



INIZIATIVE

Ponte

SOCREM



SUPPLEMENTO DEL QUADRIMESTRALE "IL PONTE" n. 2 LUGLIO 2011 - ISCRIZIONE TRIBUNALE DI PAVIA n. 473/97 DEL 7/10/1997
POSTE ITALIANE SPA. SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE ART. 1 COMMA 2 D.L. 353/2003 (CONV. LEGGE 27/2/2004) PAVIA - STAMPA: TCF, VIA VIGENTINA, 29/B - 27100 PAVIA
DIREZIONE E REDAZIONE: VIA TEODOLINDA, 5 - 27100 PAVIA - TELEFONO 0382-35.340 - DIRETTORE RESPONSABILE: MARINO CASELLA - PROGETTO GRAFICO: STEFANO LOTTERI

Le ragioni di un questionario



Nell'ambito delle sue attività che rientrano appieno tra gli scopi di un ente morale, la Socrem di Pavia sta attivando un servizio di supporto psicologico a favore di chi ha subito un lutto recente oppure assiste un familiare gravemente infermo.

Purtroppo, infatti, gli stereotipati canoni consumistici dei mass media popolari, che promuovono un'immagine assolutamente falsata del cittadino-tipo (giovane, ricco, bello, efficiente, felice e senza problemi), hanno trasformato il mondo moderno in un contesto in cui non possono trovare spazio le vicende amare della vita quotidiana. Dunque, non si deve accennare alla sofferenza, alla malattia e, tanto meno, alla morte. Anzi; ormai si parla di "pornografia della morte" in quanto l'evento, seppur naturale, in un certo qual modo è ritenuto... sconveniente, se non addirittura inopportuno. La società del benessere e del consumismo "deve" essere serena. La morte, pertanto, è fuori posto. Sappiamo che non è così; eppure, inconsciamente, restiamo influenzati e suggestionati da questi martellanti messaggi subliminali. E, quando un evento drammatico ci colpisce, possiamo scoprirci impreparati ad affrontarlo da soli e con la dovuta energia. Tuttavia, la solidarietà umana e soprattutto un approccio psicologico professionale possono fare la differenza nell'aiutare il singolo ad uscire dal difficile frangente in cui, suo malgrado, può trovarsi.

Per queste ragioni, attraverso l'esperienza e le competenze professionali di Marta Ghezzi e Grazia Mazzola, la Socrem propone l'allegato questionario che, una volta **compilato e restituito (o spedito) in forma del tutto anonima alla Socrem di Pavia (via Teodolinda 5) entro settembre 2011**, permetterà di comprendere meglio le esigenze dei cittadini (anche non iscritti alla Socrem) e predisporre, di conseguenza, gli strumenti per affrontarle e trovare una valida soluzione, ad esempio attraverso gruppi di autoaiuto oppure colloqui diretti con gli interessati.

Il silenzio

«Era questa menzogna a tormentarlo, era il fatto che non volessero riconoscere quello che tutti sapevano e che anche lui sapeva. Era questa menzogna ai suoi danni la vigilia della sua morte....»

Lev Tolstoj, «La morte di Ivan Il'ic»

Congiura del silenzio: così è stata definita l'atmosfera in cui si svolge l'ultimo atto della vita di Ivan Il'ic[^], protagonista della vicenda narrata nel romanzo breve di Lev Tolstoj «La morte di Ivan Il'ic[^]», ambientato nella Pietroburgo di fine '800. Un'atmosfera fatta di silenzi, di non-detti, che suscita rabbia, profonda amarezza, e aggrava il sentimento di solitudine di Ivan di fronte all'"atto terribile e solenne" della sua morte.

