

L'elaborazione del lutto negli adolescenti

Un'indagine esplorativa negli istituti scolastici superiori

Paola Fornasier – ADVAR Progetto «Rimanere Insieme» – Treviso
Salvatore Capodiecì – Istituto Universitario Salesiano; Venezia

L'articolo espone gli esiti di una ricerca qualitativa condotta su 668 adolescenti della provincia di Treviso, che hanno dichiarato di avere subito un lutto molto importante negli ultimi cinque anni. La ricerca ha indagato il vissuto dei ragazzi individuandone i bisogni, gli aspetti di criticità nodali e le risorse da valorizzare. I risultati riguardano il ruolo della famiglia, la valenza degli amici, dei pari in lutto e della scuola. Dai ragazzi emerge il bisogno di poter fruire di spazi discreti e accoglienti per la socializzazione e la condivisione della propria esperienza dolorosa, come passo fondamentale per la narrazione di sé e di integrazione significativa della perdita.

Parole chiave: Lutto in adolescenza, Ricerca, Scuola, Pari, Famiglia, Supporto, Elaborazione del lutto, Rete sociale.

1. Introduzione

Molti studi psicoanalitici hanno evidenziato che la mente umana si organizza attraverso le relazioni: i processi di conoscenza e di costruzione del Sé procedono grazie ai legami che la persona via via stabilisce nel corso della vita (Bonfantini e Motta, 2004; Pellizzari, 2010). Un adolescente presenta una condizione psicosociale e identitaria più ricca e articolata di un bambino che, da un verso, gli comporta maggior probabilità di dover far fronte a un lutto per una perdita e, dall'altro, gli consente di poter contare su un'accresciuta rete sociale che può aiutarlo ad

attraversare la sofferenza e a riorganizzarsi dal punto di vista identitario (D'Elia, 2007). L'importanza di una rete sociale significativa per la costruzione di un nuovo progetto di vita o il riavvio di quello interrotto e il rinnovo del senso della propria esistenza è confermata dall'esperienza clinica con gli adolescenti in lutto (Morgante e Fiorini, 2007). Diversamente, le persone in lutto che non sono riuscite a integrare l'evento di perdita nel loro sistema di significati personali rischiano maggiormente di andare incontro alle complicità del lutto patologico (De Leo et al., 2011; Racalbutto e Ferruzza, 2006). Molte ricerche condotte sul lutto in fase evolutiva mettono in evidenza che i giovani tendono a richiedere supporto per un periodo piuttosto lungo, facendo riferimento, oltre che alla famiglia, alla cerchia di amici, alla scuola e ad altri ambiti sociali di appartenenza (Dyregrov e Dyregrov, 2008). Isolamento, nodi della rete sociale significativi inadeguati, oppure capacità sociali scarse o inibite sono indicati come fattori di rischio per le complicità del lutto.

L'approfondimento bibliografico ha permesso di rilevare che, oggi, è possibile contare su una quantità considerevole di studi e ricerche sia sull'adolescenza che sul processo elaborativo del lutto, ma che non vi è una corrispondenza quando si coniugano le due tematiche. Ciò a cui si assiste, infatti, consultando la letteratura scientifica nazionale e internazionale, è un'operazione a imbuto che, considerando la tematica del lutto, in generale o più specificamente dei bambini, offre una parentesi di approfondimento sul lutto in adolescenza, alla stregua di una possibile evenienza.

La ricerca, condotta in provincia di Treviso su iniziativa del progetto «Rimanere Insieme» di ADVAR,¹ su 668 giovani con lutto, tenta di dare risonanza alla specificità del lutto adolescenziale indagando, in termini qualitativi, opinioni, percezioni, convinzioni e vissuti di adolescenti che negli ultimi cinque anni hanno attraversato un lutto da loro considerato molto importante. L'approccio della ricerca è fenomenologico, allo scopo di enfatizzare la complessità dell'esperienza umana, e risponde all'esigenza di una comprensione del vissuto nel qui e ora. Lo studio ha assunto un carattere prettamente esplorativo e ha dato conto soprattutto dei processi piuttosto che degli esiti numerici, con l'obiettivo di *cum-prehendere* il fenomeno «lutto in adolescenza» dando voce agli adolescenti stessi per individuare, oltre ai limiti e agli aspetti di criticità, anche i punti di forza e le risorse sociali e psicologiche da valorizzare.

Alla luce di una fenomenologia dell'adolescenza che si avvale dei concetti di *marginalità* e *posizione adolescenziale* riguardanti l'intera esistenza umana (Pelizzari, 2010), l'indagine ha ipotizzato la necessità di perseguire una conoscenza non tanto *sugli* adolescenti in lutto quanto *con* gli adolescenti, considerandoli portatori di un sapere sull'uomo prima ancora che su se stessi. Questo presupposto ha caratterizzato l'approccio di ricerca in tutte le sue fasi, ponendo le basi per una

¹ L'ADVAR è una ONLUS che assiste persone malate in fase terminale sia a domicilio che nell'Hospice *Casa dei gelsi* di Treviso. Da 13 anni in seno all'ADVAR è attivo il progetto «Rimanere Insieme», che ha per obiettivo l'accoglienza, il sostegno e l'accompagnamento di persone in lutto con gruppi di mutuo aiuto e colloqui individuali. «Rimanere Insieme» si occupa, inoltre, di formazione sui temi del lutto rivolta a operatori in ambito sanitario, educatori, insegnanti e offre consulenza a scuole e associazioni del territorio.

pedagogia del lutto che, nell'interrogare il giovane che ne è portatore, non persegue, come unico scopo, la possibilità di dedurre gli atteggiamenti e le modalità più consone per entrare in dialogo con lui e per il relativo supporto, ma sollecita una presa in carico responsabile e intenzionale che, nell'approssimarsi all'altrui sofferenza, si costituisca come occasione di crescita personale all'insegna della reciprocità, della solidarietà e della autenticità, quale *condicio sine qua non*.

