizzazione del genitore morto*, una caratteristica comune dei piccoli in lutto, relativa alla fantasia dell'adulto deceduto come perfetto ed onnisciente. Il bambino potrebbe dunque essere accompagnato dal pensiero che gli eventi spiacevoli in cui si imbatte nella sua vita, dopo la scomparsa del defunto, non sarebbero mai capitati se la figura primaria di attaccamento, ormai assente, fosse stata ancora viva.

Vi è poi la tendenza a *fantasticare sulla riunificazione con la persona mancata*, atteggiamento presente anche negli adulti. Nei bambini però mostra una peculiarità in quanto il piccolo, dato il suo giovane bagaglio di conoscenze della complessità del mondo esterno, pensa che il genitore morto sia sì scomparso, ma allo stesso tempo anche vivo e che dunque da un momento all'altro possa fare ritorno a casa.

Spesso i bambini, ma anche gli adulti, durante il periodo del lutto provano un *senso di colpa ed autocritica* nel tentativo di capire come la morte avrebbe potuto essere prevenuta o addirittura evitata se ci si fosse comportati in maniera diversa. Assumersi la responsabilità per la scomparsa di

una persona cara è un atteggiamento difensivo volto a nascondere la paura dell'impotenza dell'uomo riguardo a certi eventi della vita, tra cui appunto la morte.

Come ultimo processo infine troviamo il *diniego* messo in atto come tentativo dal minore per negare questo doloroso accaduto da lui intollerabile.

A questo punto del paragrafo, vorrei, in maniera più concreta e per fasce d'età provare a descrivere, in maniera molto generale, come viene affrontata la morte durante la crescita, in un periodo compreso tra la nascita ed i dodici anni.

I bambini, gradualmente, acquisiscono la padronanza del concetto di morte e la capacità di far fronte alle perdite. *Fino ai tre anni* è per loro difficile distinguere le cose tra vive ed inanimate, ma sono invece molto sensibili a quelle che sono le emozioni provate dalle persone di riferimento.

Quando l'adulto è triste, addolorato, sofferente, il bambino percepisce che qualcosa non va, si sente perso e manifesta il bisogno di vicinanza e rassicurazione con un comportamento irritabile e irrequieto, tendente al pianto ed al capriccio

*Tra i tre ed i cinque anni* il bambino ha imparato a conoscere la differenza tra cose e persone vive e inanimate, ma non ha ancora acquisito il concetto di irreversibilità della morte. Per questo motivo potrebbe cercare il defunto ponendosi domande su dove sia andato oppure su quando rinasca. La morte viene dunque da lui percepita non come definitiva, ma come un lungo sonno oppure un profondo o un viaggio, dove per entrambe le alternative e comunque previsto un ritorno.

Si comprende che la morte è un evento irreversibile nell'età compresa tra i *sei ed i nove anni*, dove il concetto di perdita, soprattutto delle persone care, viene vissuto con estrema paura ed ansia.

Inoltre questa, è anche la fascia d'età in cui il minore sviluppa molta curiosità per gli aspetti che riguardano la morte ed i riti funebri che la caratterizzano.

Il giovane, matura un'idea chiara e reale di morte tra *i nove ed i dodici anni*. Tuttavia, nel caso di lutto di una persona cara, non vi è ancora la capacità di vivere le emozioni in modo regolato, con atteggiamenti spesso messi in atto per nascondere i sentimenti volendo, apparire più forti del dovuto, credendosi così in grado di poter padroneggiare la sofferenza.

In conclusione, i bambini, ma anche gli adulti, quando si trovano a dover affrontare la morte di un proprio caro, hanno il bisogno ed il diritto di capire l'accaduto, addolorandosi il tempo necessario, per la perdita subita. Hanno inoltre la necessità di sapere cos'è successo ed essere accompagnati nel dolore dando voce, senza paura e soggezione alle loro emozioni. Il bambino deve avere la consapevolezza di essere circondato, nonostante la perdita, da figure di riferimento forti e presenti, che seppur provate da grande sofferenza, sono sempre vicine, pronte alla comprensione dei suoi bisogni e dei suoi stati d'animo. L'adulto deve dunque legittimare il dolore e le emozioni provate dal figlio, instradandolo verso il dialogo e rispondendo inoltre a tutte le numerose domande sulla morte e su quali cambiamenti comporterà la perdita.

### **1.2.2 Elaborare il lutto per l'adolescente**

L'adolescenza è un periodo di transizione dall'infanzia verso l'età adulta, avente un range di riferimento compreso tra i nove ed i ventisei anni. Questo è un momento evolutivo durante il quale i ragazzi attraversano numerosi cambiamenti sia fisici che mentali, acquisendo nuovi ruoli e responsabilità in famiglia e nel contesto sociale.

Insicurezza rispetto alla propria identità, atteggiamenti ambivalenti nella relazione con le figure genitoriali, tendenza all'impulsività, alle condotte oppositive, all'estremizzazione e all'idealizzazione, sono gli stati d'animo più frequentemente provati in tale età. L'adolescente sente la spinta a sentirsi forte e l'espressione del dolore è percepita come un segno di debolezza. Pertanto spesso si rinuncia a viverlo provando però rancore, ansia o vergogna per il timore di essere sopraffatti.

Il giovane si trova inoltre a dover strutturare la propria identità, unica e singolare, cominciando a farsi un'idea su quello che potrebbe essere il suo posto nella società e nel mondo.

Questa breve introduzione serve per comprendere come, nella suddetta età evolutiva, vi sia sì la piena facoltà e capacità di comprendere l'evento della morte, ma che, data la particolarità di questa fase, possono esservi fattori esterni gravanti sulla gestione del lutto.

Vengono distinti<sup>1</sup>, per la precisione, due gruppi di fattori che influenzano l'elaborazione dell'assenza. Il primo riguarda le *variabili moderatrici*, caratterizzate in: modalità del decesso, età e sesso del giovane superstite, ruolo della figura d'attaccamento persa e la possibile presenza di difficoltà psicologiche preesistenti. Il secondo fattore comprende invece le *variabili mediatrici*, che interessano la dimensione relazionale vertendo sulla capacità del genitore di offrire un supporto affettuoso al figlio, verso un esame di realtà consapevole circa l'accaduto.

Il dolore di un adolescente alla perdita è frequentemente espresso attraverso atteggiamenti a rischio come fallimenti scolastici, comportamenti oppositivi o aggressivi, disinteresse, sintomi psicosomatici, variabilità dell'umore e della condotta.

Le reazioni più comuni relative al cordoglio adolescenziale riguardano: la negazione della scomparsa del defunto, la sensazione persistente di angoscia e la manifestazione del desiderio di morte al fine di riavvicinarsi alla persona perduta. Vi sono poi l'autoaccusa e colpevolizzazione, insieme ad un eccesso di cure e attenzioni esagerate nei confronti del genitore sopravvissuto, nate dal terrore di poter perdere anche quest'ultimo. Come altre reazioni, troviamo poi il bisogno eccessivo di essere autosufficienti e la negazione del vissuto del dolore.

Esiste inoltre una tendenza ad evitare la propria mortalità mettendo in atto una serie di comportamenti di sfida rischiosi, oltre ad un forte senso di colpa dovuto dai sentimenti ostili provati prima e dopo la morte e/o l'idealizzazione del defunto.

Il lutto per il giovane ha maggiormente influenza su quella che è la sua sfera emotivo-affettiva.

Questo accade perché la sottrazione della relazione intima, impostata su scambi e aspettative perlopiù inconse, implica e determina la principale fonte di scompensazione. Ma la vera difficoltà per il giovane è dovuta dall'incapacità di esprimere e manifestare i propri sentimenti in maniera equilibrata e corretta, con possibilità di essere dunque frainteso, svalutato o deriso.

---

<sup>1</sup> Distinzione svolta ad opera di Linda Dowdney in "Annotation. Childhood Bereavement Following Parental Death" (2000). Nozione appresa nel testo "L'ultima nascita. Psicologia del morire e Death Education" di Ines Testoni (2015)

*Il lutto adolescenziale presenta ulteriori specificità, in quanto durante tale fase, le normali istanze di autonomizzazione determinano la comparsa di forti vissuti ambivalenti nei confronti delle figure genitoriali, che influiscono sulla perdita accentuando il senso di colpa. Il dolore si accompagna quindi a sentimenti aggressivi, come rabbia, risentimento e frustrazione. Alcuni studi dimostrano che il tempo di elaborazione può durare anni e richiede un impegno importante da parte dei familiari. Proprio a causa del bisogno di emancipazione della famiglia, il gruppo dei pari assume un ruolo significativo e tal supporto è centrale per la riuscita dell'elaborazione, mentre l'isolamento sociale aumenta il rischio di un esito infausto (Testoni, 2015, p.123).*

Un supporto appropriato da parte del nucleo è dunque fondamentale per permettere all'adolescente di modulare gli esiti cognitivo-affettivi di maggiori portate, perché somatizzare o ignorare il dolore comporta l'utilizzo di strategie di comprensione circa l'accaduto disfunzionali, frutto dell'inevitabile ambivalenza provata e vissuta nei confronti del soggetto mancato, specialmente se si parla di un genitore.

### **1.2.3 Elaborare il lutto per l'adulto**

Il dolore per la perdita di una persona amata è un sentimento che non ha età. Traumatico ed angosciante da bambini così come da adolescenti, anche da adulti si concretizza come un evento emotivamente molto intenso, difficile da interiorizzare. Anche per l'adulto dunque il periodo successivo al lutto è decisivo per elaborare e somatizzare la perdita in maniera corretta.

Le fasi di elaborazione del lutto una volta raggiunto il completo sviluppo fisico e psichico, condivise dalla comunità psicologica, sono quelle elaborate dalla psichiatra svizzera Elizabeth Kübler Ross ovvero: rifiuto, rabbia, patteggiamento, depressione ed infine l'accettazione della scomparsa, precedentemente prese in esame.

Per affrontare l'elaborazione del lutto in età matura, vorrei prendere anche in considerazione quelle che sono le principali proposte offerte dalla nostra società per provare a sopperire ed interiorizzare tale mancanza, come i Gruppi di Auto Muto Aiuto e la psicoterapia. E 'chiaro come queste, possano valere anche per bambini e adolescenti ma per loro, un ruolo fondamentale viene svolto dalla

vicinanza del nucleo familiare, vicinanza che ha valenza ben diversa una volta raggiunta l'età adulta. L'idea di caricare i propri cari, spesso più piccoli, con le personali sofferenze è assai impensabile, per cui si tende ad interiorizzare silenziosamente ed in maniera solitaria, provando molto dolore, spesso ingestibile, in quanto essere adulti non è sinonimo di infallibilità e onnipotenza.

I *Gruppi di Auto Mutuo Aiuto* per il lutto sono formati da persone che condividono la stessa condizione di sofferenza dovuta alla perdita di una persona cara, fondando proprio su questo aspetto il proprio senso di appartenenza al gruppo.

I valori dell'Auto Mutuo Aiuto riguardano in primo luogo, il legame che si va ad instaurare tra i partecipanti, in quanto essendo tutti coinvolti in prima persona, seppur con storie diverse, le modalità di ascolto ed interazione messe in atto sono più attive e partecipate. Fondamentale è la fiducia, basilare affinché ognuno possa esprimere liberamente sentimenti ed emozioni in un clima di solidarietà e dialogo senza paura del giudizio. Inoltre, ogni partecipante deve avere e dare certezza che quanto detto nel gruppo non sarà divulgato.

Il rispetto sicuramente è il valore più importante, concretizzato nella capacità di accogliere le diverse pluralità di vedute e vissuti, tutte egualmente legittime e da rispettare.

La *psicoterapia del lutto* è una risorsa importante per accompagnare le persone che hanno bisogno di essere aiutate ad attraversare il dolore e ad alleviare il peso della perdita, con lo scopo di arrivare a conquistare un equilibrio successivo alla perdita.

La condivisione dei vissuti personali collegati ad un lutto subito, è spesso ostacolata ad oggi, da un atteggiamento sociale che considera disdicevole esternare e provare determinanti sentimenti, pensieri e scelte personali. A volte quindi, la persona si vergogna di confidarsi con gli altri per evitare di essere derisa, giudicata, oppure inondata da inutili domande sull'accaduto

Chi ha subito un lutto è dunque combattuto tra la possibilità di attivare risorse personali positive e il bisogno di conservare i sentimenti collegati alla perdita, per poter in qualche modo trattenere a se qualcosa della persona amata. La psicoterapia del lutto non cancella i ricordi, gli insegnamenti, le

esperienze ed il valore della persona deceduta ma, lo psicoterapeuta competente e rispettoso dei sentimenti provati, aiuta il paziente a comprendere le proprie reazioni, partendo dall'analisi del ruolo e della relazione ricoperta dalla persona mancata. L'esperto aiuta dunque a gestire quei pensieri intrusivi riguardanti interrogativi irrisolti, dubbi, sentimenti e stress psicofisico connesso alla reazione di perdita. L'obiettivo è quello di aiutare la persona a trovare un diverso equilibrio, più funzionale alla nuova situazione reale, liberando risorse ed energie per il raggiungimento di una nuova vita, dando così valore e significato alla perdita.

### **1.3 Il difficile adattamento al lutto**

Un lutto complicato e disfunzionale è caratterizzato sostanzialmente da una mancata progressione verso la sua risoluzione, dovuta generalmente, ad un arresto o stallo, in una delle fasi dell'ordinaria elaborazione del cordoglio ampiamente descritte nei paragrafi precedenti.

In questi casi invece, la perdita è spesso accompagnata da una prolungata e duratura formulazione di ipotesi circa qualcosa che possa, quasi come per magia, annullare l'evento doloroso, mantenendo però una percezione di responsabilità e controllo sul fatto, provando inoltre forte sensi di colpa ed autorimprovero.

La perdita di una figura significativa di attaccamento certamente implica l'attivazione di differenti emozioni negative come ansia, collera, sensi di colpa e tristezza, ostacoli difficili e dolorosi da superare per le persone in lutto, ma necessari.

Nell'ultimo decennio la ricerca, prima focalizzata sullo studio degli effetti dannosi per la salute derivanti l'adozione di strategie di adattamento basate su negazione o soppressione emozionale, si interessa invece di una nuova forma di coping<sup>2</sup>, denominato *coping ruminativo*. Tale concetto fa riferimento a tutte quelle rimuginazioni mentali relative alla perdita della persona cara, definite dalla letteratura scientifica con il termine *ruminazione*. La ruminazione è definita come l'impegnarsi in pensieri e comportamenti che mantengono il focus sulle emozioni negative e sulle

---

<sup>2</sup> Il concetto di coping viene usato per riferirsi al modo in cui le persone rispondono e fronteggiano a situazioni avverse e sfavorevoli della loro vita

loro possibili cause e conseguenze, con la maggiore tendenza ad avere sintomi depressivi, quasi paragonabili a quelli di un Disturbo Depressivo Maggiore.