L'elusione dell'evento morte, il tentativo di marginalizzarla, di esorcizzarla attraverso la strategia del non nominare, del passare sotto silenzio, è atteggiamento ormai diffuso, è diventato tipico nella nostra società. Quali ne sono le cause? Saggisti, filosofi e pensatori hanno avviato delle riflessioni, hanno avanzato le loro ipotesi. Se ne possono brevemente menzionare alcune:

- La perdita della connotazione di "sacralità" della morte insita nelle culture tradizionali e nelle religioni in cui viene considerata un evento iniziatico, ossia l'inizio di un'altra vita (eterna, per la religione cristiana), e la conseguente scomparsa dei rituali che la rappresentavano simbolicamente.
- La "medicalizzazione" della vita, cioè la pratica di affidare la gestione dei momenti cruciali della vita – la nascita e la morte, in particolare – alle istituzioni, ospedaliere o altro, unita all'impostazione sempre più tecnicistica della medicina attuale. Allontanandosi dai valori e dai significati tradizionali, la morte tende a essere considerata primariamente dal punto di vista del "successo" o del "fallimento" dell'azione terapeutica.
- Più in generale, fattori legati a un modello socio-culturale centrato sulla bellezza, ricchezza, successo, e sugli oggetti di consumo capaci di fornire gratificazioni facili e immediate, a fronte della complessità, della problematicità del vivere.

La morte, come la malattia e il dolore, è di disturbo per la logica e i ritmi del consumismo, li contraddice, li invalida.

Viene meno, in questo contesto, la possibilità di una preparazione psicologica agli eventi importanti della vita, e le persone si sentono sempre più sole.

Non è negando che le difficoltà possono essere superate; non è facendo finta che non esista che il dolore può essere superato.

Tutte le società, anche le più arcaiche, hanno elaborato strumenti culturali (nell'accezione antropologica del termine), ossia saperi, credenze religiose, riti, cerimonie di culto atte ad accompagnare la persona nelle fasi di passaggio della vita: la pubertà, il matrimonio, la nascita, la morte. I miti e le leggende di tutti i paesi prendono le mosse da questi momenti cruciali e trasmettono quanto le generazioni passate hanno accumulato in secoli di storia.

I riti funerari costituiscono parte integrante di questo patrimonio dell'umanità: mentre offrono consolazione all'individuo nel momento del più grande dolore, nella loro solennità segnano la differenza fra l'essere "umano" e l'essere puramente naturale.

Nella teoria psicoanalitica la morte costituisce un potente archetipo

Come archetipo dominante nell'Inconscio collettivo è associata alla trasmutazione, alla rigenerazione, alla rinascita. «A ogni declino segue un'ascesa – afferma Jung – le forme che svaniscono, si ricompongono...».

Sin dagli albori dell'umanità, la morte ha una rappresentazione simbolica nei miti: quelli riferiti al sole che rinasce ogni giorno dalle tenebre della notte, e quelli del mare che ingoia il sole per poi rigenerarlo, ne sono un esempio.

Così pure è evocato nel mito del dio del grano, ritenuto perduto e morto, che riaffiora all'improvviso dalla terra nello splendore della primavera.

Non a caso, il motivo del grano ritorna nella liturgia cristiana del Venerdì Santo e della Pasqua: Cristo è la divinità che viene "mangiata" nella cena eucaristica, la morte lo tramuta in pane e vino, che viene ricevuto come cibo mistico.

Come archetipo che agisce nell'inconscio individuale, la morte possiede un carattere individuante, strutturante. Costituisce il limite inevitabile contro cui si scontra l'illusione di poter essere e fare tutto; avvalorando il tempo, sprona a utilizzarlo bene, compiendo scelte precise e qualificanti.

È presente in particolare nelle età di passaggio, simboleggia l'abbandono, la rinuncia a componenti obsolete del Sè, a favore del rinnovamento, dell'acquisizione di ulteriori prerogative psicologiche, di una nuova maturità.

Per tutte queste ragioni destituire di significato la morte equivale a impoverire il senso della vita. Ed ecco che, a fronte dell'insignificanza insorgono nuove voci, si animano dei movimenti collettivi, si avviano delle iniziative concrete.