L'ipotesi che ha motivato la ricerca è stata quella di evidenziare analogie e differenze tra gli adolescenti in lutto, in particolare, in ordine all'individuazione di quali «agenzie di aiuto» il giovane ritenesse più pertinenti tra familiari, parenti, amici, partner, scuola per un sostegno nell'elaborazione del lutto. Gli esiti dell'indagine, di fatto, offrendo rilevanti informazioni sull'importanza attribuita dai ragazzi al sostegno sociale e sulle sue modalità, alla luce del confronto con i recenti studi di respiro internazionale, ha posto i presupposti per orientare la pratica educativa e la relazione d'aiuto e ha suggerito l'urgenza di interventi di sensibilizzazione in grado di incrementare «buone pratiche» di supporto solidale da parte dell'intera comunità sociale di appartenenza.

2. Materiali e metodi

La ricerca, avviata e conclusa nel mese di maggio 2012, è stata realizzata somministrando un questionario, in forma anonima, ai ragazzi frequentanti le Scuole Superiori del territorio trevigiano. Il questionario, grazie alla collaborazione con l'Ufficio Scolastico Provinciale, è stato pubblicato sul sito ministeriale; l'ente scolastico, attraverso una circolare, ha invitato gli Istituti Superiori a sensibilizzare i ragazzi affinché rispondessero *online* all'indagine conoscitiva. Gli insegnanti hanno accompagnato i ragazzi, durante l'orario scolastico, nelle aule informatiche della propria scuola per la compilazione del questionario. Sono giunti al sito dell'Ufficio Scolastico 742 questionari elaborati in forma computerizzata; di questi, 12 sono stati considerati inattendibili per contenuti o omissioni. In parallelo, altri insegnanti, avendo incontrato difficoltà a recarsi con gli studenti presso le aule informatiche preposte, hanno consegnato ai ragazzi e poi raccolto, lo stesso giorno o il successivo, i questionari in forma cartacea. Sono stati raccolti, con questa modalità, 546 questionari di cui 6 ritenuti inattendibili. Complessivamente, pertanto, i ragazzi coinvolti sono stati 1.288, e si è raggiunto un numero di 1.270 questionari utili ai fini della ricerca. Sono stati 11 gli Istituti Superiori del territorio che hanno aderito all'iniziativa, con un coinvolgimento degli studenti, in termini numerici, variabile, ma comunque in grado di garantire una distribuzione attendibile.

Nell'ambito della presente ricerca sono stati presi in considerazione solo i questionari dei ragazzi che hanno dichiarato di aver subito negli ultimi cinque anni un lutto importante. Il campione così selezionato raggiunge il numero di 668 soggetti, rappresentando, dal punto di vista statistico, una base apprezzabile per un confronto con quanto suggerisce la letteratura sul lutto e in specifico su quello adolescenziale.

Gli ambiti esplorati, oggetto dell'analisi qui esposta, riguardano gli esiti di 8 domande (5 aperte e 3 chiuse) su 11:

- la presenza di un lutto molto importante negli ultimi 5 anni;
- la tipologia di perdita e relativo sostegno ricevuto;
- le consapevolezza maturate in ordine al vissuto elaborativo del lutto;
- i bisogni in rapporto al lutto e il tipo di aiuto atteso dagli adulti;
- la valutazione di eventuali iniziative a scuola di sostegno al lutto o di riflessione sul tema della morte.

I dati raccolti costituiscono una mole importante di materiale testuale, la cui processazione ha richiesto l'utilizzo di Atlas.ti, un *software* informatico che riscuote consenso in ambito scientifico per l'approccio metodologico innovativo e per la facilità con cui consente di recuperare, in tempo reale, le categorie d'analisi create dal ricercatore e i testi originali associati. In particolare esso permette di garantire maggior precisione ai ragionamenti, assicurando l'ispezionabilità dei dati, considerata carenza storica della ricerca qualitativa (Ricolfi, 2001).

3. Risultati e discussione²

Le tabelle 1, 2 e 3 illustrano in modo sintetico le caratteristiche anagrafiche e la tipologia di lutto del campione selezionato.

TABELLA 1
Suddivisione del campione in base al genere

Genere	N	%
Femmine	433	64,8%
Maschi	219	32,8%
Non dichiarato	16	2,4%
Totale	668	100%

TABELLA 2
Suddivisione del campione in base all'età

Età	N	%
14	40	6,0%
15	116	17,4%

² Nel testo le parti inserite in corsivo fanno riferimento a risposte date dagli adolescenti al questionario, scelte random tra quelle che risultano più significative.

Età	N	%
16	164	24,6%
17	143	21,4%
18	127	19,0%
19	57	8,5%
20	11	1,6%
Non dichiarata	10	1,5%
Totale	668	100%

TABELLA 3
Distribuzione tipologia di lutto

Tipologia di lutto	Grado di parentela	Distribuzione	Percentuale
Parente 1° Grado	Nonno	341	69,46 } 51,05 15,27 3,14
	Zio	102	
	Cugino	21	
Nucleo Familiare	Padre	19	7,04%
	Madre	16	
	Fratello/sorella	12	
Amico		124	18,56%
Altra persona*		116	17,37%
Lutti multipli		105	15,72%

* Parente di secondo grado, vicino di casa, insegnante.

Il questionario è stato omogeneamente proposto a tutte le scuole del territorio, ma il campione di ragazzi analizzato risulta sbilanciato a favore del genere femminile (64,8%), in ragione del fatto che hanno aderito all'indagine per lo più classi ad alto tasso di composizione femminile. È possibile ipotizzare, inoltre, che sia stato proprio il tema della ricerca a scoraggiare alcuni insegnanti a coinvolgere le classi maschili, ritenute meno propense a esprimersi su questioni intime e personali o su tematiche emotivamente impegnative quali il lutto. In linea con quanto suggeriscono Vovelle (2000) e Zane (2005), in rapporto all'odierna tendenza a «tacere l'obbligo della morte nel dialogo comune» e a esorcizzarla con scongiuri o ridendo di essa per distanziarla, è stata riferita, da alcuni insegnanti, anche la preoccupazione che il comportamento degli alunni potesse degenerare

in banalizzazioni o resistenze di difficile gestione (Mairaghi, 2007; Mantegazza, 2004). In altri casi è stato comunicato l'esplicito rifiuto alla somministrazione del questionario perché le domande sono state ritenute potenzialmente in grado di turbare i ragazzi, soprattutto se colpiti da un lutto. Il dubbio che queste limitazioni nella somministrazione abbiano inficiato la qualità del campione rimane sullo sfondo come costante richiamo a mantenere il rigore nell'interpretazione e a trarre con prudenza conclusioni ponderando i dati.

