



**UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI
PADOVA**

Dipartimento di Psicologia dello sviluppo e della Socializzazione

Corso di laurea in Scienze e Tecniche Psicologiche

Tesi di laurea triennale

**Gestione di percorsi formali di
Death Education in gruppi di
approfondimento**

Management of formal paths in Death Education within discussion groups

Relatore

Prof.ssa Ines Testoni

Correlatrice

Dott.ssa Laura Pizzolato

***Laureanda:* Veronica Rizzi**

***Matricola:* 2049316**

Anno Accademico 2023/2024

INDICE

CAPITOLO 1	4
LA FINITEZZA DELL'UOMO E LA DEATH EDUCATION	4
1.1 L'uomo e la morte	4
1.2 L'importanza della Death Education	9
CAPITOLO 2	19
LA RICERCA.....	19
2.1 Obiettivi	19
2.2 Metodologia	19
2.3 Partecipanti.....	23
2.4 Risultati.....	25
2.4.1 Focus Group.....	26
2.4.1.1 Prima area tematica: L'importanza della relazione con l'altro nell'accompagnamento alla morte	26
2.4.1.2 Seconda area tematica: Ricerca e bisogno di una spiritualità nell'essere umano	29
2.4.1.3 Terza area tematica: Analisi sulla finitudine e sul dopo morte	31
2.4.1.4 Quarta area tematica: Esperienza di condivisione nel gruppo	33
2.4.2 Interviste semi-strutturate	34
2.4.2.1 Prima tematica: La valenza e l'utilità del gruppo nella comprensione....	35
2.4.2.2 Seconda tematica: cambiamento o fossilizzazione della prospettiva personale sulla morte.....	37
2.5 DISCUSSIONE.....	38
CONCLUSIONI	41
BIBLIOGRAFIA	42

INTRODUZIONE

La morte è un tema che ha sempre affascinato e inquietato l'essere umano, costituendo un argomento cardine della riflessione filosofica sin dall'antichità. Già nella Grecia classica, Epicuro invitava a considerare la morte non come una fonte di paura, ma come un evento neutro, sostenendo: "Abituati a pensare che nulla è per noi la morte, poiché ogni bene e ogni male risiedono nella sensazione, e la morte è privazione di questa". Similmente, nella filosofia romana, Seneca vedeva la morte come una liberazione dalle sofferenze, un elemento inevitabile che riconciliava l'uomo con la sua condizione umana. Con la modernità, tuttavia, la percezione della morte ha subito una profonda trasformazione. La morte è stata relegata a un tabù, una realtà da evitare, in una società dominata da una visione antropocentrica, in cui l'essere umano si percepisce al centro dell'universo. Questa difficoltà a concepire la finitudine genera ansia di fronte alla morte, un fenomeno approfondito dalla Terror Management Theory (TMT). Secondo questa teoria, la consapevolezza della propria mortalità si scontra con l'istinto di sopravvivenza, causando una tensione psicologica. Per affrontare tale angoscia, gli esseri umani sviluppano difese come la fede, la cultura e le relazioni interpersonali, che servono a dare un senso all'esistenza e a tenere a distanza la paura della morte. Questi argomenti verranno esplorati nel primo capitolo, che introdurrà anche il concetto di Death Education. La Death Education, o educazione alla morte, nasce nel mondo anglosassone dalla convinzione che il rapporto con la morte si sviluppi attraverso specifiche fasi evolutive, e che sia possibile raggiungere una maturità nella comprensione della finitudine. Questo tipo di educazione si articola su tre livelli di prevenzione: primaria, secondaria e terziaria. In particolare, la prevenzione primaria si focalizza sulla diffusione di una consapevolezza culturale sulla morte già in ambito scolastico, richiedendo però una preparazione educativa adeguata e sensibile. Il secondo capitolo è dedicato alla ricerca, che ha utilizzato un approccio qualitativo per analizzare l'utilità dei gruppi di approfondimento come intervento di Death Education. La metodologia si è basata su incontri tematici autogestiti dai corsisti del Master "Death Studies & The End of Life", seguiti da interviste semi-strutturate. In particolare, tre gruppi di approfondimento hanno esplorato temi centrali legati alla morte e al morire, come l'eternità nella filosofia di Emanuele Severino, la coscienza universale secondo Federico Faggin, l'infinito poetico