Le persone attuanti dunque un coping ruminativo, si focalizzano in modo persistente e ripetitivo su quelle che sono le proprie emozioni negative senza riuscire a mitigarle e regolarle.

La ruminazione inoltre può prolungare sia i sintomi di ansia che di collera che di depressione, attraverso un'ampia varietà di meccanismi cognitivi e sociali. Innanzitutto, essa può accentuare sul pensiero gli effetti dell'umore disturbato, portando l'attenzione verso agiti e ricordi negativi, andando ad interferire anche sulla capacità di problem-solving del soggetto. Diminuisce poi la frequenza e la resa di comportamenti utili, in quanto intrappolati in pensieri e vissuti, trascurano attività quotidiane, utili all'aumento di controllo sull'umore. Infine, chi esprime eccessivamente e costantemente i propri pensieri ruminativi con chi gli sta in torno, rischia di essere oggetto di critica e rifiuto da parte degli altri.

### **1.3.1 Il lutto patologico**

Lo sviluppo del concetto di lutto patologico ha avvio con la pubblicazione nel 1917 dell'opera di Freud "Lutto e la melanconia" dove inoltre tratta anche come talvolta proprio il lutto può portare alla depressione.

Il ruolo dei pensieri legati alla perdita è fondamentale per distinguere chi soffre di un lutto normale da chi, al contrario, soffre di un lutto patologico. In questo secondo caso infatti, nelle persone tendono a ripetersi più frequentemente pensieri negativi, relativi all'impossibilità di superare questa situazione dolorosa piuttosto che all'incapacità di reagire a tale sconforto e struggimento. A questo caso, appartengono dunque quei soggetti che rimuginano a lungo sulle cause della morte, attuando così un *coping ruminativo*, caratterizzato dall'ossessivo pensiero di come si sarebbe potuta evitare la perdita, oppure riguardante le modalità messe in atto per sopprimere le cognizioni relative alla morte. Chi pensa di avere una reazione inadeguata, passa molto del suo tempo a struggersi per tale ragione, contribuendo così ad alimentare sensazioni non positive, frenando inoltre il superamento del trauma. Al contrario chi evita di pensare al dolore, può, come per altre separazioni, sperimentare

le intrusioni, immagini circa i ricordi legati alla persona scomparsa che si presentano nella mente in maniera improvvisa, provocando reazioni di paura e scompensazione. In questo caso l'evitamento porta a non integrare l'esperienza del lutto nella vita psichica della persona.

Eric Lindemann, il primo a descrivere i sintomi del lutto, nel 1944, elenca nove tipi di alterazione considerate da lui come le principali manifestazioni di una perdita non risolta. La prima è l'iperattività ma senza la sensazione consapevole della morte, come seconda troviamo la comparsa di sintomi appartenenti all'ultima malattia del defunto. Vi è poi la malattia medica di origine psicosomatica, seguita da una notevole alterazione nella capacità di relazionarsi con gli altri. Si prova un'ostilità rabbiosa verso specifiche persone, attuando inoltre un comportamento formale ed inespressivo. Come settima, troviamo la riduzione delle interazioni sociali, succeduta da condotte dannose per il proprio benessere sociale ed economico. Ed infine, come ultima, la depressione agitata. *Ognuna di queste reazioni disfunzionali sembra costituire normalmente solo un aspetto particolare, della più generale sindrome del cordoglio, ma nei casi patologici, potrebbe sostituirsi interamente alla tipica reazione ad un lutto (Onofri e La Rosa, 2015, p.115)*

### **1.3.2 Il lutto traumatico**

Il lutto traumatico è relativo a quella abnorme sensazione di perdita provata con la morte di una persona significativa.

Jacobs e Prigerson nel 2001, dopo aver esaminato le differenti manifestazioni del cordoglio, elaborano un modello multidimensionale, dove delineano i criteri per la diagnosi di Lutto Traumatico. Questi sono quattro: il CRITERIO A, dove viene spiegato come i sintomi del Lutto Traumatico possano comparire dopo una perdita particolarmente devastante, in quanto la sofferenza generata dalla morte è correlata prevalentemente al tipo di relazione avuta con il deceduto, insieme ad altri fattori inerenti alla vulnerabilità soggettiva del sopravvissuto. La seconda parte di tale criterio riguarda invece un elenco<sup>3</sup> di quattro sintomi intrusivi e angoscianti dell'ansia da

---

<sup>3</sup> Elenco dei quattro sintomi intrusivi e angoscianti dell'ansia da separazione relativo al CRITERIO A di Prigerson e Jacobs (2001):

1. Pensieri intrusivi relativi al deceduto

separazione, di cui, se provati almeno tre su quattro, quasi certamente si tratta di Disturbo da Lutto Traumatico.

Il CRITERIO B specifica invece otto sintomi <sup>4</sup>che riflettono la singolare devastazione causata dalla morte di una figura significativa:

1. Mancanza di scopi o sensazione di inutilità rispetto al futuro
2. Sensazione soggettiva di insensibilità, distacco o assenza di risposta emozionale
3. Difficoltà a riconoscere che la morte sia avvenuta
4. Sensazione che la vita sia vuota e priva di significato
5. Sensazione che una parte di sé sia morta
6. Sconvolgimento della visione del mondo
7. Assunzione di sintomi o comportamenti dannosi che erano stati della, o correlati alla persona defunta
8. Eccessiva irritabilità, amarezza o rabbia correlate alla morte

Se in seguito ad un lutto, il soggetto percepisce e vive intensamente quattro di questi otto sintomi, allora, anche in questo caso, quasi certamente si tratterà di Disturbo da Lutto Traumatico.

Per una corretta valutazione, i sintomi del CRITERIO B, quando presenti devono essere assai marcati e persistenti. Inoltre devono essere relazionati sia all'intensità e all'insicurezza dell'attaccamento preesistente con la persona mancata, che all'importanza del ruolo che il deceduto rivestiva per il superstite, ma anche alle caratteristiche traumatiche della morte, che sconvolgono gli assunti operativi utilizzati per affrontare la vita quotidiana.

Per porre l'effettiva diagnosi di Disturbo da Lutto Traumatico è necessaria la presenza di tre dei quattro sintomi del CRITERIO A e quattro degli otto stabiliti invece nel CRITERIO B.

- 
2. Struggimento per il defunto
  3. Ricerca del defunto
  4. Solitudine come risultato della perdita

<sup>4</sup> Classificazione presa dal testo " Il lutto. Psicoterapia cognitivo evolutiva e EMDR" di Onofri, La Rosa, 2015, Tabella 6.3 p. 119

Il CRITERIO C valuta, differentemente dai suddetti, la durata dei sintomi contenuti nei criteri precedentemente descritti, considerando come una significativa diminuzione della sensazione di ansia da separazione, dovrebbe verificarsi da uno a tre mesi dall'accaduto.

Infine, il CRITERIO D, specifica come i sintomi elencati nei criteri A e B, devono causare una compromissione clinicamente significativa al funzionamento sociale e lavorativo della persona in lutto.

Analizziamo ora invece quali sono altri disturbi psichiatrici, facilmente confondibili oppure equiparabili al Disturbo da Lutto Traumatico, al fine di saper riconoscere tale in maniera pronta, attenta e precisa. È fondamentale premettere come, senza una perdita significativa imminente, non sia possibile diagnosticare il Disturbo da lutto traumatico. Tale, differisce dal Disturbo di Adattamento perché comporta una durata di anni, a volte anche decenni, mentre il secondo, prevede una risoluzione dopo circa sei mesi di pensieri ruminanti, relativi all'evento stressante.

Il Disturbo Depressivo Maggiore è invece diverso in quanto concretizzato da umore costantemente depresso e schemi cognitivi depressivi. Inoltre, è presente uno scempenso dell'autostima, generato dalla sensazione di mancanza di valore, solitamente, accompagnata dal senso di colpa.

Il Disturbo da Attacchi di panico è caratterizzato di gravi episodi di ansia che si verificano principalmente in luoghi pubblici. Viene infatti spesso associato all'agorafobia, la paura di frequentare spazi aperti.

Ed infine, vediamo il Disturbo Post- Traumatico da Stress, dove la più importante differenza con il Disturbo da Lutto Traumatico, risiede nel fatto che, in molti casi, nella maggior parte dei casi, quest'ultimo, rappresenta la conseguenza di una separazione ma non dell'esposizione ad un'esperienza particolarmente terrificante e/o raccapricciante.

Per concludere, vorrei porre l'attenzione su come, una perdita difficile, generalmente può essere esplicitata in due modi, mediante la richiesta di aiuto volontaria da parte della persona in lutto nei confronti di un terapeuta, oppure tramite la domanda spontanea di aiuto, da parte del soggetto ad un medico, senza però la consapevolezza che alla base del malessere vi siano problemi di attaccamento

e lutto irrisolto. È lampante come la seconda modalità comporterà per la persona un notevole lavoro da svolgere al fine di ritrovare l'equilibrio e la serenità perdute con il cordoglio.

#### **1.4 La risoluzione del lutto**

Cosa intendiamo realmente per risoluzione di un lutto? E ancora, quando possiamo definirlo effettivamente elaborato? L'esperienza del lutto ogni volta è risolvibile con le stesse modalità emozionali e tempistiche, oppure varia?

Questi interrogativi sono legittimi se si pensa all'idea comune circa il concetto di perdita in quanto è quell'evento che con il tempo si elabora, ma non si risolve mai completamente, perché non ci si abitua mai del tutto alla morte di una persona tanto amata.

Il lavoro psicologico del lutto richiede dunque adeguate tempistiche, rituali condivisi ed assistenza emotiva. Soprattutto implica un cambio di atteggiamento mentale, dove si smette di pensare su come le cose sarebbero potute andare in maniera diversa, accettando l'ineluttabilità della morte, imparando ad amare ed interiorizzare la persona scomparsa con modalità differenti, trovando inoltre un modo per mantenere un legame sicuro con la figura di attaccamento riconoscendone allo stesso tempo la sua indisponibilità fisica.

*Per lungo tempo in psicologia, si è sottolineato l'aspetto del disinvestimento affettivo come fondamentale per la risoluzione del lutto. Gli studiosi più moderni indicano che in realtà le cose non stanno proprio così (Onofri, La Rosa, 2015 p.20). Un lutto sano si caratterizza nel tentativo riuscito di accettazione circa l'irreversibilità della perdita, riorganizzando i propri legami affettivi e trasformando la propria quotidianità sulla base di questa assenza.*

Tra le condizioni che possono facilitare e velocizzare il processo di elaborazione e risoluzione del lutto, di notevole importanza è la presenza di una persona fidata su cui poter contare. Un compagno di viaggio che possa prendere per mano il soggetto ed accompagnarlo, giorno dopo giorno, nell'espressione e nel riconoscimento dei propri sentimenti ed emozioni dando e trovando un senso e significato agli eventi accaduti.

La vicinanza di una figura cara, spesso, può essere sufficiente per la corretta elaborazione del lutto. Coloro che soffrono per la morte di qualcuno non vanno mai lasciati da soli, nonostante i loro vari tentativi di isolamento ed evitamento sociale, perché crogiolarsi troppo a lungo in solitudine nel dolore, facendosi divorare dalla rabbia e dai sensi di colpa non porta alcun giovamento emotivo, non aiuta a superare il momento traumatico e nemmeno riporta in vita il soggetto deceduto. Tempo e maturazione di consapevolezza, supportate dai rapporti affettivi, sono dunque le uniche fedeli compagne di qualsiasi individuo, bambino, adolescente o adulto che si trova a fare i conti con la morte.

## **CAPITOLO 2- L'EDUCAZIONE ALLA MORTE**

### **2.1 Cos'è e come funziona la Death Education**

La Death Education è una modalità educativa che implica l'accettazione della morte come naturale conseguenza della vita e costituisce un percorso rivolto a tutte le età, con il fine di affrontando in maniera realistica il costrutto della morte, trattando al contempo temi che valorizzano l'esistenza sulla terra. Tutte le cose, persone, animali ed altri esseri viventi hanno un inizio e una fine, una nascita ed una conseguente morte. L'obiettivo è quello di favorire la comprensione della perdita, attraverso la discussione, la riflessione, la spiegazione e l'accettazione di essa mediante il dialogo, andando così a scalfire tutte quelle difese erette, con il tempo, dall'uomo contro la morte, che impediscono a lui di giungere alla reale comprensione di quest'ultima.

Questo modello operativo nasce negli anni Settanta negli Stati Uniti d'America, grazie ad un gruppo di studio interdisciplinare chiamato Death Awareness. Questo gruppo è di fondamentale importanza in quanto ha poi fondato un'associazione, Association for Death Education and Counselling che realizza ormai da decenni ricerche che dimostrano la possibilità di elaborare fin da piccoli la consapevolezza della propria mortalità in maniera sana, evidenziando inoltre come essere consapevoli dei propri limiti aiuti a valorizzare e progettare meglio la vita.

Inizialmente, tale metodologia è stata accolta con molto scetticismo, motivo per cui si è cominciato ad attuarla, nel nostro contesto, solo all'inizio del nuovo millennio, permettendo così di definire percorsi formativi sempre più strutturati e complessi adatti alle diverse età delle persone ed ai diversi problemi vissuti ed affrontati.

L'educazione alla morte opera a livello cognitivo, emotivo, psicologico e relazionale, ed inoltre, attraverso varie tecniche e metodologie, incoraggia la condivisione delle esperienze riguardanti la morte in famiglia, a scuola e in altri contesti.

La Death Education agisce in ambito di prevenzione e lo fa attraverso tre livelli. *La prevenzione primaria* si attua dove la morte non rappresenta un evento prossimo per la persona beneficiaria dell'intervento. Secondo tale impostazione risulta necessario avvicinare gli individui fin dalla tenera

età al concetto di finitudine, rendendoli partecipi ai rituali e spiegando loro l'accaduto, con un linguaggio idoneo alla loro età, calibrando la giusta vicinanza fisica ed emotiva.

Questa tipologia di iniziativa ha luogo spesso all'interno della scuola, visto che essa risulta essere la seconda agenzia educativa subito dopo la famiglia.

Quella *secondaria* è caratterizzata invece da un momento di preparazione alla perdita, quando questa è annunciata nella vita di una persona. Incontri di questo tipo sono spesso rivolti a professionisti sanitari che si trovano in contatto costante con chi è destinato a morire e con i loro cari, ma anche a caregiver informali, ovvero ai familiari, affinché imparino a condurre le cure domiciliari e la relazione col caro.

Ed infine la *prevenzione terziaria*, quando l'evento luttuoso o traumatico è già avvenuto. In età evolutiva è consigliato un sostegno individualizzato da parte di un adulto fidato capace di supportare adeguatamente il giovane, comunicando in maniera accorta e onesta la morte e le sue modalità, permettendo così il riconoscimento delle emozioni dell'adolescente e la loro gestione. In parallelo, è opportuno proporre anche ai genitori incontri educativi sulla questione, in modo tale da far acquisire loro le competenze necessarie per relazionarsi efficacemente al proprio figlio.