Il 51% dei ragazzi del campione analizzato sostiene di aver subito una perdita molto importante in seguito alla morte di un nonno. Questo dato appare molto significativo e sembra confermare, in ragione dell'alta frequenza, quanto vanno affermando i più recenti studi sull'adolescenza, i quali indicano nella morte di un nonno un evento di rilevante criticità per i ragazzi di oggi (Novelletto, 2009).

I ragazzi che hanno sofferto la perdita di un familiare stretto (genitore/fratello) sono 47 e rappresentano il 7% del campione. Il questionario, indagando la condizione luttuosa degli ultimi cinque anni, non è in grado di fornire dati relativamente ai ragazzi che hanno perso un fratello o genitore durante l'infanzia, suggerendo l'idea di una percentuale più vasta di lutti in famiglia, le cui ripercussioni continuano inevitabilmente nel tempo dell'adolescenza (Schuurman, 2007; Crozzoli Aite e Mander, 2007; Lieberman et al., 2007).

Un quarto del lutto subito in ambito familiare riguarda la morte di un fratello e rappresenta, nel vissuto dei ragazzi intervistati con il questionario, un evento che va a incidere profondamente nella quotidianità e nella qualità del rapporto con le figure genitoriali, a loro volta provati dal lutto come attesta, in modo eloquente, la risposta di una ragazza alla domanda: «Secondo il tuo punto di vista, di che cosa ha bisogno un ragazzo per superare un lutto?».

Per me è stato difficile vivere questa esperienza e vedere la faccia di due genitori persi. Bisogna aver forza e volontà di andar avanti, la vita continua, questa è una delle difficoltà che la vita ci presenta. Ingiusta, ma è così. C'è bisogno di accettazione, anche se è difficile o forse non si vuole, ma non bisogna fermarsi, c'è bisogno di forza e sostegno. Non vedere più una persona che era in casa con te 24 ore su 24 non è facile; vedere la mamma preparare per cinque e in realtà si è in quattro. C'è bisogno di tempo, boh forse neanche quello.

L'analisi dei dati ha evidenziato, inoltre, che il 15,72% dei ragazzi, negli ultimi cinque anni, ha dovuto far fronte a più di un lutto, mostrando, a volte, un sovraccarico emotivo: *Non si riesce a superare un lutto (almeno nel mio caso), soprattutto quando i lutti sono più di uno.*³

L'analisi della domanda «Dove hai trovato (o stai trovando) sostegno per superare il dolore per la tua perdita?» fa emergere, in modo preponderante, il dato relativo al supporto da parte della famiglia, che dal 62% dei ragazzi è stata percepita come un importante agente di supporto nel lutto, seguito dal 27% di coloro che dichiarano di aver ricevuto aiuto dagli amici. Gli amici, in generale, vengono

³ Risposta relativa alla domanda «Secondo il tuo punto di vista, di che cosa ha bisogno un ragazzo per superare un lutto?».

considerati, soprattutto, occasione di evasione dal dolore e non di diretto affrontamento. Le risposte, riportate di seguito,⁴ sembrano convalidare la tesi avanzata:

Con il divertimento il ragazzo, se pur per poco, riesce quasi a dimenticare il lutto. Gli amici credo che abbiano il compito di rallegrargli le giornate, poi con il tempo il ragazzo riuscirà completamente a superarlo.

Un ragazzo ha bisogno di supporto morale da parte della famiglia e amici che lo aiutino a farlo svagare e a consolarlo.

Sono risultati 79 i ragazzi che si sono percepiti completamente soli nel tempo del lutto e rappresentano l'11,83% del campione esaminato.

La domanda «Cosa, secondo te, significa superare/elaborare un lutto?» esplora il punto di vista dell'adolescente in rapporto al processo psico-emotivo e alle strategie di *coping* da mettere in atto per la risoluzione del lutto.

«Accettare» è la categoria principale che emerge dall'analisi testuale. Il 37,54% dei ragazzi sottolinea in modo esplicito che il superamento della perdita passa attraverso un processo di accettazione di quanto è accaduto. La resistenza ad accogliere l'irreversibilità della morte e a rinunciare alla presenza fisica di chi è morto viene indicata come impedimento al superamento del lutto e alla costruzione di una nuova relazione interiore con la persona defunta. Direttamente associati all'obiettivo di accettare la morte sono emerse due sottocategorie: «Dare un senso» (*Convincersi che tutto accade per un motivo*) e «Razionalizzare» (*Rendersi conto che la vita è un ciclo continuo e che la morte fa parte di questo*), che sembrano rendere conto delle diverse modalità utilizzate per cercare di integrare nella propria vita, in modo significativo, quanto è accaduto.

I ragazzi in lutto ritengono che il pensiero relativo a «chi non c'è più» possa essere di utilità al processo elaborativo se si struttura in ordine alle seguenti categorie: 1. «Dimenticare» quello che è successo; 2. «Ricordare positivamente» il proprio caro; 3. Pensare che «Si rincontrerà»; 4. Pensare che «Sta bene»; 5. Pensare che «È sempre con noi».

Una parte dei ragazzi sembra utilizzare l'evitamento del pensiero della morte come strategia di *coping* per andare avanti. In particolare, *cercare di non pensarci* sembra essere considerato utile per non sentirsi annientati dai pensieri cupi che accompagnano il vissuto di perdita. Questa forma di oblio non riguarda i bei ricordi o i pensieri positivi verso il defunto, che i giovani dicono di voler continuare a coltivare e che vengono considerati indice di superamento del lutto, come attesta la categoria individuata «Ricordare positivamente» (*Cercare di dimenticare il fatto, ma non dimenticare i ricordi*).

I pensieri positivi sul defunto non fanno riferimento solo ai ricordi, ma anche alla speranza di rincontrarlo un giorno (cat. 3) e alla certezza che, dove ora si trova, sta bene (cat. 4). Viene inoltre considerato fondamentale, per il superamento del lutto, integrare spiritualmente il proprio caro pensandolo vicino o dentro di sé (cat.

⁴ Risposte relative alla domanda «Secondo il tuo punto di vista, di che cosa ha bisogno un ragazzo per superare un lutto?»

5) (*Superare un lutto significa che si è accettato il fatto che questa persona non c'è più ma che resterà sempre nei nostri cuori*).