di Giacomo Leopardi, e la figura della *Doula* nel contesto del fine vita. I gruppi hanno rappresentato uno spazio di riflessione e confronto, arricchito da prospettive diverse e dalla condivisione di esperienze personali. Attraverso questa ricerca, si è cercato di comprendere in che modo tali incontri abbiano influenzato la consapevolezza e le percezioni dei partecipanti sulla morte, promuovendo un cambiamento personale e una maggiore serenità nell'affrontare queste tematiche esistenziali.

CAPITOLO 1

LA FINITEZZA DELL'UOMO E LA DEATH EDUCATION

1.1 L'uomo e la morte

La morte è sempre stata al centro della storia dell'umanità. Rappresenta un evento che tutti gli esseri viventi affrontano ma che, paradossalmente, rimane uno dei più grandi tabù e misteri. Pur conoscendo la morte, pur traumatizzati dalla morte, pur privati dei nostri morti amati, pur certi della nostra morte, viviamo lo stesso ciechi di fronte alla morte come se i nostri genitori, i nostri amici e noi stessi non dovessimo morire mai. Il fatto di lasciarsi prendere dall'attività vitale cancella ogni pensiero di morte, e la vita umana ha in sé una parte enorme di noncuranza nei confronti della morte. La vita quotidiana è poco segnata dalla morte: è una vita di abitudini, di lavoro, di attività. La morte non rispunta se non quando l'io la guarda o si guarda. Ecco perché la morte è spesso il male dell'ozio, il veleno dell'amore di sé (Morin, 1950). Le prime civiltà organizzate, come quelle mesopotamiche, egizie e greche, consideravano la morte come un viaggio verso un altro mondo. L'Antico Egitto, ad esempio, credeva nell'immortalità dell'anima e nello stretto legame tra morte e rinascita, con elaborate pratiche funerarie volte a garantire la vita eterna nel regno ultraterreno (Hornung, 1999). In epoca medievale, la morte era parte integrante della vita quotidiana e della comunità, e veniva affrontata collettivamente attraverso rituali religiosi che rafforzavano il legame tra il mondo terreno e quello spirituale. Philippe Ariès (1977) descrive come, fino all'inizio dell'epoca moderna, la morte fosse un evento vissuto pubblicamente, con la famiglia, gli amici e l'intera comunità che si riunivano attorno al morente, mentre i rituali religiosi avevano un ruolo centrale nel garantire il passaggio dell'anima verso l'aldilà. In questo periodo, la morte era vista come un momento di transizione, spesso associata all'idea di giudizio divino e alla salvezza o dannazione eterna. Nel XX secolo sembra esserci stato un cambiamento, in particolare nella civiltà anglosassone, la morte è diventata sempre più "innominabile" come processo naturale (Gorer, 1955). Il lavoro di Darwin nel XIX secolo ha segnato un cambiamento importante da un approccio teologico ad uno naturale e biologico. Nell'era contemporanea, tutte le religioni "soffrono", perché i progressi scientifici e tecnologici hanno dimostrato che il mondo può essere spiegato senza riferimento ad un Dio o a Dei e può essere controllato senza intervento divino (Fonseca & Testoni, 2012). A partire dal XVII secolo, l'Illuminismo e il progresso scientifico iniziarono a modificare radicalmente la percezione della morte, distaccandola progressivamente dalla dimensione religiosa per collocarla sempre più nella sfera della medicina e della scienza. Il morire diventò una

questione privata e individuale, mentre l'aspetto pubblico e comunitario della morte venne gradualmente ridotto. Questo processo ha condotto alla progressiva "medicalizzazione della morte", un fenomeno ampiamente discusso dagli studiosi della contemporaneità. La morte, da evento naturale, è diventata una questione sanitaria, confinata negli ospedali e sotto la gestione del personale medico, con l'obiettivo primario di prolungare la vita fino all'ultimo respiro (Clark, 2019).