Nella prima forma preventiva si può effettivamente parlare di Death Education, mentre per la seconda e la terza si parla più specificatamente di elaborazione del lutto anticipatorio o completo.

Un grande ostacolo per la Death Education nella nostra società è la cosiddetta "congiura del silenzio" definita quasi come una sorta di patologia relazionale presente attorno a questo tema. Tale atteggiamento non rinforza ma, al contrario, mette a rischio le impalcature emotive di un soggetto a fronte di una perdita, in quanto non si troverà equipaggiato per affrontare una simile tempesta emotiva. Questo pensiero è inoltre incentivato dalla nostra cultura che negli ultimi tempi ha perso sempre più quella dimensione collettiva di morte, vissuta invece ora prettamente in solitudine oppure nel ristretto nucleo familiare. Fino allo scorso trentennio, il processo di elaborazione di una perdita veniva affiancato da un sostegno comunitario testimoniato da una fitta rete di supporto e da

tradizioni ben radicate e tramandate nel tempo. Ad oggi, al contrario, il confronto che spesso si tramuta in uno scontro con la morte è sempre più relegato alle mura domestiche.

### **2.1.1 Death Education a scuola**

La Death Education a scuola deve essere attuata in un contesto educativo fortemente centrato sulla persona e attento alle dimensioni esistenziali degli studenti.

Per una buona riuscita di questo modello educativo è necessario che il docente sappia accogliere le fragilità di ogni studente rispettandole e tutelando. Questo lavoro comporta per l'insegnante grande competenza ma anche consapevolezza e sensibilità circa i propri vissuti e sentimenti.

Una prima modalità per presentare il tema della morte, ad esempio alla scuola primaria, potrebbe essere attraverso le lezioni di scienze, sfruttando le discipline biologiche per indicarne la naturalità, più accettata e normalizzata nel decesso degli animali.

Le lezioni di lettere, educazione civica e storia possono invece essere spunti preziosi per riflettere sull'aspetto esistenziale e narrativo della morte, attraverso racconti, novelle, diari, favole oppure biografie. Fonte di riflessione circa la morte possono anche essere i fatti di cronaca mondana oppure la matematica partendo dal concetto da infinito, irraggiungibile ed ingovernabile dall'uomo, proprio come la morte.

E' chiaro come la modalità con cui si sceglie di affrontare l'argomento in classe deve essere consona agli alunni coinvolti.

I percorsi di Death Education, soprattutto nelle scuole dell'infanzia e primarie, devono coinvolgere anche le famiglie, al fine di svolgere un lavoro condiviso di complementarietà tra i due maggiori agenti educativi e formativi del bambino, la famiglia e la scuola.

Buoni percorsi di Death Education diminuiscono i livelli dell'ansia e migliorano il benessere degli studenti, permettendo di contestualizzare gli sforzi che la vita comincia loro a richiedere, inserendo queste esperienze nel ciclo naturale e simbolico che supporta la storia di ognuno di noi.

### **2.1.2 Death Education con i bambini per la normalizzazione del morire**

I bambini e gli adolescenti sono percepiti agli occhi degli adulti come fragili e vulnerabili, per questa ragione è giusto disertare ed evitare con loro, il tema della morte. Il rischio di questo pensiero è quello di abbandonare i bambini ad una comprensione solitaria della perdita che implica, a sua volta, maggiore sofferenza e sconforto. *I processi di somatizzazione e distorsione, determinati da iper protezione o indifferenza, non impediscono loro di porsi delle domande e di immaginarsi delle possibili risposte, cercandole appunto nel materiale che viene messo apertamente a disposizione dalla cultura, svincolato però dal concetto diretto della realtà (Fava, Vizziello, 2014).*<sup>5</sup>

Le dinamiche relazionali che accadono intorno alla morte non riguardano solo la dimensione logica e cognitiva dell'evento ma comprendono anche gli aspetti relazionali, sociali, culturali e affettivi che la compongono, motivo per cui, la confusione generata dalle diverse risposte elaborate in autonomia e avute dagli altri sulla morte, cela, molto spesso, forti angosce.

Per provare a normalizzare un accadimento come la morte, di fondamentale importanza è il nutrimento emotivo ricevuto dai genitori. Solo grazie a ciò è possibile imparare a gestire emozioni spiacevoli e negative. La chiarezza dei concetti è inversamente proporzionale alla paura degli eventi in quanto meno è chiaro un assunto e maggiori sono la paura e lo stato d'ansia che da esso ne derivano.

Inoltre è importante affrontare il tema della perdita perché eluderlo lo rende ancora più doloroso, spaventoso e misterioso. Parlare di morte già in tenera età significa aiutare il bambino ad elaborare ed interiorizzare questo evento come parte integrante della vita. Bisogna dunque accogliere le angosce e gli interrogativi dei piccoli, offrendo loro strumenti per comprendere la scomparsa di qualcuno. Credenze culturali e religiose possono essere d'ausilio nel trovare un significato profondo a quello che accade.

---

<sup>5</sup> Tale citazione è stata presa dal testo "L'ultima nascita. Psicologia del morire e Death Education" di Ines Testoni, 2015.

### **2.1.3 Death Education come prevenzione dalla violenza e dal suicidio in adolescenza**

L'adolescenza è quella fase della vita in cui la sfida dei limiti è particolarmente sentita ed evidente. Alcuni studi dimostrano come, durante questa età, i soggetti che mettono in atto i comportamenti più a rischio per la propria e l'altrui incolumità sono quelli che non temono la morte. Questi primi due pensieri spiegano la motivazione del perché promuovere attività di Death Education nelle scuole sia ragionevole e proficuo perché esse vengono indicate come luogo privilegiato per realizzare interventi di prevenzione, riducendo così l'impatto, trasformando l'accezione negativa che vede il dialogo sulla morte come frustrazione eccessiva piuttosto che occasione di crescita. L'idea è che la partecipazione a queste attività possa placare l'utilizzo di comportamenti violenti, contenendo l'ansia ed aumentando la capacità di riconoscere le modalità adeguate a rispettare gli altri e sé stessi. Inoltre, l'elaborazione delle emozioni, nate dal pensiero della morte, attiva strategie di coping e resilienza riducendo l'incidenza del problema depressivo e suicidario. Tale opportunità può dunque rivelarsi fondamentale per la salute mentale e le capacità relazionali degli studenti, visto che non è possibile evitare ai giovani la sofferenza. Vi è poi, tramite queste attività la possibilità di rafforzare la propria autostima, imparando ad esprimere i propri vissuti senza vergogna.

Di notevole importanza è lavorare con gli insegnanti per ridurre il livello di stress dei ragazzi, mettendo a disposizione materiali didattici o corsi di formazioni inerenti la questione al fine di valorizzare, nel migliore dei modi la centralità dell'alunno e puntando sulla costruzione di reti di relazioni significative e attività di gruppo volte a ridurre l'isolamento sociale.

Dal punto di vista metodologico, risultano efficaci alcune strategie, riscontrando il crescente e maggiore interesse a farsi del male e provare dolore da parte degli adolescenti. Queste <sup>6</sup>sono:

1. Destutturazione delle cognizioni disfunzionali
2. Attivazione dei processi di problem solving
3. Implementazione delle abilità e delle reti relazionali

---

<sup>6</sup> Strategie prese dal testo "L'ultima nascita. Psicologia del morire e Death Education" di Ines Testoni, 2015.

#### 4. Narrazione delle proprie ansie ed esperienze di paura o perdita

### **2.2 Differenti modalità per educare alla morte**

Gli adulti si trovano spesso in difficoltà ad affrontare l'argomento della morte con i bambini, tanto che, guidati dall'imbarazzo, soventemente utilizzano banali eufemismi non soddisfacenti per la curiosità e gli interrogativi dei giovani. Questa sorta di incompetenza da parte dei grandi inibisce la comprensione autentica del concetto di morte da parte dei più piccoli.

Ciò che frena genitori ed insegnanti ad affrontare la questione con i minori è però il timore di danneggiare chi ascolta le loro risposte generando ansie e paure troppo difficili da contenere. La percezione più comune negli adulti è dunque quella che i più piccoli non possano parlare di morte in quanto emotivamente impreparati. Viene così però tralasciato che il pensiero relativo al concetto di morte è presente in noi già dalla nascita e che dunque un bambino, prima o poi, si pone, per forza, domande sulla questione, per cui evitare l'argomento oppure dare risposte di verità camuffata non eludono dolore e sofferenza dall'evento.

Inserire la morte nel proprio orizzonte fa crescere il gusto della vita, permette di costruire basi solide per un'etica universale, rendendo inoltre capaci di trovare un senso anche ai momenti più faticosi dell'esistenza.

Per educare un bambino al lutto vi sono fondamentalmente tre strategie differenti, che però, a mio avviso, vengono utilizzate tutte in maniera integrata nel tentativo di spiegare questo fenomeno ai più piccoli. La prima consiste nel provare ad eliminare i sentimenti di rabbia, angoscia e desiderio sulla morte mediante la metodologia "della distrazione dal non pensarci", dove il vuoto della perdita viene colmato dalla vicinanza delle persone amate che spingono il bambino a portare il pensiero su cose possibili e positive presenti sulla terra. La seconda comporta invece l'educazione alle emozioni negative scaturite nel bambino dopo la morte di una persona cara, insegnandogli così che questa è traumatica ed inevitabile, ma fa comunque parte della vita.

Infine, l'ultima strategia implica l'utilizzo del concetto di aldilà come spiegazione alla perdita dei soggetti amati. Chiaro come quest'ultima venga influenzata dalla religione di appartenenza di ognuno di noi richiamando inoltre la nozione di fede.

### **2.2.1 Educazione alla morte come “distrazione dal pensarci”**

Questo tipo di impostazione educativa si concretizza con un atteggiamento attuato, delle persone di riferimento del bambino, di allontanamento e distrazione, circa il tema della morte. Solitamente, questa metodologia è la più utilizzata quando una figura significativa si ammala, ma così facendo, i più piccoli ricevono sia il messaggio esplicito che l'evento della perdita è qualcosa che non li coinvolge, ma anche un insegnamento implicito inerente alla loro scarsa possibilità di porre domande e questioni per comprendere e capire meglio i fatti. I bambini, se hanno un buon rapporto con gli adulti che utilizzano tale strategia, tendono a pensare che queste siano questioni da adulti, ponendo pochi interrogativi su quanto accaduto. Inoltre, sono spinti ad elaborare la perdita secondo la modalità di sostituzione del genitore assente, elaborata da Bowlby, con la convinzione, da parte dei grandi, che i più piccoli non siano in grado di sopportare e reagire ad un tale evento così doloroso.

Naturalmente, i bambini mettono in atto queste strategie in modo diverso in base alla loro età ed al loro sviluppo intellettuale ed emotivo. Tali, hanno esito positivo solo se sostenute e supportate nell'attuazione da chi sta intorno al giovane.

*Fino all'età di tre anni* i bambini non hanno ancora appreso la nozione dell'irreversibilità, per cui, per loro nulla è per sempre. Per questa ragione quando il genitore si assenta, il piccolo sente molto la mancanza ma si limita ad attendere il ritorno. Non pensarci, facendo concentrare il bambino sugli altri affetti, sembra essere la soluzione ottimale per questa impostazione educativa. In questo modo, i dubbi sul ritorno del genitore non trovano risposta tramutando l'interrogativo dal mancato ritorno del genitore, alla motivazione del perché esso non faccia più ritorno a casa. La capacità dell'adulto sta dunque nel trovare un modo per far sì che il piccolo accantoni la domanda sul ritorno dell'assente, compensando la frustrazione della mancanza con gratificazioni che gliela facciano

dimenticare. Se questa compensazione avviene allora il bambino torna alla sua vita normale, ma se non funziona, esso continua a chiedersi la ragione dell'assenza e, non trovandone risposte sorgono in lui forti sentimenti di collera, rabbia ed ingiustizia. Arrivati a questo punto il genitore ancora presente si trova il difficile compito di dover spiegare al figlio come confrontarsi con ciò che è impossibile, come il ritorno della persona amata. Se la mossa educativa viene accolta ed accettata in maniera positiva, il bambino abbandona la domanda sulla scomparsa dell'adulto, adattando la strategia proposta dagli altri affetti, per cui è inutile pensare alle cose impossibili, ma è bene concentrarsi su quelle possibili. Se ciò invece non accade, ci troviamo di fronte ad un bambino umorale, arrabbiato ed insoddisfatto per le risposte ricevute ma, quanto gli si domanda la ragione del suo malumore, non sa trovarne risposta.

Quando il bambino è nell'età compresa solitamente *tra i quattro e i sei anni*, ha un senso del tempo più maturo, motivo per il quale davanti ad un'assenza si chiede subito se la persona mancata, torna oppure no, insieme al dubbio su chi o che cosa impedisce alla figura amata di fare ritorno. La scelta educativa della distrazione in questo caso implica la messa in atto di strategie volte al "non pensarci" colmando la mancanza del bambino con la vicinanza degli altri affetti. Se tale tecnica funziona, il bambino continuerà con la sua vita senza porre troppe domande, mentre invece se le risposte fornite, nell'ottica della suddetta metodologia, non sono state esaustive e convincenti, allora sopraggiunge nel piccolo un forte senso di insicurezza.

Tra i sei ed i nove anni, la reazione davanti ad una perdita è più consapevole. Il pensiero corre seguendo interrogativi anche inerenti il concetto di tempo come "Davvero non rivedrò mai più la persona amata?". Compito del genitore concorde alla metodologia della distrazione, è quello di spiegare al bambino come, contro la morte purtroppo non ci sia nulla da fare, ed è dunque meglio concentrare la propria attenzione su altro, come le persone attorno a lui che gli vogliono bene, oppure sulle cose possibili e presenti piuttosto che assenti ed impossibili.

In conclusione, *l'impostazione educativa della distrazione, induce i bambini a non guardare nella faccia la realtà e la verità della morte, perché si basa sulla convinzione che la morte sia più o meno*

*inconcepibile ed insopportabile, dalla più traumatica a quella meno traumatica, e bisogna educare i bambini ad attuare l'unica difesa possibile: distrarre il pensiero per tenerne lontani i sentimenti (Campione, 2012, p.24).*

L'opposto di tale ideologia comprende invece l'informazione, con l'idea che non bisogna nascondere la realtà della morte ai bambini, in quanto anche loro, seppur piccini, hanno diritto alla verità. Verità, che deve essere calibrata e mitigata dal genitore in base all'età del figlio.