L'antropologo svizzero Bernard Crettaz riscopre le antiche usanze delle Alpi Svizzere ove è nato e le ripropone quali moderni riti nei suoi "cafés mortels". «Condividere il vino e il formaggio messo a stagionare secondo la tradizione – spiega Crettaz – ha lo scopo di sbloccare l'emotività, o meglio, l'aspetto paralizzante dell'emotività, e creare un'atmosfe-



e la memoria

ra adatta allo scambio verbale, alla confidenzialità, all'interno di un gruppo composto da persone che condividono l'esperienza del lutto». Nella nostra realtà italiana numerose sono ormai le iniziative rivolte a persone che direttamente o indirettamente hanno vissuto il dramma della perdita di persone care.

Nel Veneto sono stati creati spazi di ascolto e gruppi variamente caratterizzati.

Strutture di supporto sono state create parallelamente per le persone che hanno ricevuto una diagnosi di malattia infausta e per i parenti e care-givers di malati terminali.

Sono stati avviati, infine, dei gruppi per persone con disagio esistenziale, per coloro che "non riescono più a dare un senso alla loro vita". Come viene documentato nei volantini e phamplets diffusi, tali gruppi si prefiggono i seguenti obiettivi:

- offrire uno spazio di condivisione della propria storia e del proprio dolore;
- favorire l'ascolto di altre persone che hanno vissuto esperienze simili;
- elaborare le esperienze, individuando modalità costruttive di gestire la sofferenza e la solitudine.

Dagli Atti del convegno organizzato a Trento dal Coordinamento nazionale dei gruppi di auto-mutuo aiuto, nel marzo 2009, veniamo a conoscenza dell'intenso lavoro svolto per la formazione dei volontari e dei facilitatori operanti nell'ambito di gruppi autogestiti; per la formazione del personale socio-sanitario operante nell'ambito delle cure palliative; per i medici di medicina generale e gli infermieri operanti sul territorio. Infine, del lavoro di raccordo con le rispettive Amministrazioni provinciali e Aziende sanitarie.

Dagli Atti del convegno "Insieme nel lutto per riaccendere la speranza", tenutosi ad Alessandria nel febbraio 2010, abbiamo la descrizione della varietà dei gruppi di elaborazione del lutto già avviati, centrati nello specifico sulla solitudine ("Sentirsi soli in un viaggio dentro di sé"; "Trasformare la propria solitudine in un percorso di crescita"; "Affrontare insieme difficoltà e situazioni di vita"), sulla speranza ("Non perdere la speranza"); sull'importanza dell'autostima, e altri ancora.

Giornate di studio sono state dedicate a temi quali "Elaborazione del lutto, spiritualità, religione e laicità" e "Il ruolo del medico curante nel percorso di elaborazione del lutto".

Meritevole di interesse è stato in particolare il seminario "Le parole per dirlo: come aiutare i bambini a fronteggiare il lutto".

Iniziative simili hanno preso il via nell'Emilia Romagna e in altre regioni: i tempi paiono maturi per realizzare anche da noi un sistema di solidarietà e supporto per il lutto.

Si tratta di individuare le forme e le modalità maggiormente rispondenti ai bisogni e alle caratteristiche della nostra realtà territoriale.

A tale scopo è stato ideato il questionario "Vivere il lutto".

• Le proposte di intervento

Vengono di seguito brevemente commentate le proposte di intervento contenute nel questionario, ossia il centro di ascolto individuale, i gruppi autogestiti e i gruppi guidati da un esperto.

Esse potranno essere elaborate o modificate anche in base ai suggerimenti pervenuti.

• Il centro di ascolto

Si è consapevoli che ogni lutto costituisce un'esperienza di elevatissima emotività e ha un significato assolutamente personale, in base alle vicende di vita e di relazione che lo hanno preceduto.

A volte lascia un senso di incompiutezza, apre degli interrogativi che si vorrebbe saturare. A volte suscita sentimenti di rabbia e di rivalsa

contro il destino; altre volte un senso di sconfinata malinconia. In molti casi è sentita l'esigenza di trovare un modo per nobilitare la memoria.

Alla morte è legato un "segreto" che si può desiderare di scoprire in un percorso individuale, nel contesto di un accoglimento empatico.

Talora perdite e lutti determinano delle crisi esistenziali, e vi è la necessità di ritrovare la fiducia in se stessi e nella vita avvalendosi anche di un supporto professionale.