Per esempio dal XX secolo la cultura dell'individualismo estremo in America ha favorito un narcisismo diffuso, portando a un netto distacco dalla consapevolezza della mortalità e dalla compassione collettiva. Negare la propria vulnerabilità è diventato un modo per affermare un'identità 'invincibile', coltivando una società in cui gli individui tendono a rifiutare il riconoscimento delle debolezze umane comuni, isolandosi in un costrutto di autosufficienza iperidealizzata. Questo tipo di individualismo radica nell'idea che ammettere la mortalità o accettare aiuto sia percepito come un fallimento del sé (Miller, 2021). Dopo la rivoluzione industriale infatti, la morte ha cominciato a essere vista come il fallimento del corpo. In tempi recenti, questa mentalità ha reso comune "trattare" la vecchiaia, per motivi di salute o estetici, come se l'abolizione della stessa ci consentisse di vivere per sempre, o almeno vivere dentro quell'illusione (Fonseca & Testoni, 2012). Tuttavia però, si è visto che gli anziani tendono a esibire una diminuzione della paura della morte rispetto ai giovani, in parte a causa dell'emergere di una generatività che offre loro un senso di significato e scopo nella vita (Gross et al., 2018), controbilanciando la visione consumistica della vecchiaia.

La paura della morte è un fenomeno universale che ha radici profonde nella psiche umana, come sottolineato da Kübler-Ross (1969), il quale ha evidenziato come l'umanità abbia sempre vissuto sotto l'ombra della morte (Rosen, 2021). Evitare i dialoghi sulla morte è comune nelle società occidentali contemporanee, e questo può essere un problema quando diventa necessario elaborare una perdita traumatica. La perdita traumatica è definita come la condizione risultante da una perdita improvvisa e violenta, in quanto può risultare da un incidente, un suicidio, un omicidio, un disastro o una guerra, che può portare a elaborazioni problematiche del dolore (Testoni et al., 2021). Therese A. Rando nel suo libro *Treatment of Complicated Mourning* (1993), esplora come le perdite improvvise e violente possano portare a processi di lutto complicato o patologico. Secondo l'autrice, questi tipi di perdite traumatiche possono interrompere i normali processi di elaborazione del dolore e portare a difficoltà nel superamento del lutto, spesso accompagnate da sintomi di trauma psicologico, come disturbo da stress post-traumatico (PTSD). In