### **2.2.2 Educazione alla morte come “elaborazione positiva della morte nell’ambito del processo di maturazione cognitivo emotivo**

Seguendo tale strategia educativa, la morte di una persona amata va spiegata ai minori rendendo ben chiari tre concetti. Il primo è che il bambino non vedrà mai più il soggetto caro, il secondo riguarda invece la mancata volontà della figura di attaccamento di abbandonare il piccolo ed, infine, bisogna specificare in maniera adeguata ma esaustiva che il defunto non tornerà mai più e che a ciò purtroppo non vi si può porre alcun rimedio o soluzione.

Informare il bambino che il genitore morto non è più con lui ha la funzione di sostenere il suo senso della realtà mentre tardare a spiegare o fornire risposte semplicistiche, prolunga in lui il senso di insicurezza, generando inoltre diniego e negazione dei fatti. L'adulto deve dunque aiutare il figlio a ritrovare la sua serenità combattendo i meccanismi di difesa immaturi. Le spiegazioni date ai bambini devono essere adeguate alle loro capacità di comprensione e utilizzo del linguaggio. I bambini capiscono molto più di quello che ci appare basandosi sulla percezione delle emozioni provate dai più grandi, basta pensare come un bambino tra i nove ed i dodici mesi può comprendere da poche e semplici parole, dette però in modo sinceramente triste e provato, la morte di una persona cara.

Lo scopo educativo del comunicare al bambino l'irreversibilità della scomparsa del genitore consiste nell'aiutarlo a fare un adeguato esame della realtà non sviluppando meccanismi di difesa immaturi come il diniego e la negazione, attivando inoltre sentimenti di insicurezza e sensi di colpa.

Importante informare i bambini, anche molto piccoli, qualora la morte si presenti precocemente nel loro nucleo familiare, circa l'irreversibilità della morte. Ancora più utile è vedere come i bambini, appena in grado di comunicare comprensibilmente, hanno percepito e compreso tali significati trasmessi dai genitori.

Corretto è rassicurare il piccolo sul fatto che qualcun altro si prenderà cura di lui senza però educarlo ad associare il concetto di perdita a quello di sostituzione degli affetti, che comporta il disinteresse del legame del bambino con il genitore scomparso. Educare dunque il minore a trovare un nuovo modo per voler bene al genitore scomparso senza però poterlo vivere fisicamente e vedere ma portandolo eternamente nel suo cuore, è la soluzione ottimale per questa tipologia di strategia.

Inoltre è giusto accogliere ed aiutare l'infante ad affrontare e gestire la rabbia ed i sensi di colpa. La prima deve essere espressa al fine di essere esaurita e superata mentre i secondi vanno eliminati con rassicurazioni molto chiare circa l'innocenza ed estraneità del bambino con la morte avvenuta.

Questa strategia pone tuttavia una duplice versione pedagogica sul senso di colpa, che vorrei sintetizzare con un interrogativo. È meglio esonerare il bambino da tale sentimento oppure, soprattutto in età adolescenziale, sfruttare questo come opportunità per un percorso educativo che insegni loro a distribuire bene le responsabilità dei comportamenti imparando il senso delle proprie responsabilità?

È comunque sempre fondamentale esplicitare, al fine che sia ben compreso dal piccolo, che il genitore non ha scelto di morire, in modo che lui non possa riferire a sé, mediante atteggiamenti o comportamenti messi in atto in precedenza, la causa dell'evento della morte di una persona cara.

La morte deve dunque essere intesa come un fatto naturale, solitamente indipendente dalla volontà dell'uomo.

Lavoro di fondamentale importanza per il genitore, secondo questo approccio, è quello di educare i figli in lutto ai desideri. La morte di una persona amata suscita inevitabilmente il desiderio del ritorno, ma bisogna far comprendere invece al bambino come i desideri non si possono, purtroppo,

sostituirsi ai fatti. Desideri e fatti possono convivere solo se si impara a desiderare quello che si può ottenere in quanto possibile e reale.

I piccoli pensano in maniera concreta, per cui bisogna spiegarli la perdita in maniera reale con modalità adatte alla loro età. Parlare al bambino della morte per metafore significa educarlo ad acquisire un certo tipo di concetto di morte, mentre parlargli riferendosi ad una malattia piuttosto che ad un incidente, vuol dire istruirlo a questo concetto secondo ancora un'ottica differente. Questo mette in luce come le informazioni date ai bambini siano influenzate dalle tradizioni e dalla cultura della famiglia.

L'impostazione psicologica appena presa in esame si può considerare come oggettiva, basata sulla descrizione della verità della morte come fatto naturale ed esistente. Tale concezione esonera il bambino dall'insicurezza e dal senso di colpa generato da risposte insoddisfacenti e semplicistiche a domande importanti.

### **2.2.3 Educazione alla morte come “narrazione dell'eternità”**

Il concetto di eternità nella nostra società è strettamente collegato alla religione di appartenenza delle persone, motivo per cui in questo paragrafo ne verranno prese in esame alcune valutandone la loro concezione ultraterrena al fine di capire quale tipo di risposta può essere data al bambino.

I soggetti cari muoiono, ciò è inevitabile, ma si può trovare consolazione, piangendo tra le braccia degli affetti rimasti, in quanto esprimere e condividere il dolore aiuta a sopportare le perdite; oppure provando a colmare il vuoto affettivo lasciato dalla figura mancata. Sicuramente consolarsi tra le braccia di mamma e/o papà porta conforto, ma qualora questo non bastasse, che risposte offrire al bambino circa le sue domande sul lutto?

È qui che, secondo tale impostazione educativa, entra in gioco “la narrazione dell'eternità”, assunto molto influenzato dalle nostre credenze sociali e culturali.

Per i *cristiani*, la morte è reversibile ed ogni soggetto vivo, prima o poi, è destinato a lasciare il mondo terreno, per essere però accolto, in base alla propria condotta, in Paradiso, in Purgatorio

oppure all'Inferno. Importante è inoltre il concetto del ricordo in quanto le persone defunte, anche se non le vediamo, sono sempre presenti dentro al nostro cuore.

Il funerale è il rito funebre che, dalla terra, accompagna un buon cristiano nel Regno del Signore. I bambini hanno la possibilità di apprendere il concetto di eternità in chiave cristiana, frequentando il catechismo, la Messa domenicale oppure l'ora di religione a scuola, dove viene insegnata loro la storia di Gesù e della sua resurrezione.

L'educazione alla morte ed al lutto dei bambini di *religione ebraica* è abbastanza simile a quella cristiana, anch'essa basata sulla concezione che la morte non segna la fine della vita di una persona perché questa continua ad esistere nel ricordo, nella consapevolezza e nell'amore per Dio. Per gli ebrei il simbolo della morte è l'uovo sodo perché sinonimo di vita che comprende la morte. E' rotondo, non ha inizio né fine, proprio come la vita che, dopo la perdita di qualcuno, continua comunque attraverso i suoi discendenti. L'uovo sodo, secondo le buone maniere della tradizione, va offerto ai parenti in lutto al primo pasto dopo la sepoltura. La morte dunque non è una rottura totale e definitiva con la vita perché questa continua nell'aldilà.

A livello educativo, invece, se un bambino pone domande sulla morte, questo è un atteggiamento positivo perché significa che è pronto a sentirne le risposte.

La *religione islamica* è anch'essa basata sulla concezione di una vita ultraterrena, dove Allah decide, in forma di premio o punizione, il destino della persona musulmana.

*Ognuna di queste tre religioni, quindi, nell'educare i bambini alla morte e al lutto li educa a perseguire all'aldilà come rimedio al morire ma in modi diversi, perché diverso è il rapporto che si vuole instaurare con il Dio unico che ha il potere di vincere la morte: per i cristiani Dio è una figura genitoriale ;per gli ebrei, Dio è il bene al di là dell'essere che ispira un desiderio disinteressato di vincere la morte, anche senza sapere come ci si possa riuscire; per i musulmani è un re assoluto che tutto può [...]Da ciò deriva anche il diverso modo di concepire il ruolo di chi educa i bambini alla vita e alla morte ( Campione, 2012, p.56/57).*

Differente invece è la concezione del lutto per *l'induismo*, fondato sull'idea di trasmigrazione delle anime, motivo per cui, dopo la morte, queste si reincarnano in un altro corpo animale, umano o vegetale. Simile all'*ideologia buddhista* dove, per quarantanove giorni dopo la morte il defunto vaga tra il mondo dei vivi e quello dei morti, aspettando che il karma decida in quale corpo esso possa ricominciare una nuova esistenza. L'obiettivo finale è il nirvana, simbolo della fine del ciclo di morte-reincarnazione e della relativa sofferenza.

Nelle *religioni cinesi e giapponesi* la morte è vista come l'assunzione, nell'aldilà, del ruolo di antenato, protettore e giudice delle azioni dei viventi. I vivi riservano per gli antenati altarini in casa, consultandoli, onorandoli e pregando loro in tutte le occasioni importanti della vita.

Ed infine nelle *religioni africane*, i morti continuano ad interferire nella vita dei parenti vivi come spiriti protettori e tale ruolo non può essere ricoperto se durante l'esistenza sono stati commessi troppi agiti scorretti o immorali.

Tutte queste concezioni religiose sono espressioni di un'antropologia personalistica dell'uomo, in quanto si basano sull'idea che la peculiarità dell'individuo è basata su soggettività individuali che lo rendono unico ed irripetibile nel suo genere. Approcciarsi alla morte utilizzando il metodo scientifico non risulta dunque essere, secondo la metodologia dell'educazione al lutto tramite narrazione dell'aldilà, una soluzione ottimale, prediligendo invece un metodo narrativo soggettivante.

In conclusione, può anche essere positivo direi ai propri figli, se non si è convinti delle diverse dottrine religiose esistenti, che non si sa che cosa succede dopo la morte abituando così il bambino all'idea che anche i genitori non sempre conoscono le risposte a tutte le cose.

### **2.3 Progetti già attuati di Death Education**

La Death Education, come precedentemente citato, nasce e si sviluppa nel contesto americano, all'interno dei Death Studies i quali indagano e analizzano le espressioni di incontro con la morte, studiandone i comportamenti che persone diverse e di differenti culture mettono in atto fronte ad essa e al dolore che provoca. L'idea di promuovere la Death Education come strumento utile ad

integrare il concetto di morte nella vita delle persone, al fine di un'esistenza consapevole vissuta nella realtà, è stata di Herman Feifel, uno dei padri fondatori della tanatologia psicologica, insieme ai suoi allievi Stephen Srack, Robert Neimeyer e Robert Kastenbaum.

Oggi il modello sociale che prevale è quello dell'eterna giovinezza e perfezione dove non è previsto spazio per il dolore e la sofferenza. La medicina, la tecnologia e la fede ci regalano, da sempre, l'illusione dell'immortalità, quindi educare alla morte resta un esercizio sostanzialmente controtendenza. La morte viene pubblicamente mostrata solo se relegata negli ospedali, nei cimiteri, oppure spettacolarizzata nei media. Per la maggior parte degli individui, questa rappresenta un evento da, nonostante la sua inevitabilità, eludere, tralasciare, fino al momento in cui non ce la si trova davanti. Si tende invece ad inserirsi freneticamente nel susseguirsi degli accadimenti della vita, trascorrendo frettolosamente il tempo presente e proiettandosi in quello futuro.

Quest'atteggiamento, tipico della società occidentale, contiene un grande paradosso insito nel concetto che più l'uomo corre per sfuggire alla morte, più invece gli si avvicina. Per questo motivo, nel contesto europeo sono meno diffusi e conosciuti gli studi sulla morte. Sono però presenti importanti centri di ricerca e studio come quello di "Société de Thanatologie" in Francia, "Centre for Death and Life Studies" dell'Università di Durham e "Centre for Death and Society" dell'Università di Bath in Inghilterra. Anche in Italia sono stati fondati diversi centri di ricerca e studio, tra cui citiamo: a Bologna, l'Istituto di Tanatologia e Medicina Psicologica; a Torino, la Fondazione Ariodante Fabretti; a Lucca, l'Istituto Storico Lucchese ed infine, all'Università di Padova è svolto il Master Death Studies & The End of Life, con lo scopo di promuovere iniziative sull'Educazione alla Morte.

Come già evidenziato, la Death Education a livello progettuale opera su tre livelli di prevenzione, questo comporta una grande vastità delle possibili tematiche e maniere attraverso cui affrontare il tema della morte come la malattia, la guerra, i disturbi alimentari, le dipendenze, l'educazione emotiva, l'autolesionismo fino ad arrivare al suicidio oppure il ciclo della vita, tutte logicamente trattabili ed adattabili a seconda dell'età dei beneficiari.

Ho scelto di prendere in esame più nello specifico due laboratori di Death Education entrambi già attuati ma con differenti modalità, intitolati “Uno sguardo al cielo” e “Non ho più paura”.

### **2.3.1 Uno sguardo al cielo**

Il Laboratorio di ricerca e intervento sulle tematiche del morire, del lutto e delle perdite “Uno sguardo al cielo”, nasce nel 2012, istituito presso il Dipartimento degli Studi umanistici dell’Università degli Studi di Ferrara. Questo laboratorio è un servizio pensato per l’intera collettività dell’Ateneo, ed inoltre prevede la promozione di una cultura istituzionale che valorizza il significato dell’attenzione alle tematiche della perdita, del morire e della Death Education nella ricerca, nell’intervento formativo ed educativo e nel settore delle discipline pedagogiche e psicologiche.

Il progetto ha l’obiettivo di offrire supporto a tutti coloro che, interni ed esterni all’Università, richiedono consulenza e/o formazione sull’argomento, creando una cultura accademica che sappia riconoscere il significato e il valore della formazione all’ascolto tramite competenze emotive, pratiche narrative educative e capacità artistiche, sociologiche e psicologiche riguardanti i temi della perdita e dell’elaborazione del lutto.

“Uno sguardo al cielo” concorre inoltre al dibattito nazionale e internazionale sui temi della formazione inerenti la perdita e la Death Education. Collabora con enti, istituzioni, società scientifiche, pubblici e private, al fine di realizzare gli obiettivi sopracitati.

Per rendere i contenuti del progetto appena descritti alla portata di tutti, questo laboratorio è dotato anche di un sito web dove è presente una spiegazione e presentazione del laboratorio, seguito dalla proposta di diverse modalità operative trattanti il tema della morte. Sono presenti i webinar svolti durante gli anni, viene poi consigliata una ricca bibliografia, sitografia e filmografia sull’argomento ed è fornita di pubblicazioni e tesi di laurea sulla morte. Prevede inoltre l’allestimento di mostre d’arte sul tema, al fine di rendere la conoscenza dei suoi contenuti ancora più poliedrica. È prevista inoltre di una rubrica e di una news letter per aggiornare tutti gli interessati su nuove attività ed appuntamenti.

Questo progetto infine eroga corsi di formazione a favore di insegnanti, genitori ed educatori, offrendo anche consulenza psicologica rivolta a persone singole, piuttosto che coppie, famiglie o gruppi.