• I gruppi

Le iniziative di gruppo intendono favorire la condivisione dell'esperienza fra persone con problematiche affini. Questo nella consapevolezza che la possibilità di parlare dei propri sentimenti, affrontare argomenti generalmente "sgraditi", verificare che anche altri incontrano le medesime difficoltà, aiuta a superare la solitudine e il senso di isolamento dal contesto sociale.

Esistono diverse tipologie di gruppo. Ne proponiamo intanto due:

• I gruppi autogestiti

Come metodica si ispirano al lavoro di V. Hudolin, neurologo e psichiatra jugoslavo, considerato uno dei maggiori esperti mondiali di problemi alcol-correlati. Partendo dalla cura psichiatrica tradizionale dell'alcolismo, egli introdusse nuovi principi ispirati alla terapia familiare e sistemica, e avviò dei gruppi terapeutici per gli alcolisti e le loro famiglie, nel loro territorio di provenienza, denominati Club degli Alcolisti in trattamento.

La metodica presenta una forte enfasi sulle potenzialità di mutuo sostegno e sulle capacità di cura reciproca tra le persone che condividono la medesima esperienza.

In questo senso ha trovato applicazione anche in situazioni diverse da quella originaria, in gruppi composti da persone con problematiche molto differenti.

In questi gruppi è generalmente prevista la presenza di un facilitatore, ossia di una figura non professionale che ha svolto però uno specifico training di formazione, con funzioni di mediazione.

• I gruppi guidati da un esperto

Per questo tipo di gruppo è d'obbligo il riferimento a quei medici statunitensi che, ai primi del Novecento, ebbero l'idea di riunire in gruppo persone affette da diverse malattie, al fine di consentire loro di condividere problematiche di tipo psicologico ed emozionale.

Favorire la condivisione costituisce anche oggi lo scopo di iniziative di gruppo per pazienti affetti da malattie croniche, per i parenti e care-givers, in senso generale per persone accomunate dallo stesso problema.

La presenza dell'esperto è prevista in base agli obiettivi più ampi e complessi che questo tipo di gruppo si prefigge.

Fra i suoi compiti rientrano:

- la creazione di un "clima" di gruppo composto e accogliente;
- l'accoglimento e l'amplificazione dei temi individuali attraverso il contributo di tutti i partecipanti;
- l'elaborazione e la sintesi dei contenuti proposti. Assume in questo modo il ruolo di "memoria" del gruppo, garante del mantenimento del lavoro svolto e della permanenza nel tempo delle esperienze emotive maturate. Aiuta ad affrontare situazioni difficili e a costruire percorsi di significato; infine, a individuare risposte, laddove non esistono soluzioni precostituite.

Grazia Mazzola

PSICOLOGA, PSICOANALISTA



Dal 1881 al servizio della città e della provincia di Pavia



PIU' ATTENZIONE AI VALORI UMANI

Nella storia degli uomini, la morte ha sempre avuto parole per essere detta; il dolore e lo strazio da sempre hanno conosciuto rituali di ricomposizione familiare e sociale. Il nostro tempo, invece, tende a bruciare via le parole o a sostituirle troppo spesso con una medicalizzazione estrema del lutto. La "città" del nuovo millennio ha mura invalicabili e tempi convulsi che non ammettono la lenta e dolorosa cronologia del lutto; e ne rimuovono le lacrime, come se esse fossero un residuo inutile e arcaico, piovuto da un tempo del quale non abbiamo più memoria.

Forse questo accade anche perché la "città" è sempre meno attenta alla vita e ai suoi valori umani profondi e sempre meno interessata a riflettere su sé stessa, stritolata dalle leggi estreme della produzione, del profitto e del consumo.

Forse è tempo di reclamare altre leggi per chi vive. Di ritrovare altre, e diverse, ragioni che affidino un senso più profondo ed attento al vivere, ritrovando, ad esempio, la gioia di «attraversare la sera un prato umido; di respirare l'aria fresca; di guardare la luna in un cielo lattiginoso; di sapere che, dopotutto, siamo liberi e vivi» (dal volume "L'Uomo di Kiev" di Bernard Malamud).