In ordine ai sentimenti negativi che caratterizzano il vissuto di perdita, la maggior parte dei ragazzi sottolinea che il lutto si risolve nella misura in cui vengono affrontati e superati certi sentimenti negativi come tristezza, rabbia, vuoto e colpa (*Superare/elaborare un lutto significa, secondo me, superare la tristezza, il senso di solitudine e la rabbia che si prova quando viene a mancare un proprio caro o un proprio amico*). In particolare, per il superamento di questi sentimenti, gli adolescenti fanno riferimento non solo alla possibilità di allontanarli coinvolgendosi in attività distraenti e di svago, ma anche alla forza di volontà e all'impegno a reagire (... *non abbattendosi né, tantomeno, lasciandosi andare ma reagendo e affrontando la vita*).

In generale i ragazzi individuano due possibili esiti finali del processo elaborativo, sintetizzabili in due maxicategorie:

1. «La vita continua anche senza il proprio caro», che include tutte le risposte dei ragazzi convinti che, dopo un lutto, la persona debba continuare la propria vita come prima, seppur senza il proprio caro.
2. «Non sarà più come prima», che rende conto di forme diverse di cambiamento dopo il lutto, esprimibili in cinque sottocategorie:
 - a) «Un lutto non si supera»: *Non c'è un modo per superare un lutto, perché la persona che è morta non c'è più e basta, e ti mancherà per tutta la vita. Non ci sono né parole né persone che possono aiutarti.*
 - b) Rimane un'«Eredità morale»: *Superare un lutto significa continuare a ricordare i momenti belli e brutti che ti hanno unito a questa persona e trarne sempre una lezione di vita.*
 - c) Si riceve «Aiuto dal caro defunto»: *Significa andare avanti sapendo che la persona a te cara rimarrà sempre dentro di te e, anche se è morta, lei ti ascolta e ti aiuta da lassù.*
 - d) Si assegna «Nuovo senso alla propria vita»: *Ciò non significa sminuire il dolore del lutto, ma rifletterci e trasformare la tristezza e il dolore in forza positiva per vivere la vita sempre più pienamente e dandole l'importanza che merita.*
 - e) Si assiste a una «Crescita personale»: *Secondo me significa superare un grande momento doloroso ed è anche un momento difficile che ti fa crescere molto.*

L'esplorazione dei bisogni dei ragazzi in lutto ha permesso di rilevare, attraverso la domanda «Di che cosa ha bisogno un ragazzo in lutto?», che nel 90% delle risposte viene ribadita l'importanza del supporto sociale (vedi figura 1). In particolare, i ragazzi che attribuiscono alla famiglia un ruolo fondamentale nel supporto tendono a enfatizzarne la valenza in termini di appartenenza significativa considerandola risorsa quando presenta caratteristiche di coesione, solidità, calore, vicinanza affettiva e guida (*La famiglia è molto utile per superare un lutto, ti fa sentire parte di qualcosa e ti fa capire che si vive lo stesso*). Se la famiglia si pre-

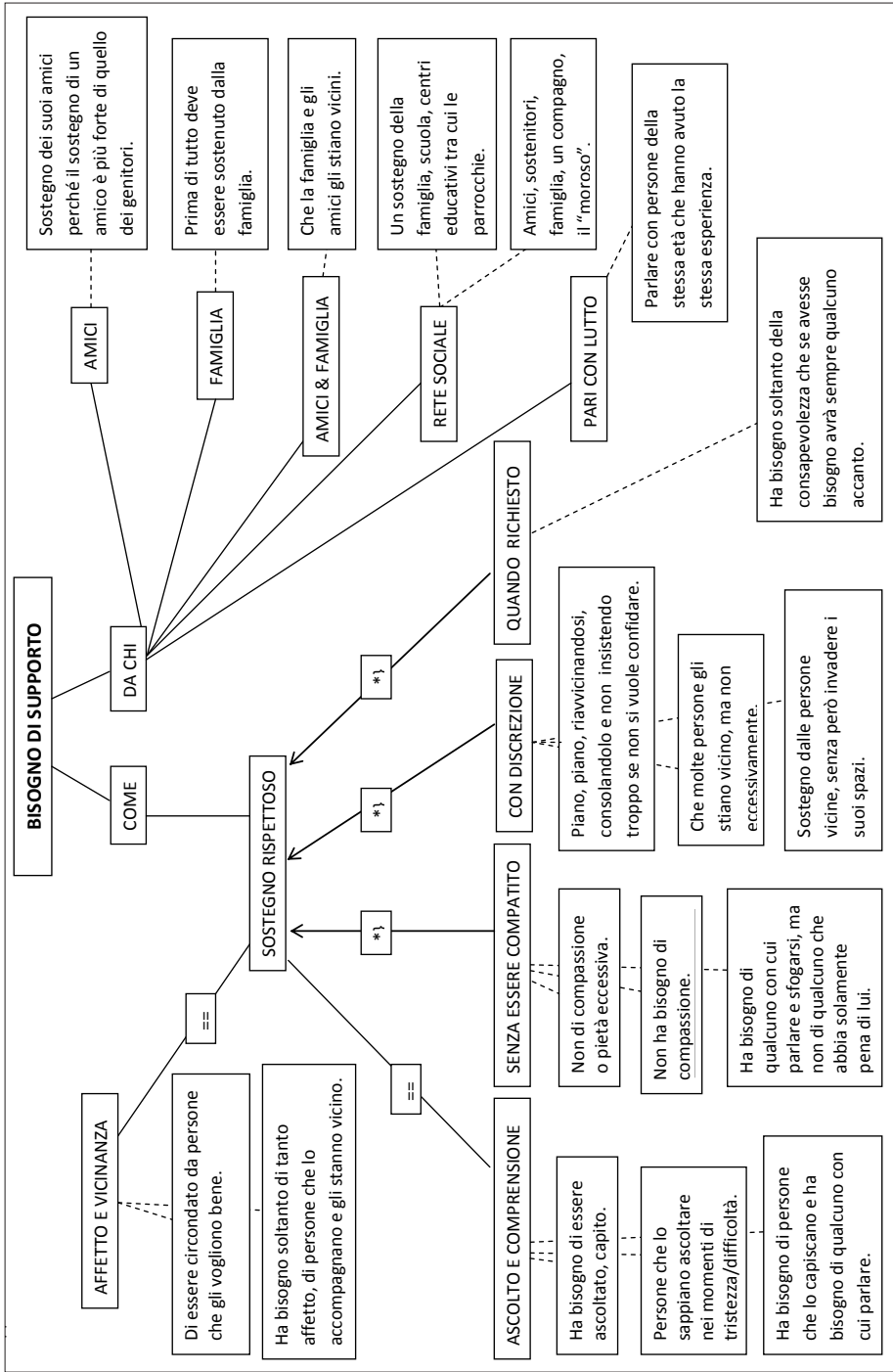


Fig. 1 Mappa Atlas.ti. «Bisogno di supporto sociale».

senta solida, viene anche indicata come il luogo per esprimere i propri sentimenti dolorosi e contraddittori scaricando tensioni e nervosismo, sentendosi garantiti dal legame affettivo che tutto può sopportare.