passato, la religione e la rappresentazione sociale della morte come passaggio verso la vita eterna permettevano agli individui di affrontare la propria mortalità e quella degli altri attraverso riti che illustravano simbolismi condivisi. Tali visioni del mondo che comprendono strategie spirituali e religiose sono state la base dell'educazione sul senso della vita e dei progetti per il futuro. Tuttavia, nel corso del tempo, queste idee e pratiche sono diventate ampiamente respinte, per questo oggi permane una visione materialista della morte caratterizzata dalla convinzione più o meno cosciente degli individui che la morte è un annientamento assoluto (Testoni et al., 2021). In particolare, quando si consapevolizza che la morte è inevitabile, gli individui cercano di riequilibrare la dissonanza tra il desiderio di sopravvivere e la consapevolezza di dover morire attraverso costrutti simbolici volti a negare la morte; per esempio, prendendo conforto nel fatto che la memoria o le buone azioni di una persona vivranno per sempre (Solomon et al., 2017). Come conferma una ricerca sull'ansia di morte condotta da Wink e colleghi (2005), è stata riscontrata una relazione non lineare tra la paura della morte e i livelli di religiosità; questi mostrano come la paura della morte inizialmente aumenta con la religiosità da un livello basso a medio, ma in seguito diminuisce con l'aumento della religiosità, da un livello medio ad alto (Testoni et al., 2020c). Si è sostenuto che la relazione curvilinea osservata nei non religiosi può indicare che l'ansia di morte riduce "l'irreligiosità", mentre tra i più religiosi la religiosità maggiore riduce l'ansia di morte. Questi risultati potrebbero implicare che la profonda (al contrario di superficiale) contemplazione di temi religiosi potrebbe aiutare a ridurre l'ansia di morte (Orkibi et al., 2021). La credenza nell'immortalità permette alle persone di gestire l'ansia della morte nella vita quotidiana, mentre l'assunzione di valori socialmente condivisi mantiene a bada il conflitto inconscio (Testoni et al., 2018). In base all'analisi di Miller & Hoffmann (2014), è emerso che la religiosità gioca un ruolo cruciale nel modellare il benessere psicologico, suggerendo che le persone religiosamente coinvolte tendono a sperimentare livelli inferiori di depressione e maggiore resilienza alle avversità della vita, evidenziando così il potenziale delle pratiche religiose e spirituali come importanti risorse per la salute mentale. La religione offre non solo un quadro di riferimento per interpretare la morte, ma anche rituali e pratiche che aiutano gli individui a trovare un senso e a "fare pace" con la propria mortalità, in questo modo essa fornisce ai fedeli un modo per gestire l'ansia e il dolore associati alla perdita e al pensiero della fine della vita (Vail et al., 2010). Infatti l'inevitabilità della morte ha il potenziale di creare un terrore esistenziale, che può essere mitigato da credenze culturali e sistemi di valori i quali attribuiscono significato

all'esistenza e al trascorrere della vita. Questi sistemi permettono agli individui di percepire la propria vita come significativa, contribuendo a ridurre l'ansia legata alla consapevolezza della mortalità (Solomon et al., 2015). Se non gestita la consapevolezza della morte può generare una risposta esistenziale intensa, talvolta devastante, con angoscia che può evolvere in forme estreme di disadattamento, come la disperazione o, nei casi più drammatici, comportamenti autolesivi. Tuttavia, l'accettazione della finitezza non è solo un'opportunità per confrontarsi con l'angoscia ma anche un processo che, se ben affrontato, può promuovere un maggiore equilibrio psichico (Vail et al., 2012).

La società secolarizzata ha una fede ridotta in un'altra vita, che è uno dei rimedi importanti per l'ansia di morte e questo porta ad alcuni effetti negativi. Infatti, come dimostra la Terror Management Theory (TMT), sviluppata dagli psicologi sociali Jeff Greenberg, Tom Pyszczynski e Sheldon Solomon negli anni '80 del secolo scorso, la salienza della mortalità intensifica l'ansia e attiva le difese psicologiche che censurano gli stessi trigger dell'angoscia (Testoni et al., 2018). Secondo tale teoria, il rifiuto della morte è una difesa psicologica derivante dal desiderio umano di vivere di fronte alla comprensione che la morte è inevitabile. Il terrore paralizzante derivato da tale dissonanza è risolto dalla rimozione dei pensieri di mortalità. Il "modello duale di processo" elaborato dai ricercatori del TMT suggerisce che i processi difensivi distinti sono attivati da paure coscienti e inconscie della morte. "Le difese prossimali" sopprimono i pensieri legati alla morte negando la propria vulnerabilità. Queste difese sono attivate quando le prove dell'inevitabilità della morte vengono portate all'attenzione attuale, un processo noto come "Salienza di mortalità". Le "difese distali", costituite da autostima e visioni del mondo culturale, intervengono per ridurre il terrore della morte ogni volta che vengono presentate informazioni relative alla morte. Autostima e fede nella propria visione del mondo culturale (ad esempio, credenze nella vita dopo la morte e la memoria sociale) sono collegati a sistemi simbolici che forniscono significazione, valori e credenza che una persona faccia parte di qualcosa di più duraturo di sé stessa (Testoni et al., 2019). Tuttavia, i sistemi di difesa sono fragili perché sono costantemente messi in discussione dal pensiero comune e razionale. L'incertezza che ne deriva porta a un uso diffuso di difese inconscie. Uno degli esempi più chiari di questo tipo di negazione si può vedere nella stigmatizzazione di coloro che lavorano in pompe funebri o obitori, così come di coloro che lavorano negli ospizi. Evitare conversazioni o individui associati alla morte può costituire una difesa prossimale. Infatti, un'ipotesi derivata dal TMT, conosciuta come "Accessibilità Morte-Pensiero (DTA)", afferma che se una struttura psicologica fornisce