Così, se riusciamo a raccontarci di nuovo la vita, forse riusciremo anche a porre parole e una qualche forma di consolazione dove il lutto e il dolore ci hanno colpiti.

Annalisa Alessio



Nelle foto: l'ingresso e le sale dell'ampliata sede Socrem, il labaro e il Tempio al Cimitero Monumentale di San Giovannino



Chi guida la Socrem pavese

CONSIGLIO DIRETTIVO

Presidente onorario: Franco Belli
Presidente: Pietro Sbarra
Vicepresidente: Marino Casella
Tesoriere economo: Urbano Castellani

Segretario: Angelo Boggiani
Consiglieri: Zobeide Bellini, Franco Bianchi, Marta Ghezzi, Enzo Migliavacca, Massimo Sfondrini, Maria Carla Vecchio, Luciano Zocchi

COLLEGIO DEI REVISORI DEI CONTI

Presidente: Lucio Aricò
Revisori effettivi: Fabio del Giudice, Mario Anelli
Revisori supplenti: Agostino Brambilla, Mario Campi

Una risposta a tutte le necessità

Pensioni e informazioni

In collaborazione con Enasco, la Socrem offre gratuitamente ai soci che stanno andando in pensione l'opportunità di verificare la propria posizione assicurativa e contributiva evitando fastidiose lungaggini burocratiche.

Se il socio è pensionato, ma continua a lavorare, può essere consigliato circa i contributi che deve continuare a versare e può vedersi preparare la pratica di aggiornamento della pensione. Inoltre, sempre gratuitamente, il socio può ottenere informazioni su:

- Pensione vecchiaia, anzianità, superstiti
- Pensione di inabilità e assegno di invalidità
- Ricostruzione e supplemento di pensione
- Pensione supplementare
- Pensione e assegno sociale
- Maggiorazioni sociali
- Controllo e verifica delle posizioni assicurative
- Riscatti, ricongiunzioni, trasferimenti contributivi.

Cerimonie di commiato

Nell'ala nuova del Cimitero Monumentale di Pavia è a disposizione la Sala dell'accoglienza per cerimonie di addio ai propri cari.

La Socrem ritiene particolarmente importante che il rito della cremazione sia accompagnato da una cerimonia capace di attribuire solennità al momento della separazione da un familiare defunto. Il rito del commiato è una cerimonia semplice, intensa per calore e solidarietà, volta a ricordare ciò che il defunto ha rappresentato in vita. I familiari e gli amici si riuniscono nella Sala dell'accoglienza, luogo della parola e del pensiero, e in questo ambiente sereno possono riflettere, scambiarsi emozioni e condividere sentimenti per superare lo sconforto e rendere meno doloroso il distacco. Tutti i soci o familiari che vogliono beneficiare di questo servizio, devono prendere contatti con la Socrem per predisporre una cerimonia personalizzata secondo i desideri di ciascuno.

Il parere dell'esperto

Nella sede Socrem, i soci hanno l'opportunità di incontrare un professionista esperto in successioni, problematiche testamentarie, donazioni, usufrutti, denunce e suddivisioni tra eredi, che darà chiarimenti o indicazioni. Dopo la consulenza gratuita, l'avvio di una eventuale pratica sarà a totale carico del socio. La prenotazione si fa alla Segreteria Socrem concordando giorno e ora dell'incontro. Sono assicurate totale riservatezza e privacy.

Consulenza legale

Per favorire la consapevolezza e la tutela dei propri diritti in base alle esigenze della vita quotidiana, un avvocato sarà a disposizione dei soci per un consulto, previo appuntamento telefonico (0382-35.340), presso la sede Socrem di via Teodolinda 5. Il primo parere è a titolo gratuito. Offrendo consigli e suggerimenti, l'avvocato indicherà le possibili soluzioni dei problemi che gli saranno sottoposti. Dopo la consulenza, l'avvio di una eventuale pratica sarà a totale discrezione del socio.

