

# GRUPPO DI ACCOMPAGNAMENTO ALL'ELABORAZIONE DEL LUTTO



*Cinque incontri tramite la piattaforma ZOOM dalle 19:00 alle 20:00  
e al termine del percorso un incontro di follow-up.*

— • • • —  
*Condurranno i gruppi la Dr.ssa Eleonora Fregni e la Dr.ssa Chiara Manfredi  
Psicologhe e Psicoterapeute - Centro Clinico Studi Cognitivi - Modena*

— • • • —  
*Gli incontri si terranno mercoledì 20/5, 27/5, 3/6, 10/6, 17/6 e l'incontro di follow-up il 1/7.  
Costo: € 30,00 a persona per ogni incontro.*

# PROGETTO GRUPPI DI ACCOMPAGNAMENTO ALL'ELABORAZIONE DEL LUTTO

## **Contesto**

*Nel contesto dell'attuale emergenza sanitaria molte persone si sono ritrovate a perdere i propri cari; in questa particolare situazione un aspetto molto delicato e importante riguarda la gestione psicologica del processo di elaborazione del lutto dei familiari e degli affetti di una persona deceduta per COVID.*

*Sappiamo bene che le condizioni attuali in cui avviene il lutto sono molto particolari e inedite, tali da portare a una sofferenza difficile da gestire che merita un'attenzione particolare. Per una serie di fattori aggravanti quali il tipo di perdita o le circostanze in cui la morte è avvenuta qualcosa nel percorso di elaborazione del lutto si può inceppare, portando a una distorsione o a un blocco nell'elaborazione del lutto. Le reazioni psicologiche, comportamentali e fisiologiche che normalmente seguono ad una perdita possono risultare complicate.*

## **Gruppo**

*Il gruppo di accompagnamento all'elaborazione del lutto vuole aiutare familiari, parenti o amici a condividere, narrare e superare le emozioni di impotenza, senso di colpa, tristezza relative alla perdita di una persona cara; in questo senso il contesto di gruppo può essere un aiuto essenziale per chi si trova ad affrontare la perdita.*

## **Approccio e metodologia**

*I gruppi verranno condotti con un approccio cognitivo-comportamentale.*

*Gli incontri avranno cadenza settimanale e durata di un'ora, con eccezione dell'incontro di Follow-up che avrà luogo due settimane dalla fine del percorso.*

*Tutti i partecipanti compileranno i test CORE-OM e ICG (Inventory of Complicated Grief) all'inizio del percorso e all'incontro di follow-up.*

*Il gruppo prevede la partecipazione di un minimo di 4 e un massimo di 8 persone.*

## **Destinatari**

*I gruppi si rivolgono a tutte le persone che in questo particolare momento storico e in questo difficile contesto sociale e relazionale abbiano subito una perdita tra i familiari o gli amici. I partecipanti avranno un'età compresa tra i 25 e i 65 anni. Non sono idonee al percorso persone con gravi problematiche psichiatriche o con attuale sintomatologia da trauma complesso. I destinatari accedono al gruppo previo colloquio conoscitivo con uno dei conduttori.*

## **Obiettivi**

*Consentire, attraverso aspetti psicoeducativi e momenti di condivisione dei vissuti, una migliore gestione degli stati d'animo problematici. Apprendimento di strategie per la regolazione emotiva e gestione dell'angoscia.*

## **Struttura degli incontri**

- *Cos'è il lutto e come si struttura alla luce dell'emergenza sanitaria COVID-19*
- *Fasi dell'elaborazione del lutto*
- *Narrare e condividere il lutto*
- *Fattori che possono ostacolare l'elaborazione del lutto: gestione degli aspetti emotivi*
- *Il ruolo dei rituali e della condivisione*
- *(Follow-up dopo due settimane)*



Per informazioni e iscrizioni:

[sassuolo@studicognitivi.net](mailto:sassuolo@studicognitivi.net) - Tel. 328 2262613



Studi Cognitivi Modena - Studi Cognitivi Sassuolo