protezione dai pensieri di morte, quando si indebolisce, dovrebbe momentaneamente portare i pensieri di morte più vicini alla coscienza (Testoni et al., 2020a). Quando le difese culturali vengono messe in discussione o si indeboliscono, i pensieri di morte tendono ad affiorare con maggiore intensità. La DTA riflette questa dinamica, mostrando come la consapevolezza della mortalità emerge in risposta a minacce alla visione culturale condivisa e rafforzi l'impulso a cercare rassicurazioni ideologiche o culturali (Vail et al., 2012). La DTA può aumentare in risposta a eventi che sfidano il sistema di credenze culturali e spingono gli individui a riaffermare tali valori per evitare l'ansia associata alla mortalità (Schimel et al., 2007). La TMT è supportata da una vasta gamma di studi empirici tra cui quelli di Greenberg et al., (1990); Vail et al., (2012) e Burke et al., (2010) che hanno dimostrato come gli individui rispondono ai promemoria della mortalità favorendo e difendendo le loro credenze e sforzandosi di vedere sé stessi come qualcosa di più di un 'animale impermanente' in un universo senza senso (Greenberg et al., 2008). La TMT ha ottenuto sia critiche severe che approvazioni; tuttavia, Martin & Van den Bos (2014) hanno formulato forse la critica più grave secondo cui la teoria non è scientifica perché non è falsificabile, ignora interpretazioni alternative e differenze culturali, e tollera una gamma di spiegazioni troppo ampia. Sebbene la discussione sulla teoria sia tipicamente accesa, alcune delle sue affermazioni sono certamente valide. Alcune meta-analisi (Burke et al., 2013; Burke et al., 2010; Hunt et al., 2009) hanno confermato la coerenza dell'ipotesi di salienza della mortalità TMT, soprattutto per quanto riguarda il rapporto tra ansia di morte e 'cuscinetti culturali'. Inoltre, gli studi sulla psicologia della religione e della salute confermano ampiamente l'idea che la spiritualità e la religiosità aiutano molto a gestire la vita con malattie gravi e la prossimità con morte (Testoni et al., 2020b). Un ricorso alla rimozione della mortalità dalla consapevolezza può portare ad una soppressione inconscia di pensieri ed emozioni negative, e questo sviluppando un "alessitimia". In uno studio di Yamamoto & Kato, (2021) hanno riscontrato che l'alessitimia è significativamente correlata all'ansia di morte, suggerendo che le persone con difficoltà a identificare e descrivere le proprie emozioni possono sperimentare un'ansia più elevata riguardo alla propria mortalità, rendendo difficile l'elaborazione delle emozioni e dei pensieri legati alla finitezza. L'ipotesi del buco nero suggerisce che la tendenza verso emozioni impoverite o Alessitimia potrebbe essere collegata ad una sistematica inibizione culturale del dialogo sulla morte e sul morire. In particolare, i giovani sono più vulnerabili alla mancanza di riflessioni competenti volte a gestire la salienza di mortalità (Testoni et al., 2018). Citata in letteratura come "ipotesi del buco