Detrazioni spese funebri

Dalla denuncia dei redditi è possibile detrarre (Mod. 730, rigo E 14) le spese funebri sostenute in ragione del 19 per cento della spesa fino a un ammontare di 1.549,37 euro per ciascun familiare deceduto. La detrazione può essere fatta da chi ha sostenuto la spesa, che va documentata con regolare fattura.

La detrazione deve rispettare il "criterio di cassa" cioè può essere indicata nel Mod. 730 nell'anno del pagamento effettivo.

Come donare il 5 x 1000

Anche quest'anno, in fase di denuncia dei redditi, è possibile devolvere a favore della Socrem di Pavia il 5 per mille delle imposte sul reddito delle persone fisiche (Irpef). La segnalazione non comporta alcun aggravio per il contribuente. Insomma è assolutamente gratuita. Per dare il 5 per mille alla Socrem, però, è necessario che il dichiarante indichi nell'apposito riquadro fiscale il codice fiscale che identifica la Società pavese per la cremazione, vale a dire il numero 96002160180.

SOCREM Società pavese
per la cremazione

PAVIA - Sede: via Teodolinda, 5
Tel 0382-35.340 - Fax 0382-301.624

APERTA DAL LUNEDI' AL SABATO
(esclusi i festivi) **DALLE ORE 9 ALLE 12**
IL GIOVEDI' ANCHE DALLE ORE 16 ALLE 18
(con esclusione dei mesi di luglio e agosto)

Sito Internet: www.socrempv.it
E-mail: segreteria@socrempv.it

VIGEVANO

Presso la sede della
Circoscrizione Centro
Palazzina "Sandro Pertini"
via Leonardo da Vinci 15
aperta tutti i martedì feriali
dalle ore 16,30 alle 18,30

VOGHERA

Sede presso la segreteria
del **Centro Adolescere**
viale Repubblica 25
aperta tutti i giorni feriali
negli orari d'ufficio

VIVERE IL LUTTO

(questionario ideato da Marta Ghezzi e Grazia Mazzola)

• Hai vissuto momenti difficili per la perdita di una persona cara	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
• Ritieni che nella nostra realtà sociale siano presenti forme adeguate di solidarietà e di sostegno	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
• Quale tra le seguenti modalità consideri più efficace per elaborare una perdita:		
a) <i>Ritirarsi in solitudine</i>	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
b) <i>Condividere con altri i propri problemi:</i>		
- appoggiarsi ai familiari	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
- confidarsi con amici	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
- rivolgersi a operatori professionisti (psicologi, medici, assistenti sociali)	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
- parlare con sacerdoti e religiosi	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
c) <i>Intensificare l'attività pratica:</i>		
- aumentare le ore di lavoro	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
- impegnarsi in attività di volontariato	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
- coltivare hobby vecchi e nuovi	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
- cercare distrazioni e svaghi	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
- viaggiare	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
- altro (specificare)	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
• Quali atteggiamenti e comportamenti sono più accettati nella nostra realtà socioculturale:		
- mantenere il silenzio e continuare "come prima"	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
- condividere con altri i propri stati d'animo	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
• Se si avviassero iniziative di sostegno, quale tra le modalità sottoelencate potrebbe risultare più adeguata:		
- un centro d'ascolto aperto a tutti	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
- gruppi d'incontro autogestiti	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
- gruppi d'incontro guidati da un esperto /a	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
- tutti gli interventi menzionati a seconda delle specifiche esigenze	<input type="checkbox"/> Si	<input type="checkbox"/> No
• Saresti personalmente interessato/a a partecipare a una o più di queste iniziative?		
<i>Se si, con che cadenza:</i>		
<input type="checkbox"/> settimanale	<input type="checkbox"/> quindicinale	<input type="checkbox"/> mensile
<i>In che fascia oraria:</i>		
<input type="checkbox"/> mattina	<input type="checkbox"/> pomeriggio	<input type="checkbox"/> sera
• Proposte, suggerimenti, commenti:		
.....		
.....		
• Sesso compilatore	<input type="checkbox"/> M	<input type="checkbox"/> F
• età		