

**Marisa Magaña**

# **AFFRONTARE IL LUTTO**

**Conoscere i processi  
e accompagnare il vissuto**

Prefazione di JOSÉ CARLOS BERMEJO

**Queriniana**

# Indice

PREFAZIONE di J.C. Bermejo . . . . .	7
Per COLORO CHE ACCOMPAGNANO NELLA SOFFERENZA . . . . .	13
1. INTRODUZIONE AL LUTTO . . . . .	15
1.1 Il lutto dipende dall'attaccamento	18
1.2 Il lutto come processo: vivere l'assenza	21
1.3 Momenti e compiti del lutto	25
1.4 Alcuni dati epidemiologici	31
1.5 Manifestazioni del lutto	31
1.5.1 Manifestazioni a livello fisico	32
1.5.2 Manifestazioni a livello cognitivo	34
1.5.3 Manifestazioni a livello comportamentale	35
1.5.4 Manifestazioni a livello emotivo	39
1.5.5 Manifestazioni al livello sociale	45
1.5.6 Manifestazioni a livello spirituale	47
1.6 Variabili che influenzano l'elaborazione del lutto	50
1.7 Predittori di una sana elaborazione del lutto	56
1.8 Segnali di recupero	58
1.9 Livelli di intervento sul lutto	61
1.10 Il lutto adattivo	67
1.11 Indicazioni per l'assistenza telefonica al lutto in tempo di pandemia	70
Casi di studio: <i>Il caso di Adela</i>	72
2. IL LUTTO ANTICIPATO E IL PRE-LUTTO . . . . .	75
2.1 Il lutto anticipato	75

<i>Necessità principali della persona     di fronte al proprio decesso imminente</i>	77
<i>Necessità principali dei familiari     di fronte alla consapevolezza di una morte imminente</i>	78
<i>Difficoltà più frequenti dei familiari     di fronte al familiare malato</i>	78
2.2 Il pre-lutto	79
Casi di studio: <i>Il caso di Gloria</i>	80
Casi di studio: <i>Il caso di Amalia</i>	81
3. IL LUTTO COMPLICATO . . . . .	87
3.1 Il lutto in tempo di pandemia	90
3.1.1 <i>Il lutto traumatico</i>	90
3.1.2 <i>Il lutto senza commiato (COVID-19)</i>	91
3.1.3 <i>La perdita di una persona cara in situazione         di isolamento e di solitudine (COVID-19)</i>	93
Casi di studio: <i>Il caso di Laura</i>	96
3.2 Fattori di rischio per il lutto complicato	98
3.3 Fattori di protezione dal lutto complicato	100
3.4 Criteri diagnostici per il lutto complicato	102
3.5 Classificazioni psichiatriche del lutto complicato	104
3.6 Manifestazioni cliniche del lutto complicato	107
<i>Lutto cronico</i>	108
<i>Lutto rinviato</i>	109
<i>Lutto mascherato</i>	111
<i>Lutto inibito o congelato</i>	112
<i>Lutto esagerato</i>	115
<i>Lutto screditato</i>	117
<i>Lutto ambiguo</i>	119
<i>Lutto e dipendenza emotiva</i>	122
Casi di studio: <i>Il caso di Eva</i>	124
4. CRITERI DI INTERVENTO NEL LUTTO COMPLICATO . . . . .	127
4.1 Blocco 1. Entrare nel lutto	129
<i>Difficoltà</i>	129
<i>Strategie</i>	130

4.2 Blocco 2. Io di fronte al mio lutto	133
<i>Difficoltà</i>	133
<i>Strategie</i>	135
4.3 Blocco 3. Sentire il mio lutto	137
<i>Difficoltà</i>	137
<i>Strategie</i>	139
4.4 Blocco 4. Riorganizzare le proprie capacità	140
<i>Difficoltà</i>	140
<i>Strategie</i>	142
4.5 Blocco 5. Ricordare e sentire l'affetto	143
<i>Difficoltà</i>	143
<i>Strategie</i>	144
4.6 Blocco 6. Gli altri, il mio lutto ed io	145
<i>Difficoltà</i>	145
<i>Strategie</i>	145
4.7 Blocco 7. E ora, chi sono io	146
<i>Difficoltà</i>	147
<i>Strategie</i>	147
4.8 Sintesi	148
CONCLUSIONE .....	151
BIBLIOGRAFIA .....	153