nero" (Bagby et al., 1994), si basa sull'idea che la censura culturale della morte produce esiti psicologici negativi. Il concetto di "buco nero" prende metaforicamente il fenomeno astronomico dove c'è una regione dello spazio-tempo che esibisce un effetto gravitazionale così forte da non permettere a nulla, nemmeno alle particelle o alla radiazione elettromagnetica, di sfuggire. Tradotta nella dimensione psicologica, questa idea rappresenta una condizione in cui la rimozione sistematica della morte e dei suoi sentimenti connessi assorbe progressivamente anche altri sentimenti. La difesa dal terrore della morte relega la paura all'inconscio, che a sua volta assorbe l'ansia e i sentimenti negativi ad essa associati. Tuttavia, poiché questi sentimenti sono solo lasciati fuori dalla coscienza e non vengono elaborati, questa rimozione sistematica inibisce semplicemente il riconoscimento di tutti i sentimenti ed emozioni, sia negative che positive. Tra gli effetti negativi di questa rimozione, si riscontra una riduzione della capacità di riconoscere le emozioni emergenti e, in particolare, di percepire il contrasto tra positività e negatività (Testoni et al., 2019). Accettare la paura della morte consente di accedere ad un più ampio spettro emotivo e consente di distinguere meglio le emozioni positive da quelle negative, come il dolore e la gioia. Accettarla è quindi una componente importante per comprendere le emozioni.

Tuttavia, l'evoluzione del cervello umano e l'aumento della consapevolezza della mortalità espongono gli esseri umani al rischio di un'ansia crescente. Per fronteggiare questo potenziale disagio, essi impararono a controllare l'angoscia della propria finitezza sviluppando credenze e investendo la propria fede in visioni condivise della realtà che infondono al mondo un senso di ordine, significato e permanenza (cioè visioni del mondo culturali). Queste visioni del mondo forniscono modi per gli esseri umani di credere che sono esseri significativi in un mondo di significato piuttosto che semplici animali destinati solo alla cancellazione dopo la morte. Questa credenza è rafforzata dalle forme letterali e simboliche di trascendenza della morte fornite dalle culture (Greenberg et al., 2008). Secondo questa prospettiva, questa reazione è naturale perché il terrore della morte può diventare paralizzante, impedendo così il normale flusso della vita quotidiana. In effetti, la consapevolezza della propria mortalità, o "saliencia di mortalità", può paralizzare gli individui nella misura in cui essi sono incapaci di reagire efficacemente ai pericoli ambientali (Testoni et al., 2020a).

1.2 L'importanza della Death Education

La morte è sempre stata un'ombra che pende sulla storia della vita umana. Facendo parte