Il rischio che una famiglia destabilizzata dal lutto non possa essere in grado di sostenere adeguatamente un ragazzo viene esplicitamente messo evidenza da alcune risposte. In esse, il ruolo supportivo degli amici spicca su quello familiare e si delinea nella doppia valenza di sostegno nella crisi e distrazione dalla sofferenza:

Credo che molto più della famiglia (che comunque sarà colpita anch'essa dal dramma del lutto), gli amici abbiano il compito di distrarre il ragazzo, in un primo momento sostenendolo e, successivamente, facendolo divertire.

Soprattutto dei familiari e degli amici, perché i familiari riescono a consolarti e a piangere insieme a te (a volte). Gli amici ti danno un sostegno a scuola e, se ti vedono giù, trovano il modo di sollevarti il morale.

La caratteristica «distrante» del supporto dato dall'amicizia non esclude la possibilità di vicinanza e appoggio nel dolore da parte dei pari che, in questo caso, vengono considerati dai ragazzi «veri» amici (*Di sostegno e di persone a lui care che lo aiutino a superare questa perdita, come ad esempio la famiglia e, se sono veri, gli amici*).

In linea con gli studi condotti da Dyregrov (2008), emerge il fatto che molti giovani con una perdita ottengono beneficio incontrando coetanei che si trovano nella loro stessa situazione in rapporto alla possibilità di condividere reazioni, sentimenti e pensieri comuni (*Parlare con persone della stessa età che hanno avuto la stessa esperienza*).

La possibilità di contare su una vera e propria rete sociale (Sforza e Tizon, 2009) e non di un solo agente supportivo viene considerata da molti ragazzi una condizione favorevole (*Sentire che le persone — amici, parenti, insegnanti — sono vicini, avere persone che possono aiutarti nei momenti di bisogno; Un sostegno della famiglia, scuola, centri educativi, tra cui le parrocchie che lo aiutino ad andare avanti*).

Gli adolescenti, di fatto, rispondendo alla domanda «Di che cosa ha bisogno un ragazzo per superare un lutto?», sembrano contemplare un ventaglio di possibili bisogni propri e dei propri coetanei nel tempo del lutto (vedi figura 2). La categoria «Dipende» include le risposte dei ragazzi che invitano a riconoscere che vi sono bisogni diversi a seconda del tipo di lutto e della personalità del ragazzo:

Non lo so perché cambia da persona a persona, tipo una mia amica ha tenuto tutto dentro e l'altra per superare mi ha raccontato di tutto, quindi varia.

Dipende dal tipo di persona e dalla persona che ti viene a mancare.

Quanto emerge dalla restante disamina delle risposte alla domanda conferma quanto ha inteso esprimere in sintesi la categoria «Dipende» e disegna un quadro variegato di bisogni i quali, contraddicendosi a vicenda, invitano a focalizzarsi sulla dimensione soggettiva e sulla contestualizzazione del vissuto doloroso:

