
Germania: diocesi di Passau offre servizio di consulenza personale per elaborare il lutto

Il “gruppo di lutto” è uno spazio protetto proposto dalla diocesi di Passau: le persone in lutto non sono sole con i loro sentimenti e possono dare un senso al loro dolore. Sono supportate da due consulenti della Federazione delle donne cattoliche tedesche (Kdfb), Birgit Czippek e Brigitte Hartl. Entrambe sanno, grazie all’esperienza pluriennale, che “il dolore non è un processo statico che segue sempre lo stesso schema”. “Il dolore è individuale come lo è ogni persona. Non esiste una linea guida che specifichi la procedura di elaborazione”, sottolinea Hartl. Ogni persona in lutto deve trovare il proprio modo di affrontare i vari sentimenti e la nuova situazione. “A volte è difficile parlare del proprio dolore all’interno della famiglia perché non si vuole gravare su nessun altro. È proprio allora che ha senso un aiuto esterno”, precisa Birgit Czippek, che nota come le persone che si lasciano accompagnare nel loro dolore fungono anche da modelli per i membri della famiglia e per la società: “Vogliono elaborare la perdita. Il dolore non è una debolezza. Piuttosto, è una forza accettare il dolore e affrontarlo in modo costruttivo”. Le consulenti incoraggeranno i partecipanti a dare spazio ai loro sentimenti: “È importante capire che il dolore non è una malattia! Ma può compromettere seriamente la tua salute se non lo vivi”, dice Czippek. “Qualcosa di nuovo può fiorire. Consentire il dolore è un passo importante”, afferma Hartl.

Massimo Lavena