### **2.3.2 Non ho più paura**

“Non ho più paura”<sup>7</sup> è un percorso di Death Education a cura di Ines Testoni e Maddalena Floriani già realizzato con i bambini dell’ultimo anno della Scuola dell’infanzia comunale e paritaria “Vittorino Chizzolini” di Ospitaletto in provincia di Brescia. È un progetto a carattere preventivo in quanto i beneficiari sono accompagnati ed educati a saper conoscere e riconoscere le proprie emozioni, in particolare la gestione della paura della morte e del morire.

Gli aspetti più rilevanti di questo progetto possono essere così riassunti:

- Approfondisce aspetti emotivi cruciali per la crescita armonica dei bambini: emozioni, gestione della paura della morte e spiritualità.
- Profondo nei contenuti ma di semplice applicazione con i più piccoli
- Tratta argomenti valti per sviluppare capacità introspettive e ad esprimersi in modo personale, attingendo dai propri vissuti e dalla propria interiorità
- Svolto dalle insegnanti, non necessita dunque di altri conduttori esterni alla scuola

Il suddetto lavoro si articola in tre tappe. Si comincia *dall’educazione emozionale* con l’obiettivo di aiutare, tramite queste attività, i bambini e le loro famiglie a parlare e riflettere, al fine di prendere consapevolezza, sul concetto di morte e del morire. Ciò è impossibile però, se ciascuno dei soggetti coinvolti non possiede un buon baglio emotivo, logicamente correlato alla propria età. Ed è proprio per questa ragione, che le due Autrici hanno deciso di suddividere questa prima parte in due fasi, una riguardante la sperimentazione delle emozioni attraverso i sensi e l’altra invece contenente

---

<sup>7</sup> “Non ho più paura. Un percorso di Death Education con bambini. Parlare della morte ai bambini fra emozioni e spiritualità.” È un percorso di Death Education a cura di Ines Testoni, filosofa psicoterapeuta, professoressa all’Università di Padova e Maddalena Floriani, laureata in filosofia con specializzazione in Economia Sanitaria, con i contributi di: Claudia Cordioli, psicologa; Angela Legrenzi, insegnante nella Scuola dell’infanzia comunale e paritaria “Vittorino Chizzolini”; Elisa Nodari, psicologa e Marinella Salghetti insegnate nella Scuola dell’infanzia comunale e paritaria “Vittorino Chizzolini.”

modalità di riconoscimento, a livello simbolico, delle proprie emozioni al fine di poterle rilevare ed esplicitare.

Le emozioni sono un concetto molto complesso, inerente differenti dimensioni dell'individuo come quella fisiologica, mentale, sentimentale, fino a complessi rituali sociali e culturali. Per questo motivo conoscere le emozioni fin da piccoli è molto utile, in quanto le esperienze emotive fungono da stimolo per il bambino, andando ad influire sia sul suo sviluppo mentale che cognitivo. Inoltre, in ambito evolutivo, queste aiutano la gestione del mondo e delle relazioni sociali.

La seconda tappa affronta invece la *gestione della paura della morte*.

Come precedentemente preso in considerazione, viviamo in un contesto socio-culturale nel quale vi è la tendenza ad esonerare i bambini dalla conoscenza reale, senza aforismi semplicistici, del concetto di morte. Con questo atteggiamento di protezione, però, l'adulto lascia solo il piccolo nel tentativo di dare risposte alle sue questioni, producendo così un alone di mistero sul concetto del decesso. Il bambino, per cognizione innata, è a conoscenza dell'esistenza della morte, perciò ne è attratto ed incuriosito ma allo stesso tempo anche spaventato ed ha molta voglia saperne di più. Se questa voglia non viene soddisfatta allora il piccolo non riesce a cogliere il senso dell'evento, provando disagio e mettendo così in atto comportamenti anomali come: agitazione diffusa, ansia, risvegli notturni e troppe paure nuove ed eccessive. L'adulto deve essere d'aiuto al minore, fornendo a quest'ultimo strumenti ed abilità cognitive che gli permettano di interagire con il concetto di morte è per far ciò è di fondamentale importanza la comunicazione tra i vari soggetti coinvolti. Il pensiero delle Autrici è quindi quello di assumere un atteggiamento sincero nei confronti di tale tematica, avendo sempre rispetto del livello di comprensione della classe.

Ed infine, come ultima tappa del percorso vi è la *spiritualità*, intesa come la sofferenza circa la consapevolezza della propria mortalità. Questo pensiero richiama molto la religione e la cultura di appartenenza dei soggetti, ma *l'educazione spirituale è interculturale e consiste in un percorso di riconoscimento del proprio sentirsi al di là del semplice confine corporeo, quindi dotati di un'esistenza che trascende la vita la quale richiama alla ricerca di risposte culturalmente*

*codificate e che possono corrispondere ad un credo religioso (Testoni, Floriani, 2018,p.101).*

*L'importanza di questa dimensione che appartiene ad ognuno ma deve essere riconosciuta da percorsi appositi di presa di coscienza, è notevole, in quanto è la base su cui è possibile fare perno per superare il terrore della morte ma anche per ricercare il senso da attribuire alla propria vita lungo un percorso che non sia semplicemente finalizzato alla sopravvivenza biologica (Testoni 2014).<sup>8</sup> Tale lavoro dunque attraverso l'utilizzo di esperienze ludiche, permette la conoscenza della diversità esteriore, per far scoprire a ciascuno invece la propria soggettività interiore come luogo di benessere e felicità.*

In conclusione possiamo notare come questo progetto si sviluppa attraverso unità didattiche sequenziali, studiate per permettere ai bambini di fare esperienze di complessità graduale, dalla più semplice a quella più articolata al fine di stimolare ed accompagnare loro verso il raggiungimento di una maggiore maturità e consapevolezza. È stato riscontrato inoltre come gli alunni affrontano gli argomenti proposti con serenità, parlando liberamente dei vissuti personali e familiari per come vengono da loro recepiti.

### **CAPITOLO 3 - A SPASSO PER LA VITA. Un percorso laboratoriale di educazione alla morte per bambini della scuola primaria.**

#### **3.1 Introduzione**

“A spasso per la vita” è un percorso laboratoriale di educazione alla morte per bambini della scuola primaria, ideato dalla sottoscritta con l'aiuto del Professor Emanuele Ortu come prodotto del tirocinio formativo, da me svolto, nel corso di questo Master. Essendo soddisfatta di quanto elaborato ho deciso di inserire tale esperienza all'interno di questa tesi precedendola da due capitoli di introduzione e spiegazione circa il lutto e la Death Education.

Dopo aver esaminato come viene vissuta e percepita la morte nella nostra società e che cos'è e come si concretizza nel contesto odierno la Death Education, ho pensato quindi di portare il mio piccolo contributo alla questione sviluppandone un'attività laboratoriale.

---

<sup>8</sup> Citazione contenuta nel libro “Non ho più paura” di Ines Testoni e Maddalena Floriani.

“A spasso per la vita” è un progetto che agisce in ambito di prevenzione primaria, da attuare dunque quando la morte non rappresenta un evento prossimo per le persone beneficiarie, con l’idea però di avvicinare i bambini al concetto di finitudine mediante attività che approfondiscono tre concetti fondamentali e concreti circa la nostra esistenza: la nascita, la trasformazione e la morte.

Fondamentale è il ruolo del tempo, utile ed essenziale per la comprensione di queste tre nozioni ed inoltre fedele compagno dell’uomo nella scoperta dei sentimenti e dei vissuti che esse comportano.

Nascita, trasformazione e morte, vengono presentati agli alunni tramite l’utilizzo di libri e albi illustrati integrati da momenti creativi oppure di discussione, riflessione e confronto.

Personalmente, anche se non ho avuto ancora la possibilità di riscontrarlo in prima persona, soprattutto con questa attività, sono d’accordo con l’ideologia alla base della Death Education cioè di informare i bambini, con modalità adeguate alla loro età, sulla veridicità degli eventi perché nascondere o camuffare loro le cose traumatiche le rende ancora più spiacevoli ed inaffrontabili generando così interrogati irrisolti o mal risolti e forte senso di rabbia, dolore, frustrazione e sconforto. La verità non è mai priva di dolore, a qualsiasi età, ma prima viene a conoscenza della reale fattezze della morte e maggiore sarà la capacità del soggetto di dialogarne, comprenderla ed infine interiorizzarla in forma sempre più matura con il trascorrere del tempo

### **3.2 Pubblicazione integrale del progetto: “A SPASSO PER LA VITA. Un percorso laboratoriale di educazione alla morte per bambini della scuola primaria”**

#### **Premessa**

<sup>9</sup>Il mio recente lavoro come insegnante di scuola elementare mi ha portato a riflettere su come parlare di morte ai bambini venga ancora concepito da alcuni adulti un tabù, come con l’idea che, evitando l’argomento si possa poi eludere la conseguente e legittima sofferenza del fatto.

“A spasso per la vita” è un percorso di educazione alla morte per bambini della scuola primaria avente lo scopo di far riflettere, tramite laboratori creativi e narrativi su quelle che sono, per la

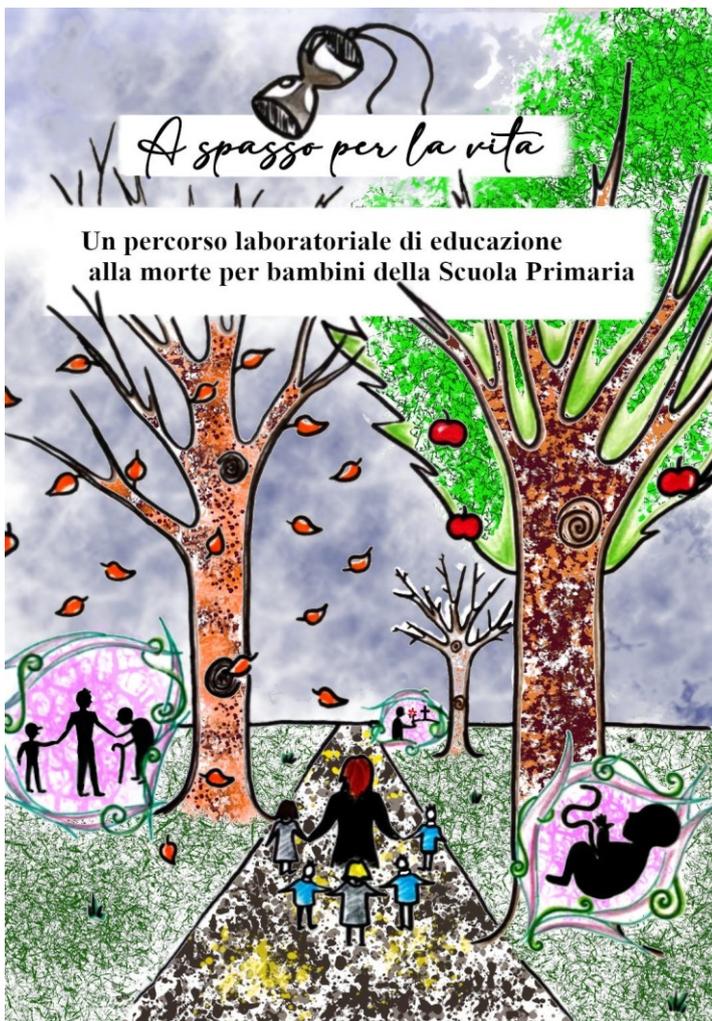
---

<sup>9</sup> Questo disegno è stato realizzato sulla base della mia idea da un mio amico, Jacopo Sarray. È stato pensato per essere la copertina del progetto, nonché sua perfetta riassunzione grafica.

cultura occidentale, tre fasi naturali e necessari nella nostra esistenza: nascita, trasformazione e morte.

La prima fase affronta il tema della nascita, dove i bambini avranno modo di riflettere su come sono venuti al mondo e sulle loro origini, esplorando le proprie radici familiari.

La seconda fase tocca invece il concetto di trasformazione, portando i giovani a ragionare sul cambiamento, sia personale che di ciò che li circonda in relazione al trascorrere del tempo.



Ed infine, come tappa conclusiva, si parla di morte. Evento in grado di stimolare quesiti, angosce, preoccupazioni ma anche curiosità, condivisione e riflessione in persone di tutte le età. Cominciare ad accettare fin da piccoli che si tratta di una fase inevitabile della vita aiuta a prenderne consapevolezza di essa. La paura della morte è abbastanza frequente nei bambini, in quanto si interrogano sul mistero che ruota attorno a questo evento e che, non trovando spesso soddisfacente risposta, genera vissuti angoscianti. I bambini imparano in genere abbastanza presto che

gli animali e le persone non vivono eternamente. A volte invece, vivono in modo diretto la morte di una persona cara, magari anziana o ammalata, oppure la percepiscono attraverso i racconti fatti a scuola dai compagni o ancora lo sperimentano attraverso la morte di un animale da compagnia. Il concetto di morte da accettare non è semplice, difficile per gli adulti, estremamente arduo per adolescenti e bambini. Esso rappresenta una delle nostre paure primordiali per cui la completa interiorizzazione è complessa, ma affrontare l'argomento, contestualizzandolo all'interno del ciclo

della vita fin da bambini ne aiuta una graduale comprensione e maturazione, verso l'accettazione, completa o parziale di questi, nel corso della propria esistenza.

È dunque di fondamentale importanza saper dare delle risposte alle domande che i bambini pongono: “ma anche tu morirai come il nonno? Anche io un giorno morirò?”, perché il bambino cresca in modo adeguato deve trovare delle risposte che siano coerenti e realistiche.

Questo percorso è pensato non solamente per gli alunni ma coinvolgerà anche gli adulti loro vicini come genitori ed insegnanti del gruppo classe.

### **Domande che si vogliono sviluppare**

- Che idea hanno i bambini della scuola primaria circa il concetto di morte?
- Prendere parte a questa attività può modificare o cambiare la loro idea sull'argomento?
- La partecipazione, in un progetto di educazione alla morte, da parte dei bambini può fare acquisire anche agli adulti intorno a loro una consapevolezza differente riguardo la questione?

### **Obiettivi**

- Promuovere un'attività laboratoriale con la classe utilizzando metodi narrativi basati sul confronto e sul dialogo improntati sui temi di: nascita, trasformazione e morte.
- Sensibilizzare tramite incontri di discussione gli adulti, genitori ed insegnanti, della classe scelta per il progetto circa gli argomenti trattati nelle attività dai loro figli o alunni.

### **Prerequisiti**

- Il docente deve avere instaurato e consolidato con la classe un rapporto di fiducia e condivisione basato sul dialogo. Per parlare di vita, di morte e di tempo con i bambini è fondamentale educare loro quotidianamente al riconoscimento delle proprie emozioni ed alla conoscenza, più o meno consapevole, dei propri sentimenti.
- La classe che aderirà al progetto deve essere composta da un massimo di 20 alunni al fine di riuscire ad avere una buona comunicazione tra tutti i partecipanti. E' inoltre fondamentale

che i bambini abbiano ben chiara la nozione del tempo e del suo divenire, sapendo distinguere e riconoscere i concetti di inizio e fine.