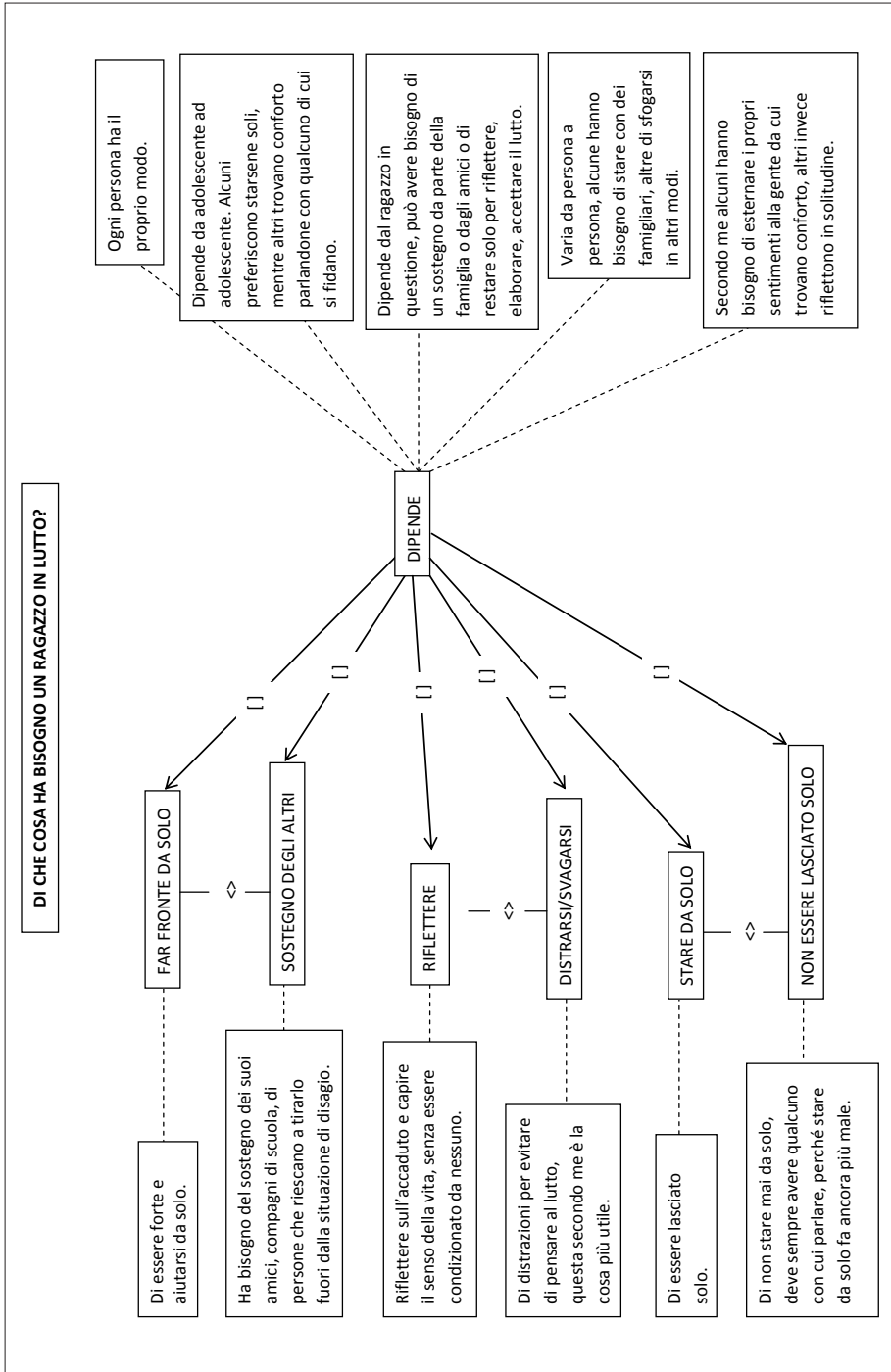


Fig. 2 Mappa Atlas.ti. «Di che cosa ha bisogno un ragazzo in lutto?».

- «Far fronte da solo» vs «Sostegno degli altri»;
- «Riflettere» vs «Distrarsi/svagarsi»;
- «Stare da solo» vs «Non essere lasciato solo».

La qualità dell'aiuto auspicato in ordine ai bisogni nel tempo del lutto sembra trovare una propria sintesi nella categoria «Sostegno rispettoso», articolata nelle cinque sottocategorie riportate di seguito:

1. «Affetto e vicinanza»;
2. «Ascolto e comprensione»;
3. «Senza essere compatito»;
4. «Con discrezione»;
5. «Quando richiesto».

Alla domanda «In che modo gli adulti potrebbero essere d'aiuto?» circa il 73% del campione di popolazione esaminato ha risposto in modo esplicito di ritenere che l'adulto abbia le qualità per sostenere in modo appropriato l'adolescente in lutto in ordine a caratteristiche sintetizzate dalle categorie: «Danno l'esempio»; «Hanno esperienza»; «Possono offrire ascolto»; «Danno sicurezza»; «Possono sostenere»; «Lasciano sfogare»; «Offrono vicinanza affettiva»; «Possono distrarre dal dolore».

Tra loro non mancano coloro che si preoccupano di fare dei distinguo e, precisando che non è mai possibile generalizzare, avanzano ipotesi sui pro e sui contro dell'aiuto che l'adulto può dare e sulla disponibilità dell'adolescente a riceverlo:

Non tutti gli adulti possono essere d'aiuto; un lutto è una cosa delicata e non tutte le persone reagiscono alla stessa maniera, un ragazzo potrebbe non accettare l'aiuto degli adulti, oppure al contrario potrebbe cercare aiuto in persone adulte che gli danno fiducia.

E infine, nel rispondere al quesito sull'aiuto che gli adulti potrebbero offrire, i ragazzi fanno riferimento ad alcuni stili interattivi inefficaci che, se messi in atto, rischiano di compromettere la possibilità dell'adulto di essere di sostegno, quali: «Minimizzare la sofferenza»; «Soffrire davanti ai ragazzi»; «Essere inopportuni/inadventi»; «Pensare di essere necessari» (svalutazione della capacità del ragazzo di farcela da solo).

L'ambito scolastico viene esplorato a partire dal quesito «Sei a conoscenza se nella tua scuola siano mai state realizzate iniziative di sostegno per ragazzi in lutto o di riflessione sul tema della morte e del lutto?» (vedi figura 3). Il 72% dei ragazzi dichiara che la propria scuola non ha mai promosso iniziative di questo genere; il 23%, invece, frequenta scuole che hanno realizzato attività di supporto o di riflessione sulla perdita e, per la quasi totalità, dichiara di ritenere che l'esperienza sia stata positiva in ordine a un aiuto fruibile a più livelli come evidenziano le categorie individuate:

- «Sostegno per chi ne ha bisogno»: *Ottima per chi ne ha bisogno;*
- «Sostegno fra tutti»: *Efficace, di aiuto per il gruppo classe;*