del ciclo biologico della vita (nascere, crescere, riprodursi e morire) contro di essa l'uomo non è mai stato in grado di combattere (Macena De Figueiredo, 2020). L'essere umano, fin dalle origini, si differenzia da qualsiasi altro abitante della Terra per la capacità di rappresentare ciò che comprende. All'interno dell'universo delle sue manifestazioni, la consapevolezza della propria finitudine e il chiedersi che senso abbia vivere sapendo di dover morire sono forse i temi più radicali che egli abbia affrontato (Testoni, 2015). Le società occidentali moderne, sempre più dominate dall'urbanizzazione e dalla tecnologia, hanno perso il contatto con le pratiche comunitarie tradizionali relative alla morte, rendendo la morte un argomento spesso evitato e spersonalizzato (Walter, 2020). Il progresso della scienza può rallentare la morte, ma non sarà mai in grado di evitarla, poiché si tratta di un fenomeno naturale, la religione è servita come primo punto di sostegno per ridurre al minimo il sentimento di lutto di fronte alla perdita umana (Macena de Figueiredo, 2020). I tabù riferiti alla morte nel corso del tempo hanno di fatto ostacolato le indagini di psicologi pionieri come Herman Feifel (Kastebaum et al., 1977) anche se comunque negli anni '60 si sviluppa la Tanatologia attraverso il contributo di autori come, Herman Feifel (1959), Elisabeth Kübler Ross (1969/1993) e Cicely Saunders (2000) che hanno svolto importanti ruoli storici all'interno di questa disciplina (Fonseca & Testoni, 2012). Feifel in particolare ha pubblicato il libro *"The Meaning of Death"* la cui comparsa nel 1959 è considerata da molti come il primo prodotto del nuovo movimento di sensibilizzazione alla morte. Questo comprendeva contributi non solo di C. G. Jung e Gardner Murphy, ma anche di rappresentanti della filosofia, della storia dell'arte e di altri campi. Molti lavori successivi sui problemi legati alla morte hanno mantenuto questo approccio multidisciplinare (Kastebaum et al., 1977). Il termine "Tanatologia" deriva dal greco "Thanatus". Nella mitologia greca è il nome dato al Dio della morte. Il suffisso "logia", derivato anche dal greco, significa "studio". Così, etimologicamente, la parola Tanatologia significa "studio scientifico della morte"; teoria della morte, i suoi segni e la sua natura (Houaiss, 2004). Negli ultimi decenni, il ruolo della tanatologia è diventato ancora più rilevante a causa dei cambiamenti culturali e demografici che hanno trasformato il modo in cui la morte è vissuta nella società contemporanea. In particolare, l'invecchiamento della popolazione nei paesi occidentali ha portato a un incremento delle malattie croniche e delle condizioni terminali, aumentando il bisogno di cure palliative e di una riflessione più ampia sulla qualità del morire (Chapple et al., 2017). Nella società occidentale, il tema della morte è stato rimosso dalla vita quotidiana e sostituito con il linguaggio medico. Tale censura non

riduce la paura della morte degli individui, ma limita piuttosto la loro capacità di elaborare le proprie esperienze di morte, generando così effetti negativi (Testoni et al., 2020). Quindi nella cultura attuale post-moderna e secolarizzata, la riflessione tradizionale e religiosa sull'aldilà è progressivamente erosa al punto che trovare un senso alla morte e al morire crea difficoltà per le persone. Infatti, mentre nel passato la spiegazione del significato dei processi di vita era data in modo informale dalle famiglie, sembra che al giorno d'oggi sia necessario pianificare attività educative specifiche per recuperare queste conversazioni profonde (Testoni et al., 2018). Molti genitori scelgono di evitare il tema della morte con i loro figli nella speranza di proteggerli dal dolore e dalla sofferenza associati a questa realtà. In effetti, si teme che il contatto con la morte possa avere effetti traumatici sui bambini, disturbando il loro senso di sicurezza e innocenza. Tuttavia, questa scelta spesso priva i bambini della possibilità di elaborare il concetto in modo sano, sviluppando una comprensione più graduale della finitezza della vita (Corr et al., 2019). Questi atteggiamenti alimentano le rappresentazioni errate della morte, che possono compromettere i modi in cui bambini e adolescenti trattano la vita e la salute (Testoni et al., 2020b). Sempre più spesso, alle scuole viene chiesto di fornire sostegno educativo e di consulenza agli studenti che vivono situazioni che comportano morte, suicidio o traumi (McGovern et al., 2000). Un recente studio di Engarhos et al. (2013) mostra come le ansie personali e la mancanza di formazione influenzino il sostegno degli insegnanti all'educazione alla morte. Sebbene la maggior parte degli insegnanti riconosca l'importanza di parlare della morte con i bambini, molti si sentono impreparati e a disagio nel farlo. Il supporto da parte di genitori e istituzioni educative è considerato cruciale, anche se gli insegnanti indicano la necessità di maggiore formazione professionale per affrontare efficacemente l'argomento. La morte e il morire sono esperienze della vita reale che richiedono importanti abilità per far fronte ai loro effetti (Testoni et al., 2020). La gestione delle questioni contemporanee della morte, del morire e dell'ansia da morte associata è quindi ostacolata dalla mancanza di un dialogo adeguato sulla morte e sul morire tra adulti maturi e adolescenti in via di sviluppo (Testoni et al., 2018). Nelle scuole, la Death Education è stata implementata per aiutare i bambini e gli adolescenti a gestire meglio la perdita e il lutto, con l'obiettivo di normalizzare la discussione sulla morte come parte del ciclo della vita. Studi recenti hanno dimostrato che l'educazione alla morte nelle scuole può migliorare le capacità di coping degli studenti, riducendo l'ansia e promuovendo una maggiore accettazione della mortalità (Gutiérrez & Tomás-Sábado, 2014; Doka, 2016). Per analizzare tali percorsi e riconoscerne la continuità storica con il