### **Possibili passaggi formali da seguire**

- L'insegnante dovrà inoltre chiedere precedentemente il permesso al Preside la disponibilità di un locale scolastico dalle 17.30 alle 19.30 per quattro volte tra il mese di gennaio e aprile per gli appuntamenti con i genitori e le insegnanti e per il sabato mattina dove si svolgerà l'attività conclusiva del progetto dalle 10.30 alle 13.00

### **Possibili connessioni con il territorio**

- L'insegnante conduttrice delle attività dovrà premurarsi di presentare il progetto all'ente territoriale che si occupa di minori e famiglie al fine di poter ottenere la collaborazione di una psicologa che presenzierà a tutti gli incontri previsti per genitori e docenti.

### **Azioni**

Le azioni indicate con le lettere dell'alfabeto sono azioni riguardanti i genitori e gli insegnanti degli alunni coinvolti nel progetto, differenti invece da quelle segnalate con i numeri che si riferiscono alle attività da svolgere in classe con i bambini.

Le azioni letterarie e quelle numeriche sono un po' come i binari del treno in questo viaggio.

Inizialmente sono parallele ma alla fine del percorso andranno ad incontrarsi, proprio come le rotaie quando una locomotiva deve cambiare direzione. In questo caso il cambiamento di direzione risiede in una consapevolezza più matura delle fasi della vita, percepite e comprese in base alla propria età e senza negazione.

### **AZIONE A: Primo incontro con i genitori e gli insegnanti della classe beneficiaria del progetto**

Gli incontri con i genitori e le insegnanti sono pensati in orario serale, dopo le 18.30, al fine di poter permettere maggior affluenza. Questo implica che l'insegnante conduttrice del progetto prendere accordi per la disponibilità oraria del locale scolastico con il preside.

**Durata: 2h**

**Numero massimo di partecipanti:** 50 di cui mamma e papà di ogni bambino e massimo 10 insegnanti.

È importante, dato lo spessore del tema, che a questi incontri partecipino entrambi i genitori di ogni alunno. Questo sia per avere un confronto più ampio e completo circa gli argomenti che si andranno ad affrontare con i bambini ma anche per una questione di trasparenza.

**Attività previste:**

- discussione
- scambio e confronto

**Descrizione attività:** Durante questo primo appuntamento saranno presentate le attività laboratoriali ed aperto tra adulti uno spazio di discussione riguardante dubbi, curiosità, obiezioni o riflessioni personali circa il progetto e le macro fasi scelte dunque nascita, trasformazione e morte. Per tutto l'incontro sarà presente la psicologa del consultorio territoriale che potrà rispondere a vari ed eventuali quesiti da parte dei genitori

Sarà richiesta loro la possibilità di registrare, solo in modalità audio, tutti gli incontri con i bambini con finalità di studio e ricerca accademica e di fornire inoltre delle fotografie di famiglia al fine di poter costruire l'albero genealogico, attività prevista per i loro figli al 3° incontro.

Verrà poi fissato in base alle disponibilità dei presenti e rispettando in linea generale di tempistiche il cronoprogramma, un calendario riguardante gli incontri successivi.

**Commento:** La decisione di cominciare con un incontro con gli adulti di riferimento del bambino nasce innanzitutto dall'idea di informare genitori ed insegnanti sui temi che verranno trattati in classe ed in secondo luogo è utile per capire i loro pensieri, dubbi o rimostranze permettendo all'insegnante conduttrice di cominciare a farsi un'idea circa anche gli insegnamenti trasmessi ai loro figli in relazione a determinati argomenti. Come ho sempre pensato, osservando e ascoltando un genitore, si comprendono e capiscono molto meglio comportamenti, atteggiamenti e modi di fare dei bambini. Come terza ragione, questa tipologia di appuntamento ha inoltre uno scopo di sensibilizzazione sull'argomento anche nel mondo degli adulti. Quando si cresce e soprattutto nel

momento in cui si diventa genitori, si ha la tendenza legittima di voler proteggere i propri piccoli dalle difficoltà della vita, ma quanto, cercando di eludere ed eliminare determinati pensieri e risposte completamente dal dialogo con i bambini, li si protegge davvero?

La psicologa serve dunque come figura di valore e supporto alla tesi del progetto ovvero, cominciare a parlare di morte con i bambini attraverso un percorso scandito dalle tappe temporali della nostra esistenza. La sua presenza può dunque essere utile per rispondere agli interrogativi e alle perplessità degli adulti aprendone uno spazio di confronto e dialogo.

### **AZIONE 1: LA NASCITA**

La prima azione si trova composta da quattro incontri per un totale complessivo di sette ore

- **1° incontro**

**Durata:** 2h

**Numero di partecipanti:** gruppo classe

#### **Materiale necessario:**

- libro “E io dove stavo?” di Mick Manning e Brita Granstrom
- scatola di cartone precedentemente foderata con carta da pacco colorata e bucata all'estremità superiore al fine di potervi inserire le risposte o domande dei bambini, in base all'attività. Questo oggetto verrà chiamato dall'insegnante“ la scatola delle domande e delle risposte
- foglietti/post it da consegnare ai bambini

#### **Attività previste:**

- attività ludico/didattiche
- discussione
- lettura e narrazione

**Domande che si andranno a sviluppare:** Tu, come sei nato?

**Descrizione attività:** Come prima cosa sarà spiegato ai bambini il progetto e come si intende metterlo in atto. Verrà poi consegnato loro un foglietto dove ciascuno dovrà rispondere alla domanda: “Tu come sei nato?” e leggerlo poi a turno davanti alla classe. L'insegnante dovrà raccogliere tutti i biglietti per poi decidere come utilizzarli all'ultimo incontro dell'azione 4. Arrivati a questo punto dell'attività la maestra leggerà il libro “E io dove stavo?” di Mick Manning e Brita Granstrom.

In conclusione si spiegherà ai bambini che “la scatola delle domande e delle risposte” rimarrà sempre in classe, così se in qualsiasi momento della giornata o della settimana, o comunque fino al prossimo incontro, venissero loro domande o curiosità possono scrivere un bigliettino e riporlo dentro.

**Obiettivi:** Prima di cominciare concretamente con le attività è necessario un momento di spiegazione del progetto, questo specialmente per informare i bambini che ogni lavoro svolto in classe, sarà poi condiviso tramite una mostra conclusiva con genitori ed insegnanti. Se nel corso delle attività vi fosse qualche bambino restio all'idea che i suoi elaborati saranno visti dai genitori, sarà cura dell'insegnante capire il perché di tale motivazione trovandone insieme al bambino una possibile soluzione.

Ho pensato di cominciare questa attività ponendo prima una domanda aperta per dare spazio così ai bambini di rispondere ognuno con la propria verità, senza alcuna e precedente contaminazione ideologica, offrendo poi in un secondo momento, con la lettura del libro, una spiegazione corretta scientificamente ma non semplicistica, adatta alla loro età.

Non esiste, a parer mio, nessun argomento che non possa essere discusso con un bambino. La difficoltà è più per l'adulto, in quanto deve essere in grado di trovare un modo per raccontare la verità in una chiave però corretta ed adeguata per il piccolo

- **2° incontro**

**Durata:** 2h

**Numero di partecipanti:** gruppo classe

**Materiale necessario:**

- “scatola delle domande e delle risposte”
- libro “Dov’è la mia mamma?” di Julia Donaldson e Axel Scheffler.
- fogli bianchi, cartoncini colorati

**Attività previste:**

- attività ludico/didattiche
- discussione
- laboratorio creativo
- lettura e narrazione

**Descrizione attività:** come prima cosa sarà cura della docente controllare “la scatola delle domande e delle risposte”, se vi è qualche bigliettino leggerlo e commentarlo con la classe.

Verrà poi letto il libro “Dov’è la mia mamma?” di Julia Donaldson e Axel Scheffler.

In seguito, ad ogni bambino sarà consegnato un foglietto dove dovrà descrivere l’evento di una nascita da lui vissuta, come quella di un fratello, una sorella, o figlio di una persona cara, in mancanza di ciò, va bene raccontare l’arrivo di un animale domestico in casa, specificando bene il tempo in cui questa è avvenuta per loro.

Alla fine di questo incontro, sarà fatto scrivere un avviso sul diario ai bambini dove verranno richieste delle fotografie di famiglia (genitori, fratelli, nonni, zii, cugini, bisnonni) da portare all’incontro successivo, argomento già discusso con i genitori nell’AZIONE A.

Sarà inoltre ricordata loro la presenza della “scatola delle domande e delle risposte” nella classe, invogliandoli così a continuare ad inserire bigliettini con dubbi, domande, perplessità, curiosità e riflessioni.

**Obiettivi:** L’attività proposta porta il bambino a ragionare sul concetto di nascita non in maniera personale, come fatto in precedenza, ma sulla nascita di qualcun altro. Importante la specifica sul tempo, per continuare sempre a stimolare i piccoli sul concetto del tempo, compagno fondamentale nella nostra vita.

### **3° incontro**

**Durata:**2h

**Numero di partecipanti:** gruppo classe

**Materiale necessario:**

- “scatola delle domande e delle risposte”
- Albero genealogico vuoto, file allegato in pdf, da stampare, una copia per ogni bambino, da far costruire e decorare
- esempi di albero genealogico da mostrare ai bambini allegati in pdf

**Attività previste:**

- attività ludico/didattiche
- discussione
- laboratorio creativo

**Domande che si andranno a sviluppare:** Sai che cos'è/hai mai sentito parlare di albero genealogico?

**Descrizione attività:** Come prima cosa sarà cura della docente controllare “la scatola delle domande e delle risposte”, se vi è qualche bigliettino leggerlo e commentarlo con la classe. Verrà poi chiesto alla classe se conoscono cosa sia un albero genealogico, mostrandone loro degli esempi scelti da film e cartoni animati, di cui si trovano i file allegati in pdf.

I bambini dovranno costruire il proprio albero genealogico utilizzando le fotografie richieste il precedente appuntamento e qualora mancasse loro la fotografia di qualche parente disegnarlo. Faranno ciò partendo dal disegno di un albero spoglio con dei riquadri dove attaccheranno le fotografie. L'albero dovrà essere colorato e personalizzato. Il bambino potrà dunque lasciarlo spoglio oppure contestualizzarlo in una delle quattro stagioni, piuttosto che semplicemente decorarlo definendone l'ambientazione.

Sarà compito dell'insegnante raccogliere e conservare i lavori dei bambini

Alla fine dell'incontro sarà, come ormai consuetudine, ricordare agli alunni la presenza della “scatola delle domande e delle risposte” nella classe, invogliandoli sempre ad inserirvi qualche bigliettino dentro.

**Obiettivi:** L'attività di creazione dell'albero genealogico è stata pensata per permettere ai bambini di conoscere ed esplorare la loro famiglia, le loro origini e radici sia nel presente, che nel passato, accezione a mio avviso, ben inerente al concetto di nascita. Questo lavoro è inoltre utile perché mostra molto bene ai bambini il valore del tempo, potendo essere anche uno primo e piccolo stimolo di riflessione circa la morte, con la presenza nell'albero di qualche parente ormai defunto.

- **4° incontro**

**Durata:** 1h

**Numero di partecipanti:** gruppo classe

**Materiale necessario:**

- “scatola delle domande e delle risposte”
- fogli bianchi e cartoncini colorati
- cartellone colorato

**Attività previste:**

- attività ludico/didattiche
- discussione
- laboratorio creativo

**Domande che si andranno a sviluppare:**

- Che colore ha per te la nascita?
- Come mai hai scelto quel colore?

**Descrizione attività:** L'insegnante dovrà controllare “la scatola delle domande e delle risposte” e come ormai d'abitudine, se vi è qualche bigliettino leggerlo e commentarlo con la classe. Verrà poi chiesto ai bambini di scrivere, su un foglietto precedentemente consegnato dall'insegnante, che colore ha per loro la nascita e come mai hanno scelto proprio quel colore. Sarà cura dell'insegnante,

insieme agli alunni, un cartellone riassuntivo dal titolo “I colori della nascita”. Per concludere l’incontro sarà ricordata ai bambini la presenza in classe della “scatola delle domande e delle risposte” e l’invito di continuare ad inserirvi domande, dubbi, curiosità o riflessioni

**Obiettivi:** Lo scopo di questo laboratorio creativo, è quello di vedere come i bambini hanno personalmente interiorizzato, dopo tre incontri di natura diversa, il concetto di nascita, utilizzando i colori.

## **AZIONE 2: LA TRASFORMAZIONE**

La seconda azione si articola in quattro appuntamenti per un totale complessivo di sette ore.

- **1° incontro**

**Durata:** 2h

**Numero di partecipanti:** gruppo classe

**Materiale necessario:**

- “scatola delle domande e delle risposte”
- fogli bianchi da consegnare ai bambini
- libro “L’albero” di Iela Mari

**Attività previste:**

- attività ludico/didattiche
- discussione
- laboratorio creativo
- lettura e narrazione

**Descrizione attività:** Per mostrare ai bambini continuità nel progetto, seppur si tratti di una fase nuova e differente, sarà cura dell’insegnante controllare se vi siano nella “scatola delle domande e delle risposte” la presenza di domande relative al concetto di nascita, leggendole e commentandole con la classe.

Verrà poi letto il libro “L’albero” di Iela Mari ragionando sul susseguirsi delle quattro stagioni e la ciclicità del tempo.

Successivamente sarà richiesto ai bambini di disegnare in un unico foglio diviso in quattro parti, autunno, inverno, primavera ed estate, un evento significativo che accade per loro ogni stagione.

**Obiettivi:** Viene scelto l'albo illustrato di Mari per far ragionare, in maniera molto libera e non indirizzate a conclusioni, i bambini sulla ciclicità del tempo, concetto perfettamente espresso dal susseguirsi delle quattro stagioni. L'esercizio creativo proposto, permette invece agli alunni di comprendere il concetto sopracitato mediante l'utilizzo delle proprie esperienze.

- **2° incontro**

**Durata:** 2h

**Numero di partecipanti:** gruppo classe

**Materiale necessario:**

- “scatola delle domande e delle risposte”
- quattro cartelloni colorati da consegnare uno per gruppo. Su ogni cartellone precedentemente disegnata dall'insegnante la sagoma dell'albero di Iela Mari in sottofondo
- libro “L'albero “di Iela Mari qualora possa essere utile ai bambini consultarlo o rivederlo durante l'attività

**Attività previste:**

- attività ludico/didattiche
- discussione
- laboratorio creativo

**Descrizione attività:** “Il futuro delle quattro stagioni “. Attività laboratoriale in cui la classe sarà divisa dall'insegnante in quattro gruppi da massimo cinque bambini e ad ogni gruppo verrà assegnata una stagione. L'esercizio richiesto sarà quello di pensare al cambiamento della stagione assegnata tra 10/20 anni e di disegnarlo, partendo proprio dal soggetto dell'albero presente nel testo di Mari.