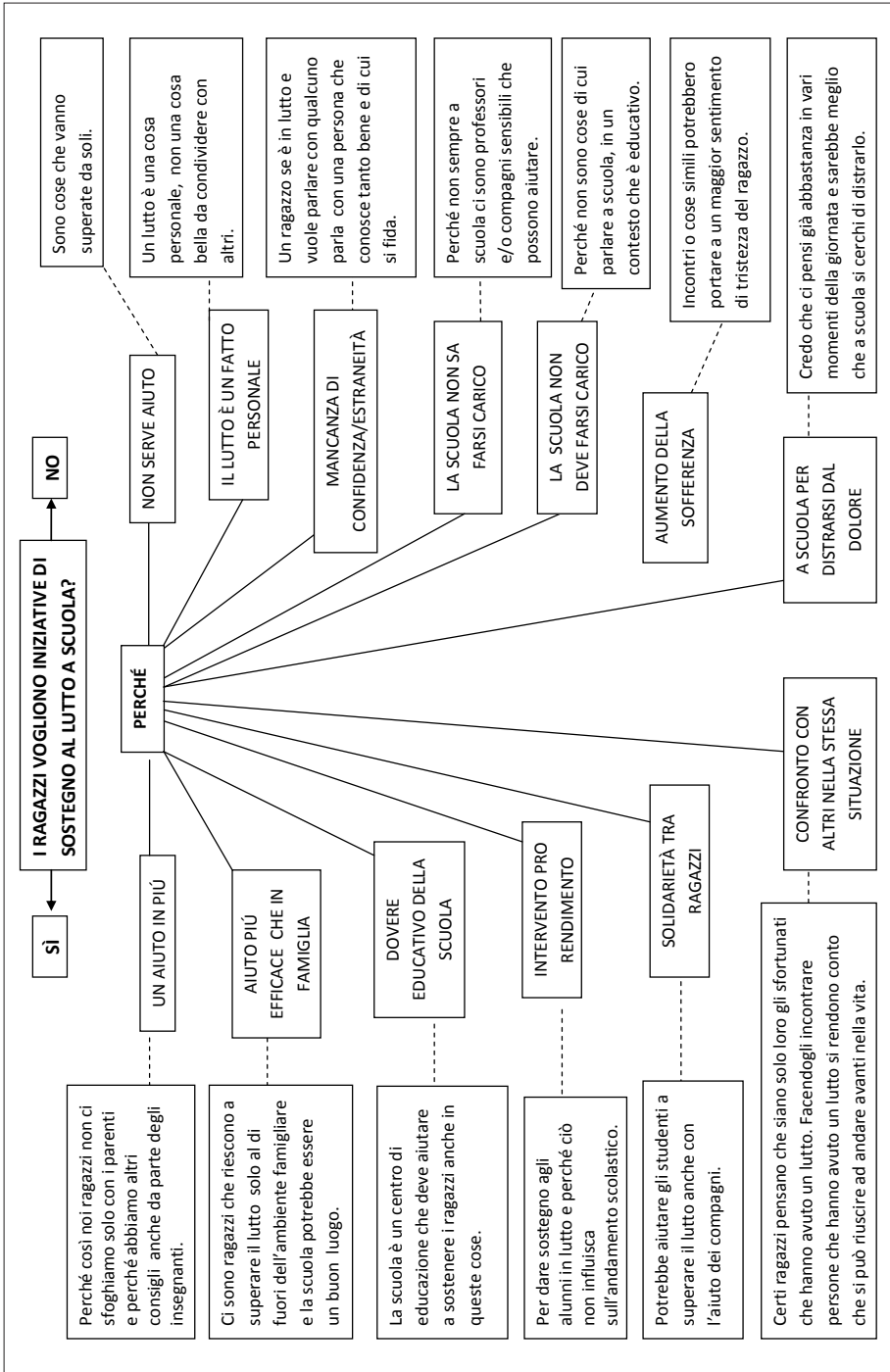


Fig. 3 Mappa Atlas.ti. «I ragazzi vogliono iniziative di sostegno al lutto a scuola?».

- «Riflessione sul tema»: *Ottima perché ti fa aprire la mente;*
- «Sostegno tra pari con lutto»: *È stata un'esperienza molto utile anche perché mi ha aiutato a superare il mio lutto cercando conforto e sostegno con altre persone che hanno subito un lutto;*
- «Aiuto a esprimersi»: *È stata molto utile, mi ha aiutato a superare la cosa e a parlarne più liberamente e serenamente.*

Tra i ragazzi che non hanno fruito di iniziative di sostegno al lutto, il 60,37% dichiara che sarebbe interessato a parteciparvi per ragioni sintetizzabili con le categorie: «Un aiuto in più»; «Aiuto più efficace che in famiglia»; «Dovere educativo della scuola»; «Intervento pro-rendimento scolastico»; «Solidarietà tra i ragazzi»; «Confronto con altri nella stessa situazione».

Studi sul mutuo aiuto e sul sostegno alle persone che hanno perso un proprio caro sottolineano l'importanza della narrazione di sé in un contesto relazionale accogliente in grado di favorire la riformulazione dell'orizzonte di senso della propria vita basato sulla positiva incorporazione delle esperienze precedenti al lutto e sulla consapevole ridefinizione delle proprie identità (Colusso, 2012). Anche la scuola, quale nodo significativo della rete sociale di appartenenza, viene a definirsi, nelle aspirazioni e nei ragionamenti espressi nel questionario, in termini di luogo possibile per la narrazione di sé nelle contingenze del lutto, e si costituisce, perciò, come spazio relazionale possibile per l'elaborazione.

A reputare inopportuno il supporto della scuola nelle circostanze del lutto è il 37,76% del sottogruppo dei ragazzi che frequentano scuole che non hanno mai promosso iniziative su tematiche relative alla morte. Questi ragazzi si focalizzano per lo più sul fatto che il lutto appartiene alla sfera privata e precisano, con sfumature differenti, le proprie ragioni in ordine a motivi quali la mancanza di confidenza, l'incompetenza della scuola su un tema così delicato e la supposta inopportunità che un contesto scolastico si faccia carico di queste tematiche.

Alla scuola viene, altresì, attribuito un ruolo di «distrattore» dal dolore per la perdita e di ambiente sociale che potrebbe essere in grado di restituire al ragazzo la normalità di cui ha bisogno (Lamberto, 2005) in contrapposizione, in alcuni casi, a quotidianità familiari destabilizzate dalla sofferenza, come sintetizza la risposta di un ragazzo che spiega perché non è favorevole al fatto che la scuola promuova iniziative di supporto al lutto: *Perché il ragazzo in lutto potrebbe sentirsi peggio, perché magari vede la scuola come uno sfogo e un passatempo per non pensare.*

Tra i risultati emersi con una certa evidenza riportiamo le strategie fondamentali che i ragazzi dichiarano di mettere in atto e/o di ritenere utili per attenuare il vissuto doloroso e avviare il processo di risoluzione del proprio lutto:

- cercare e ricevere conforto dalla famiglia e dagli amici;
- parlare di quanto è accaduto;
- ricordare positivamente chi non c'è più;
- confrontarsi con i pari con la stessa esperienza;
- svaghi e distrazioni dal dolore incessante.

4. Conclusioni

L'indagine, esplorando il punto di vista personale dei ragazzi in lutto, ha permesso la raccolta di informazioni molto significative che consentono di apprendere più a fondo le caratteristiche del lutto in adolescenza. I risultati, di fatto, non hanno consegnato un quadro univoco e lineare del fenomeno; al contrario ne hanno mostrato tutta la complessità, mettendo al bando semplicistici riduzionismi.

