

LO STUDIO

Suicidio, una tragedia anche per chi resta

DEBORAH FRACCARO E DOMENICO TOSINI

Siamo due ricercatori nel campo della sociologia e con questo intervento desideriamo fare una riflessione partendo da una ricerca che dallo scorso anno stiamo dedicando a chi ha tentato il suicidio e ai sopravvissuti al suicidio. È con quest'ultima espressione che di solito ci si riferisce a chi è colpito dal lutto legato al gesto estremo di una persona cara.

CONTINUA A PAGINA 54



(segue dalla prima pagina)

Alcuni giorni fa abbiamo presentato in un incontro all'Università di Trento lo stato di avanzamento del nostro studio per la parte specifica sui sopravvissuti, consapevoli di essere ancora lontani dall'aver compreso in modo esaustivo il fenomeno e di poter generalizzare i risultati sulla base di quanto fatto sinora. Durante l'incontro abbiamo cercato di esaminare le sfaccettature complesse dell'esperienza dolorosa dei sopravvissuti. Ogni punto toccato nella nostra illustrazione è stato accompagnato dalla citazione di una o più testimonianze (protette dall'anonimato) che abbiamo raccolto intervistando e ascoltando un campione di persone della provincia di Trento che hanno generosamente accettato di raccontarci il loro dramma. Abbiamo voluto far leva il più possibile sulle voci dei sopravvissuti al fine di sensibilizzare, oltre agli studenti universitari ed altre persone partecipanti all'incontro, anche le istituzioni e la comunità locale in generale. Sensibilizzarli a cosa? Alla devastazione psicologica che tanti parenti, familiari e amici di persone suicide vivono ogni giorno mentre cercano un modo per superare un'autentica catastrofe che ha investito le loro vite. Prendete il dato relativo a circa 40 suicidi che ogni anno avvengono in provincia di Trento. Moltiplicatelo per circa 6 persone, secondo una stima (senz'altro molto approssimativa) che tempo fa era stata proposta per indentificare coloro che sono colpiti direttamente da ognuno di questi lutti. Fatelo per ogni anno che passa e il risultato sarà una popolazione sempre più grande di persone segnate in

Lo studio

Suicidio, tragedia anche per chi resta

DEBORAH FRACCARO e DOMENICO TOSINI

modo indelebile da un trauma che ha gravi e prolungate ripercussioni per loro e per le loro famiglie.

Nella presentazione della nostra ricerca abbiamo esaminato le principali dimensioni psicologiche e sociali dell'esperienza dei sopravvissuti. Il suicidio di una persona cara travolge le certezze su cui si fondano la visione del mondo intorno a sé e la percezione della vita di chi se ne è andato e della propria identità. Di fronte al gesto suicida il sopravvissuto prova un senso d'irrealità, sentimenti contrastanti nei confronti del defunto ed inizia a rincorrere con la mente, in maniera spesso estenuante, catene di presunte cause responsabili di quanto accaduto. A ciò si aggiunge talvolta la tortura dei sensi di colpa, messi in moto dalla ricerca non meno estenuante di possibili sbagli che chi resta pensa di aver commesso, vedendosi pertanto incapace d'aver impedito quel gesto irreparabile. Non va infine dimenticato l'isolamento sociale che in alcuni casi investe i sopravvissuti, soprattutto quando le persone intorno a loro li evitano o, peggio, li colpevolizzano apertamente.

L'esperienza dei sopravvissuti, ciononostante, può presentare anche trasformazioni e cambiamenti nella direzione della ricostruzione di una nuova esistenza in cui sia possibile convivere con la sofferenza quotidiana. Le testimonianze da noi esaminate ci parlano degli sforzi estremamente impegnativi compiuti dai sopravvissuti nel tentativo di fare i conti in modo costruttivo con la cesura che il suicidio segna nel destino dei loro defunti e nella propria biografia. Chi resta può riuscire ad accettare entro certi limiti la forza incomprensibile dell'evento suicida, sgravandosi così in parte dal peso dei tanti «perché?» e di quei sensi di colpa. Altrettanto importante è lo sforzo che alcuni intraprendono per uscire dall'isolamento sociale grazie anche e soprattutto alla creazione di nuove relazioni o al proprio coinvolgimento in varie forme di impegno come il volontariato.

In alcuni casi questi cambiamenti hanno potuto beneficiare di una risorsa molto preziosa: il sostegno reciproco che i sopravvissuti mettono in atto mediante i gruppi di auto mutuo aiuto. Questi gruppi esistono in tanti Paesi. Ve ne sono alcuni anche in Italia (ad esempio <http://www.soproxi.it>), incluso il Trentino con l'A.M.A.

(<http://www.automutuoaio.it>), il cui referente principale e facilitatore per uno specifico gruppo sul suicidio è Dario Pangrazzi (che può essere contattato al 3493752238). In generale, i sopravvissuti

con cui ci siamo confrontati ci confermano il ruolo cruciale che la loro partecipazione ai questi gruppi ha avuto per affrontare le loro perdite. È lì che si attuano processi emotivi, cognitivi e relazionali in grado sia di alleviare le fasi acute della sofferenza sia di guidare il sopravvissuto nell'esplorazione di nuovi modi di guardare alla propria vita e di vari accorgimenti utili a fronteggiare il confronto quotidiano col lutto. Nei gruppi coloro che hanno già attraversato il deserto del suicidio di un proprio caro prendono per mano e accompagnano giorno per giorno e senza presunzioni coloro che da poco sono stati scagliati in questo stesso deserto. È tuttavia difficile pensare che i gruppi possano sorreggere da soli tutto il peso dell'aiuto che andrebbe riservato ai sopravvissuti. Dalle testimonianze delle persone intervistate nella nostra ricerca abbiamo colto il suggerimento di spronare il nostro territorio e le sue istituzioni ad essere maggiormente consapevoli dell'impatto psicologico e sociale dei suicidi: in altre parole, il peso enorme che chi è colpito da questi lutti è costretto a portare ogni giorno sulle proprie spalle. Ne conseguirebbe la necessità di pensare, in aggiunta all'assistenza psicoterapeutica cui possono già far ricorso i sopravvissuti, a nuove forme di interventi e di servizi rivolti a queste persone e alle loro famiglie: interventi e servizi che integrino l'auto mutuo aiuto realizzato nei gruppi. Si tratta di un tema complesso che richiederebbe molto più spazio di riflessione e che ci proponiamo di esaminare nelle fasi successive della nostra ricerca e in altre sedi.

Deborah Fraccaro, Domenico Tosini
Università di Trento

Deborah Fraccaro (deborah.fraccaro@gmail.com)
Domenico Tosini (domenico.tosini@gmail.com)
Università di Trento – Via Verdi 26, 38122 Trento;
Tel. 0461-281324