Sarà utile per l'attività, che l'insegnante conduttrice, durante il momento di creazione di dei bambini, vada ad intervistare ogni gruppetto per capirne la propria idea, facendolo sentire ed

ascoltare da tutta la classe, perché lavorare manualmente non vuol dire comunque non poter ascoltare!

Come consuetudine, infine gli alunni saranno esortati da parte dell'insegnante ad inserire sempre nuove domande dubbi, curiosità riflessioni e quant'altro, all'interno della "scatola delle domande e delle risposte

**Obiettivi:** La scelta di dividere la classe in gruppi vuole essere un'opportunità educativa in più, al fine di abituare i bambini a far valere sì le proprie idee ma dando considerazione e valore anche alle opinioni degli altri per arrivare alla creazione di un elaborato finale condiviso.

Questa attività vuol fare riflettere su due concetti, il primo è la ciclicità del tempo, caratterizzata appunto dal ciclo delle quattro stagioni assegnate una per gruppo; mentre il secondo implica invece la capacità di saper ragionare sul futuro e sull'avvenire, pensando a come i luoghi e le singole stagioni potrebbero, per tutta una serie di motivi, subire variazioni in un decennio.

**AZIONE B: Secondo incontro con genitori ed insegnanti della durata di due ore**

**Durata:** 2h

**Numero massimo di partecipanti:** 50, mamma e papà per ogni bambino ed insegnanti del gruppo classe

**Attività previste**

- discussione
- scambio e confronto

**Descrizione attività:** Questo incontro sarà suddiviso in due parti. Il primo argomento di discussione verterà sul quesito di come i bambini abbiano accolto la precedente attività svolta in classe riguardante la nascita. Hanno raccontato a casa quanto fatto a scuola? Hanno mostrato curiosità? Hanno posto ulteriori domande a genitori ed insegnanti?

Nella seconda parte dell'incontro invece verrà presentato il tema della trasformazione già affrontato in classe con gli alunni

Come per il precedente appuntamento sarà presente anche la psicologa del consultorio, disponibile a vari ed eventuali chiarimenti

**Obiettivi:** Personalmente credo, data la densità degli argomenti trattati ma soprattutto che si andranno a trattare, sia giusto mantenere un contatto con i genitori al fine di instaurare una relazione di complementarità tra la famiglia e la scuola volta a capire come i bambini stanno interiorizzando gli stimoli offerti e proposti in classe. È inoltre utile ascoltare, come precedentemente detto, quale sia anche la personale idea dei genitori sulle questioni, capendo così se i pensieri dei loro figli sono dettati da una sana oppure morbosa ed eccessiva loro contaminazione.

La figura della psicologa è sempre di supporto al fine di poter rispondere ai quesiti ed alle perplessità poste dai genitori.

Questi incontri con i genitori sono inoltre spazi di dialogo e scambio di opinioni per adulti, opportunità non così frequenti nella nostra società per lo più frenetica e materialista.

- **3° incontro**

**Durata:** 1h

**Numero di partecipanti:** gruppo classe

**Materiale necessario:**

- “scatola delle domande e delle risposte”
- foglietti/post it da consegnare ai bambini
- cartellone colorato

**Attività previste:**

- attività ludico/didattiche
- discussione
- laboratorio creativo

**Domande che si andranno a sviluppare:**

- Che colore ha per te la trasformazione/il cambiamento?
- Come mai hai scelto questo colore?

**Descrizione attività:** L'insegnante dovrà controllare “la scatola delle domande e delle risposte” e come ormai d’abitudine verificare se vi è qualche bigliettino così da leggerlo e commentarlo con la classe. Verrà chiesto ai bambini di scrivere su un foglietto, consegnato in precedenza dalla docente, che colore ha per loro il concetto di trasformazione/cambiamento, motivando la loro scelta. Sarà cura dell'insegnante, creare, insieme alla classe un cartellone contenente le opinioni di tutti dal titolo “I colori della trasformazione”, guardandone le differenze con quello precedentemente creato per la nascita.

Per concludere l’incontro sarà ricordata ai bambini la presenza in classe della “scatola delle domande e delle risposte” rinnovando sempre l’invito ad inserirvi domande, dubbi, curiosità o riflessioni circa quanto trattato in classe

**Obiettivi:** L’idea di questa attività, vuole innanzitutto essere un filo conduttore circa le tre tappe del progetto (nascita, trasformazione e morte), motivo per il quale viene riproposta, ed inoltre permette di vedere quali colori i bambini associano ai concetti sopracitati, indizio utile circa il loro modo di viverli, sentirli ed interiorizzarli. Nessun colore è giusto o sbagliato da associare a questi concetti, significativa ne è invece la loro spiegazione. A mio avviso, questa modalità permette di evitare schemi rigidi circa le tappe della nostra esistenza, capendone invece come tali sono percepiti dai bambini.

- **4° incontro**

**Durata:** 2h

**Numero di partecipanti:** Gruppo classe

**Materiale necessario:**

- “scatola delle domande e delle risposte”
- libro “La vita segreta dell’orto” di Gerda Muller
- foglietti/post it da consegnare ai bambini

**Attività previste:**

- attività ludico/didattiche

- discussione
- laboratorio creativo
- lettura e narrazione

**Domande che si andranno a sviluppare:** Ti piacerebbe vivere per sempre?

**Descrizione attività:** Come consuetudine, sarà compito dell'insegnante, insieme alla classe, verificare la presenza di bigliettini nella "scatola delle domande e delle risposte" e qualora ve ne siano, commentarli.

Seguirà la lettura del libro "La vita segreta dell'orto" di Gerda Muller. A questo punto dell'attività ad ogni alunno sarà consegnato un foglietto di carta sul quale dovranno rispondere alla domanda "ti piacerebbe vivere per sempre?". È importante che i bambini motivino le loro risposte.

L'insegnante dovrà alla fine dell'incontro conservare tutti i bigliettini per utilizzarli poi nell'azione 4 all'ultimo incontro. Dovrà inoltre continuare a motivare la classe circa l'uso della scatola delle domande e delle risposte.

**Obiettivi:** Questo laboratorio funge da ponte tra il concetto di trasformazione, appena trattato e quello di morte che si andrà ad affrontare nell'azione successiva. Il libro della Muller vuol essere uno stimolo di ragionamento offerto ai bambini perché attraverso la metafora dell'orto spiega come ogni cosa nasca, cresca e finisca la sua vita o utilizzo, abbia ragione di non esserci più.

La domanda posta ai bambini, dopo la lettura, implica il ragionamento sia sulla trasformazione ma apre anche uno spazio di cognizione a quello che è l'assoluto nel concetto di tempo ovvero l'eterno, il per sempre, che a sua volta potrebbe richiamare l'idea di immortalità, portando così ad una prima e possibile riflessione sul concetto di morte.

**AZIONE C: Terzo incontro con genitori ed insegnanti degli alunni**

**Durata:** 2h

**Numero massimo di partecipanti:** 50, mamma, papà di ogni alunno o chi ne fa le veci ed insegnanti presenti sul gruppo classe

**Azioni previste:** Per cominciare, vi sarà un primo momento in cui si parlerà con i genitori dell'attività conclusiva del progetto, la mostra. Una mostra particolare, libera, dove non dovranno essere ricercati il bello, il brutto, il giusto o lo sbagliato ma l'essenza dei significati che i bambini attribuiscono a determinati concetti chiave della nostra esistenza.

In seguito, l'incontro verrà diretto dalla psicologa, che con metodologia di sua discrezione terrà una conferenza circa la metodologia adeguata per parlare di morte ai bambini, seguita da un momento di riflessione e scambio su quanto appena ascoltato. Questo al fine di preparare i genitori a possibili quesiti scomodi posti dai loro figli in seguito delle attività riguardanti la morte che si andranno a fare in classe con gli alunni.

**Obiettivi:** Questo incontro è stato pensato in forma preventiva come strumento di preparazione e rassicurazione per i genitori. Sicuramente l'argomento è molto denso ed offre ai bambini molti interrogativi, questioni e curiosità sia di natura positiva che negativa circa la questione. Molti di questi saranno trattati in classe ma è chiaro come i bambini a casa possano portare ulteriori domande e riflessioni da condividere con i genitori, che a loro volta devono essere preparati nel dare risposte veritiere ma non semplicistiche, adeguate alla loro età.

### **AZIONE 3: LA MORTE**

La terza azione si articola in quattro appuntamenti per un totale complessivo di sette ore

- **1° incontro**

**Durata:** 2h

**Numero di partecipanti:** gruppo classe

**Materiale necessario:**

- “scatola delle domande e delle risposte”
- libro "Il Sentiero" di Marianne Dubuc
- fogli bianchi

**Attività previste:**

- attività ludico/didattiche

- discussione
- laboratorio creativo
- lettura e narrazione

**Domande che si andranno a sviluppare:** che fine ha fatto, per te, la signora Tasso?

**Descrizione attività:** Per continuare a mostrare ai bambini linearità nel progetto, seppur si tratti di una fase nuova, sarà comunque cura dell'insegnante controllare se vi siano, nella “scatola delle domande e delle risposte” bigliettini relativi al concetto di trasformazione così da leggerli e commentarli con la classe.

Verrà poi letto il libro "Il Sentiero" di Marianne Dubuc seguito da un'attività creativa dove ogni alunno dovrà, su foglio bianco, sia scrivere (max 3 frasi) che disegnare che fine ha fatto, a parer suo, la Signora Tasso.

Sarà compito dell'insegnante tenere e conservare tutti i lavori dei bambini.

Inoltre, come ormai di consuetudine, a fine appuntamento verrà ricordata ai ragazzi la presenza della “scatola delle domande e delle risposte” continuando ad invogliarli a lasciare ogni settimana nuovi contenuti.

**Obiettivi:** Per questo laboratorio narrativo e creativo la scelta è ricaduta sul libro di Marianne Dubuc in cui, il tema del lutto viene trattato ma in maniera velata. Non viene esplicitata in maniera chiara la morte della protagonista principale, ma, essendo il primo appuntamento sull'argomento, prepara e stimola i bambini sulla questione, senza forzarli a nessuna conclusione.

Questo incontro sarà inoltre molto importante per l'insegnante conduttrice in quanto le servirà per capire come il gruppo classe ha accolto il tema della morte e quanto e come approfondirlo nelle attività dei successivi appuntamenti

- 2° incontro

**Durata:** 2h

**Numero di partecipanti:** gruppo classe

**Materiale necessario:**

- “scatola delle domande e delle risposte”
- libro “L’isola del nonno” di Benji Davies
- quattro cartelloni grandi e colorati
- vecchi giornali o riviste
- pastelli a cera, acquerelli, ecc...

**Attività previste:**

- attività ludico/didattiche
- discussione
- laboratorio creativo

**Domande che si andranno a sviluppare:**

- Dov’è andato il nonno di Syd? (Opzione per classe meno coinvolta e curiosa sull’argomento)
- Che viaggio fanno Syd e il nonno? (Opzione per classe meno coinvolta e curiosa sull’argomento)
- Cosa c’è per te dopo la morte? (Opzione per classe più curiosa e matura sull’argomento)

**Descrizione attività:**

L’insegnante dovrà controllare “la scatola delle domande e delle risposte” e come ormai d’abitudine verificare se vi è qualche bigliettino così da commentarlo con la classe. Leggerà poi il libro “L’isola del nonno” di Benji Davies.

Come descritto nel commento all’azione precedente, il docente, con il primo appuntamento e con la lettura del libro di Davies alla classe, avrà modo di farsi un’idea sulla curiosità e l’accettazione dei bambini circa il concetto della morte. Qualora ci si trovasse davanti ad un gruppo che non è ancora sufficientemente pronto ad affrontare esplicitamente l’argomento, oppure che si trovi eccessivamente spaventato davanti alla questione esplicita, allora, l’attività successiva alla lettura del testo può essere articolata come nell’ incontro precedentemente descritto.

In questo caso sarà cura dell'insegnante consegnare a ciascun bambino un post it dove ognuno dovrà rispondere alla domanda “Dov'è andato il nonno di Syd?” e “Che viaggio fanno Syd e il nonno? Le risposte saranno lette e condivise insieme agli altri compagni e la docente dovrà inoltre conservare i bigliettini da utilizzare poi all'incontro quattro. Se invece la classe risponde con curiosità all'argomento del lutto, allora, si terrà un'attività laboratoriale in cui la classe sarà divisa dall'insegnante in quattro gruppi da massimo cinque bambini. Ogni gruppo avrà il compito di confrontarsi circa la questione “Che cosa c'è dopo la morte?”, trovare un'idea condivisa e crearne un cartellone. Questo può contenere sia scritte che disegni, che ritagli di giornale ed essere colorato con le tecniche ed i materiali più disparati, con lo scopo di lasciare massima libertà d'espressione agli alunni.

Come per l'altra attività prevista a gruppi, l'insegnante, una volta che tutti gli alunni avranno scelto come concretizzare la consegna, dovrà andare ad interrogare ogni gruppo sentendone e facendo sentire a tutta la classe le idee degli altri.

Infine, come consuetudine, la classe sarà esortata da parte dell'insegnante ad inserire sempre nuovi dubbi e/o curiosità all'interno della “scatola delle domande e delle risposte”

**Obiettivi:** La duplice modalità di svolgimento dell'attività è sviluppata nell'ottica di agevolare i bambini, non forzandoli a conclusioni che non sono ancora pronti a mutare ed esplicitare. Il libro di Davies, come il libro della Dubuc è perfetto per far riflettere sul tema della morte senza però esplicitare completamente il lutto del nonno, lasciando così i bambini di trarre le loro personali conclusioni.

L'attività invece prevista per quelle classi più curiose e pronte ad affrontare il tema della morte, offre ai bambini la possibilità di confrontarsi con i compagni ed esprimersi circa la propria concezione dell'aldilà.

- **3° incontro**

**Durata:** 1h

**Numero di partecipanti:** gruppo classe

**Materiale necessario:**

- “scatola delle domande e delle risposte”
- foglietti/post it da distribuire ai bambini
- cartellone colorato

**Attività previste:**

- attività ludico/didattiche
- discussione
- laboratorio creativo

**Domande che si andranno a sviluppare:**

- Che colore ha per te il concetto di morte?
- Come mai hai scelto questo colore?

**Descrizione attività:** L'insegnante dovrà controllare “la scatola delle domande e delle risposte” e come ormai d’abitudine verificare se vi è qualche bigliettino così da leggerlo e commentarlo con la classe. Verrà consegnato un foglietto/post-it nel quale il bambino dovrà scrivere che colore ha per lui la morte, motivandone la risposta. Sarà cura dell'insegnante creare insieme ai bambini un cartellone riassuntivo dal titolo “I colori della morte”, confrontandoli con quelli precedentemente fatti per la nascita e la trasformazione.