La molteplicità dei pareri raccolti, a volte dissonanti o contraddittori, ha reso evidente l'importanza di riconoscere e dare valore all'unicità e all'originalità di ciascun giovane, senza tralasciare il peso del contesto di appartenenza e della storia di cui è portatore (Vegetti Finzi e Battistin, 2000). In modo trasversale, inoltre, sembra emergere l'ipotesi che gli adolescenti non considerino efficace l'aiuto se prospettato solo in termini consolatori, ma che desiderino un supporto in grado di aiutarli a trasformare il lutto che li ha colpiti in opportunità di crescita e che offra loro orizzonti di senso (*Trovare un motivo che mi faccia venire la voglia di andare avanti, trovare la felicità nel dolore e saper trasformare il dolore in amore per gli altri*).

Si presenta, dunque, come ineludibile la necessità di costruire un ponte virtuoso tra adulti impegnati sul fronte educativo, professionisti della relazione d'aiuto e adolescente in lutto. Ponte che, all'insegna della scoperta reciproca, della responsabilità educativa e supportiva dell'adulto, coniugata al riconoscimento del ruolo inedito dei pari nel sostegno all'adolescente in lutto, sfidi ogni pre-giudizio e pre-comprensione e sappia favorire l'avvio di un discorso di senso intorno alla sofferenza, alla vita e alla morte, sottraendo quest'ultima alla consegna del silenzio e alle conseguenze della sua negazione (Andolfi e D'Elia, 2007; Campione, 2012; Mannucci, 2007; Mantegazza, 2004; Sgarro, 2008).

Lo studio evidenzia anche situazioni di sofferenza che confermano l'importanza di organizzare interventi di prevenzione primaria. L'agenzia principale, dove è possibile organizzare progetti psicopedagogici su larga scala, rimane la scuola.

La modalità dell'intervista, utilizzata nella ricerca all'interno della popolazione scolastica, può rappresentare quindi un primo momento per la realizzazione, in collaborazione con i servizi territoriali, di iniziative finalizzate all'elaborazione dell'episodio luttuoso vissuto dal giovane. Si potrebbe così intervenire, in modo preventivo, anche su quello che è considerato uno dei più importanti fattori di rischio delle condotte suicidarie negli adolescenti: la complicità depressiva secondaria alla perdita di un familiare o di una persona cara.

Abstract

The article presents the results of a qualitative study conducted on 668 adolescents in the province of Treviso, who claimed to have suffered an important berea-

vement in the last five years. The research explores the adolescents' life experience and their point of view by identifying their needs, the key critical aspects and the resources to be exploited. The research results concern the role of the family, the importance of the friends, the peers in mourning and the school. The teenagers express their demand to have a non obtrusive and snug space for socializing and sharing their own painful experience as key step in the narration of self and to a meaningful integration of the loss.

Keywords: Bereavement in adolescence, Research, School, Peers, Family, Support, Grief process, Social network.

Bibliografia

- Andolfi M. e D'Elia, A. (2007), *Le perdite e le risorse della famiglia*, Milano, Raffaello Cortina.
- Bonfantini M. e Motta M. (2004), *Dalla crisalide alla farfalla. Come superare la sofferenza della morte e del lutto*, Cinisello Balsamo (MI), San Paolo.
- Campione F. (2012), *Lutto e desiderio*, Roma, Armando.
- Colusso L. (2012), *Il colloquio con le persone in lutto*, Trento, Erickson.
- Crozzoli Aite L. e Mander R. (a cura di) (2007), *I giorni rinascono dai giorni. Condividere la perdita di una persona cara in un gruppo di auto-mutuo aiuto*, Milano, Paoline.
- D'Elia A. (2007), *Il lutto non è un fatto privato*. In M. Andolfi e A. D'Elia, *Le perdite e le risorse della famiglia*, Milano, Raffaello Cortina, pp. 3-34.
- De Leo D., Cimitan A., Dyregrov K., Grad O. e Andressen K. (2011), *Lutto traumatico: l'aiuto ai sopravvissuti. Aspetti Teorici e Interventi Assistenziali*, Roma, Alpes Italia.
- Dyregrov K. e Dyregrov A. (2008), *Effective grief and bereavement support*, London, Jessica Kingsley.
- Lamberto A. (2005), *Il lutto infantile e giovanile*, Roma, CVS.
- Lieberman A.F., Compton N.C., Van Horn P., e Ghosh Ippen C. (2007), *Il lutto infantile*, Bologna, il Mulino.
- Mairaghi L. (2004), *Affrontare la morte*. In A. Mannucci, *L'evento-morte: come affrontarlo nella relazione educativa e di aiuto*, Tirrenia (PI), del Cerro, pp. 32-57.
- Mannucci A. (a cura di) (2007), *L'evento-morte: come affrontarlo nella relazione educativa e di aiuto*, Tirrenia (PI), del Cerro.
- Mantegazza R. (2004), *Pedagogia della morte. L'esperienza del morire e l'educazione al congedo*, Troina (EN), Città Aperta.
- Morgante S. e Fiorini A. (2008), *L'adolescenza: cambiamenti di vita, cambiamenti per i lutti e la funzione dell'appartenenza ai gruppi*. In M. Sgarro, *Il lutto in psicologia clinica e psicopatologia*, Torino, Centro Scientifico Editore, pp. 89-102.
- Novelletto A. (2009), *L'adolescente. Una prospettiva psicoanalitica*, Roma, Astrolabio.
- Pellizzari G. (2010), *La seconda nascita. Fenomenologia dell'adolescenza*, Milano, FrancoAngeli.
- Racalbutto A. e Ferruzza E. (2006), *Il piacere offuscato. Lutto, depressione, disperazione nell'infanzia e nell'adolescenza*, Roma, Borla.
- Ricolfi L. (2001), *La ricerca qualitativa*, Roma, Carocci.
- Schuurman D. (2007), *Mai più come prima. Come superare la morte di un genitore*, Roma, Armando.
- Sforza M.G. e Tizon J.L. (2009), *Giorni di dolore. Come si guarisce dalla sofferenza per la perdita di una persona cara*, Milano, Mondadori.

- Sgarro M. (2008), *Il lutto in psicologia clinica e psicoterapia*, Torino, Centro Scientifico Editore.
- Vegetti Finzi S. e Battistin A.M. (2000), *L'età incerta. I nuovi adolescenti*, Milano, Mondadori.
- Vovelle M. (2000), *La morte e l'occidente*, Bari, Laterza.
- Zane M. (2005), *Dire la morte*, «L'ippogrifo. La terra vista dalla luna», Inverno 2005-2006, pp. 25-27.