**Obiettivi:** Questa attività viene svolta per comprendere in che modo i bambini hanno interiorizzato e dunque percepiscono l’argomento, utilizzando l’associazione ai colori e motivando la risposta. Come precedentemente spiegato, non esiste un colore giusto o sbagliato da associare al concetto di morte in quanto è una scelta personale, determinata dalla soggettività di ogni bambino. Con il termine soggettività si intende includere: insegnamenti, relazioni, esperienze, vissuti propri del bambino, sempre influenti e presenti nel suo modo di pensare.

**4° incontro**

**Durata:** 2h

**Numero di partecipanti:** gruppo classe

**Descrizione attività:** Questo incontro sarà dedicato alla preparazione della mostra conclusiva del progetto a cui parteciperanno gli alunni, i genitori e le insegnanti.

Gli alunni saranno divisi in due gruppi. Un gruppo per un'ora starà insieme alla docente conduttrice delle attività, scrivendo una parte del discorso di presentazione alla mostra, mentre l'altro, insieme ad un insegnante di classe, deciderà in che modo esporre i lavori svolti dagli alunni nel corso del progetto. Dopo un'ora i due gruppi si invertiranno, al fine di poter prender parte tutti ad entrambe le attività.

Il luogo scelto per la mostra deve essere interno alla scuola ma grande abbastanza per contenere tutti i partecipanti.

**Obiettivi:** L'idea di fare una mostra conclusiva con tutti i lavori svolti durante il progetto, nasce dalla mia esperienza passata come alunna alle scuole elementari. Ho avuto la fortuna di avere due insegnanti molto intraprendenti e preparate, che hanno sempre fatto partecipare la mia classe a molti progetti ed attività, la maggior parte dei quali comprendeva una mostra conclusiva, per gli alunni e le famiglie, di rimando dei lavori svolti. Ricordo che per me erano momenti bellissimi perché erano fonte di condivisione e apprendimento ma in maniera insolita e stimolante, motivo per cui a distanza di vent'anni li ricordo ancora tutti.

Per questa ragione, mi piaceva l'idea di condividere questa modalità con i piccoli che andranno a beneficiare del progetto, con l'augurio inoltre di far provare loro gli stessi sentimenti di curiosità e interesse che hanno scaturito in me da bambina.

In questo incontro, la classe deciderà in che modo strutturare ed allestire la mostra, scrivendone il discorso di presentazione.

La creazione di una mostra serve, come precedentemente detto, come metodo di rimando delle attività svolte. È importante che siano proprio i bambini a scegliere, gestiti e seguiti dall'insegnante, come spiegare questo progetto ai genitori e come esporre i propri elaborati. Non vi sarà mai nessuna mostra conclusiva con un discorso di presentazione, relative a questo progetto, uguale ad un'altra.

Ciò perché ognuna sarà unica nel suo genere, decisa e creata principalmente dai bambini, dalle loro

convinzioni, ideologie ed immagini circa gli argomenti proposti. A mio avviso, questa modalità rende centrali le opinioni dei piccoli, accogliendone e rispettandone le loro necessità.

### **AZIONE CONCLUSIVA**

Azione che vedrà coinvolti alunni, genitori ed insegnanti come attività conclusiva di rimando del progetto svolto. I bambini dovranno essere accompagnati a scuola alle h. 10 del sabato mattina per finire di ultimare gli ultimi accorgimenti, l'attività avrà inizio alle 11 ed alle 12.30 comincerà il pranzo.

**Durata:** Inizio attività ore 11,00 con pranzo alle 12.30

**Numero massimo di partecipanti:** 70 tra alunni, genitori ed insegnanti. Gradita la presenza della psicologa

**Descrizione attività:** Dopo aver fatto accomodare tutti i genitori e le altre docenti, la conduttrice del progetto farà un breve discorso introduttivo di quella che è stata l'attività lasciando poi la parola ai bambini che leggeranno la loro presentazione.

Seguirà poi, per i genitori, una visita guidata, autonoma per ogni famiglia, svolta dai loro figli alla scoperta dei lavori da loro realizzati. In conclusione, sarà previsto poi un pranzo a buffet tutti insieme, dove ogni alunno avrà il compito di portare qualcosa da casa.

Finito di mangiare ogni alunno con la sua famiglia potrà tornare a casa.

**Obiettivi:** L'idea di strutturare l'azione conclusiva in modo congiunto, adulti e bambini, nasce per dare un rimando collettivo delle attività svolte in classe.

Il momento sarà aperto da una breve introduzione formale dell'insegnante sul progetto seguita invece dal discorso creato da bambini per descrivere quanto fatto, ma anche come è stato vissuto e se ve ne sono stati tratti insegnamenti.

La scelta di fare una mostra libera e non strutturata permette ai bambini di soffermarsi con i genitori, sulle attività svolte nel modo ritenuto da loro più opportuno, dando più valore e spazio a determinati lavori piuttosto che ad altri, in base a quello di cui al momento prediligono parlare.

Inoltre questa modalità permette, a mio avviso, un rimando serio ma allo stesso tempo gioioso e non troppo angosciante dati comunque gli argomenti trattati.

Con queste attività, si vuole introdurre nei bambini l'esistenza di determinati concetti, alcuni spaventosi, ma comunque esistenti. I lavori proposti vogliono essere delle corrette e veritiere "infarinature" su determinate questioni, senza però angosciare i bambini portandoli ad una riflessione eccessiva e costante sugli argomenti.

Il progetto finisce con il pranzo a buffet allestito con le cose portate dai bambini. La scelta sembrerà bizzarra ma è una sorta di "morale" circa quanto trattato fino ad ora.

Un progetto, così come la vita di una persona, comincia, nasce. Poi si trasforma, prende atto ed infine termina, muore. Ma la vita deve andare avanti, bisogna continuare a dedicarsi alle attività quotidiane, come metaforicamente organizzare un buffet.

### **Cronoprogramma**

La durata del progetto è di quattro mesi, mesi che implicano però un cambiamento stagionale, passaggio utile per le attività e gli argomenti che si andranno ad affrontare in classe con i bambini.

Si comincia a Gennaio e si termina ad Aprile per permettere all'insegnante di instaurare nei mesi precedenti il rapporto di dialogo e fiducia, necessario e richiesto per la messa in atto del progetto.

Come linea generale, ogni settimana vi è un incontro, dove tutte le attività da due ore è consigliabile svolgere al pomeriggio al fine di alleggerire il carico scolastico degli alunni catturando la loro attenzione però con attività nuove e coinvolgenti. Gli incontri da un'ora invece si svolgeranno nel corso della giornata scolastica a discrezione dell'insegnante.

Nel sottostante cronoprogramma le date presenti riguardano l'anno 2022.

Le azioni che coinvolgono i genitori e le docenti vengono indicate con il colore azzurro, quelle riguardanti i bambini con il blu e con il lilla si evidenzia l'azione conclusiva, dove saranno presenti i bambini con le loro famiglie e le maestre. Ogni mese viene indicato con un colore: rosso per gennaio, arancione per febbraio, giallo marzo ed infine verde ad aprile.

	Mese 1 GENNAIO	Mese 2 FEBBRAIO	Mese 3 MARZO	Mese 4 APRILE
<b>AZIONE A</b>	GENNAIO			
<b>Incontro con genitori, insegnanti e psicologa</b>	10/1- 2 h dalle 17.30 alle 19.30			
<b>AZIONE 1</b>	GENNAIO	FEBBRAIO		
<i>Laboratorio 1.1</i>	21/1- 2h dalle 14.30 alle 16.30			
<i>Laboratorio 1.2</i>	28/1- 2h dalle 14.30 alle 16.30			
<i>Laboratorio 1.3</i>		4/2 - 2h dalle 14.30 alle 16.30		
<i>Laboratorio 1.4</i>		11/2 - 1h da scegliere nel corso della giornata scolastica a piacimento dell'insegnante		

AZIONE 2		FEBBRAIO	MARZO	
<i>Laboratorio 2.1</i>		11/2 - 2h dalle 14.30 alle 16.30		
<i>Laboratorio 2.2</i>		18/2 - 2h dalle 14.30 alle 16.30		
Laboratorio 2.3		25/2 - 1h da scegliere nel corso giornata scolastica a piacimento dell'insegnante		
AZIONE B		FEBBRAIO		
<b>Incontro con genitori, insegnanti e psicologa</b>		2h dalle 17.30 alle 19.30. Fissabile in una data compresa tra l'11/2 e l'11/3 in base alla maggior disponibilità dei partecipanti		

Laboratorio 2.4			4/3 - 2h dalle 14.30 alle 16.30	
<b>AZIONE 3</b>			<b>MARZO</b>	<b>APRILE</b>
Laboratorio 3.1			11/3- 2h dalle 14.30 alle 16.30	
Laboratorio 3.2			18/3 - 2h dalle 14.30 alle 16.30	
<b>AZIONE C</b>			<b>MARZO</b>	<b>APRILE</b>
<b>Incontro con genitori ed insegnanti</b>			2h dalle 17.30 alle 19.30. Fissabile a distanza di tre settimane, un mese dal precedente incontro	

Laboratorio 3.3			25/3 -1 h da scegliere nel corso giornata scolastica a piacimento dell'insegnante	
Laboratorio 3.4				1/4 - 2h dalle 14.30 alle 16.30
<b>INCONTRO CONCLUSIVO</b>				<b>APRILE</b>
Mostra conclusiva con esposizione, per genitori ed insegnanti, dei lavori svolti dagli alunni durante il progetto				2/4 - h 11 inizio attività, “aperitivo” buffet h 12.00

## **Organigramma**

I soggetti coinvolti e previsti per la realizzazione di questa attività progettuale sono i seguenti:

- Preside
- Docente conduttore dell'attività.
- Gruppo classe
- Equipe delle insegnanti presenti nel gruppo classe comprese anche le insegnanti di sostegno
- Genitori
- Psicologa.

## **Conclusioni**

La perdita di una persona cara è sempre difficile da superare, specialmente in una società individualista e materialista come la nostra che lascia l'elaborazione di questo dolore ad una dimensione prettamente privata e familiare. I soggetti cari rimasti hanno dunque un ruolo fondamentale nel momento della morte di qualcuno di significativo, in particolar modo se il lutto è stato subito da un bambino oppure un'adolescente. L'adulto di riferimento deve dunque saper dare risposte, verbali ed emotive, chiare ed esaustive in spiegazione all'assenza di un affetto caro perché se ciò viene a mancare, il giovane troverà spiegazioni in solitudine andando ad aumentare così i sentimenti negativi relativi all'evento e per lui la morte diverrà o rimarrà un fatto insuperabile con la possibilità di rientrare tuttavia nei casi clinici di lutto disturbato o patologico.

La Death Education, modello educativo americano, può essere dunque un buon strumento di prevenzione da attuare con maggiori adesioni nelle scuole con l'obiettivo di formare giovani preparati non solo didatticamente ma anche sentimentalmente ed emotivamente agli accadimenti della vita.

Dopo aver spiegato che cos'è la Death Education e aver preso in analisi nello specifico due lavori già attuati (“ Uno sguardo al cielo” e “ Non ho più paura”) su territorio italiano in materia, l'idea della sottoscritta, tramite l'elaborazione del progetto “ A spasso per la vita”, vuole essere quella di portare il proprio punto di vista e contributo alla questione, impegnando i bambini della scuola primaria in attività di narrazione, ascolto, conforto, discussione e creatività sul tema della morte.

La modalità scelta è quella di far compiere agli alunni un viaggio concettuale tra le tappe della nostra vita: nascita, trasformazione e morte. L'idea basilare risiede nel fatto che, se la morte viene fin da subito percepita come evento naturale contenuto nel ciclo della vita umana allora, quando il bambino si troverà per la prima volta davanti ad essa, soffrirà

ugualmente certo, ma sarà in grado di recepirla ed affrontarla in maniera diversa, più efficace, perché informato e formato sull'evento.

In conclusione, la voglia eccessiva da parte degli adulti di proteggere i giovani, anche se logicamente agita in ottima fede, gioca a loro sfavore. I bambini sono i migliori recettori di emozioni, per cui ciò che si riesce a camuffare a parole non si può nascondere invece livello sensoriale. La miglior soluzione è dunque accogliere curiosità, sofferenze, interrogativi, dubbi, paure ed angosce dei piccoli, insegnando loro che chi muore li abbandona solo fisicamente perché in realtà sarà sempre vivo e presente nel suo cuore.

## **Ringraziamenti**

Questo elaborato non sarebbe stato possibile senza l'aiuto della Professoressa Betti, ottima relatrice sempre disponibile, puntuale e precisa.

Ringrazio sentitamente il Professor Ortu per l'aiuto e i consigli dati nella la stesura del progetto.

Ringrazio Jacopo per il disegno e per la sincera vicinanza sempre offerta in ogni cosa.

Ringrazio inoltre i miei alunni che, ignari, mi sono stati di grande ispirazione per la stesura del progetto.

Un ringraziamento speciale va inoltre alla mia famiglia, che unica nel suo genere, mi supporta e sostiene nelle mie scelte, amando di me pregi e difetti.

Ma il ringraziamento più grande voglio farlo alla mia continua voglia di conoscere, scoprire, impegnarmi ed imparare con l'augurio che possa non mai finire.

## **Bibliografia**

- Campioni Francesco, “La domanda che vola. Educare i bambini alla morte e al lutto”, 2012, Centro editoriale dehoniano, Bologna
- Davies Benji, “L’isola del nonno”, 2016, EDT- Giralangolo
- Dubuc Marianne, “Il sentiero”, 2018, Orecchio Acerbo Srl, Roma
- Donaldson Julia, “Dov’è la mia mamma?” ,2000, Edizione EL
- Granstrom Brita e Mick Manning, “E io dove stavo?”, 2021 Editoriale scienze Srl, Firenze e Trieste
- Lieberman A.F- Compton N.C- Van Honor P - Ghosh Ippen C, 2007, Bologna
- Mapelli Mario “Il dolore che trasforma. Attraversare l’esperienza della perdita e del lutto”, 2013, Franco Angeli, Milano
- Mari Iela, “L’Albero”. 2007, Babalibri, Milano
- Muller Gerda “La vita segreta dell’orto”, 2013, Babalibri
- Onofri Antonio e La Rosa Cecilia, “Il lutto. Psicoterapia cognitivo evolutiva e EMDR”, Giovanni Fioriti Editore,2015, Roma
- Testoni Ines, “L’ultima nascita. Psicologia del morire e Death Education”,2015, Bollati Boringhieri, Torino
- Testoni Ines e Maddalena Floriani “Non ho paura. Un percorso di Death Education con i bambini”, 2018, Messaggero di Sant’Antonio – Editrice, Padova
- Varano Maria, “Come parlare ai bambini della morte del lutto”, 2012, Torino

## **Sitografia**

- [www.stateofmind.it](http://www.stateofmind.it)
- [www.unoguardoalcielo.com](http://www.unoguardoalcielo.com)