presente, sono nati i Death Studies (DeSt) che si concentrano sull'esplorazione delle modalità con cui gli individui e le società affrontano la morte, esaminando il complesso rapporto tra il terrore generato dall'idea della fine e le risposte che le persone e le culture sviluppano per mitigare tale paura (Testoni, 2015). I Death Studies ci invitano a riconsiderare il significato della morte all'interno della nostra società, proponendo una visione integrata che collega vita e morte e ne riconosce l'importanza nel tessuto sociale (Smith, 2022). La Death Education quindi, mira ad aumentare la consapevolezza e la comunicazione efficace di questioni legate alla morte, nonché modi per affrontare la perdita e il dolore (Orkibi et al., 2021). Come indicato da Wass (2004), il termine "Death Education" si riferisce a una varietà di attività educative, organizzate intenzionalmente dalle istituzioni al fine di facilitare la comprensione della morte e del lutto. Questo tipo di educazione è stata praticata in modo informale nel corso della storia umana, ma nella cultura occidentale contemporanea sono stati sviluppati corsi di Death Education di natura più formale. Genitori ed educatori a volte esprimono preoccupazione che i corsi di Death Education possano scatenare l'ansia di morte, anche se questo tipo di preoccupazioni non sembrano traspirare all'educazione quotidiana informale alla morte, spesso vissuta attraverso i media. Infatti, ricorrendo a rappresentazioni sensazionalistiche e irrealistiche, la televisione, i giornali e Internet diffondono l'idea che la morte è un evento straordinario che si verifica in uno spazio mitico (Testoni et al., 2020). Le iniziative di Death Education offrono un'opportunità per affrontare l'ansia legata alla morte, incoraggiando una riflessione profonda sulle esperienze individuali e promuovendo una maggiore comprensione delle proprie convinzioni e valori personali, mentre si superano le paure associate alla morte (McClennen, 2023). Si può dire che la Death Education risponde a questa esigenza promuovendo una riflessione sui temi esistenziali ed esplorando le preoccupazioni contemporanee sulla morte e le credenze nell'aldilà (Testoni et al., 2018). Il movimento di sensibilizzazione alla morte è stato visto come sinonimo di Death Education. Nel 1967, Saunders fondò quello che divenne noto come il primo ospizio moderno, il St. Christopher Hospice a Londra. L'ospizio è una filosofia di cura che mira a introdurre la qualità dell'assistenza nel processo di morte, riunendo dati scientifici, cure palliative e umanità alla fine della vita. Due anni dopo la fondazione del primo ospizio moderno, nel 1969, Kübler-Ross ha pubblicato il suo libro *"La morte e il morire"*, in cui intervistò 200 pazienti morenti per comprendere cosa sapessero dell'esperienza di essere vicini alla morte (Fonseca & Testoni, 2012). Negli Stati Uniti, i corsi di Death Education sono stati introdotti negli anni '60 e da allora si

sono espansi in una varietà di contesti educativi, tra cui scuole superiori, università e programmi di formazione per professionisti della salute (Wass et al., 1990). Gli obiettivi principali di queste attività sono fornire informazioni generali sulla morte e sul morire attraverso un linguaggio semplice e appropriato, creare uno spazio per la riflessione sul significato della vita e della morte, rafforzare il pensiero critico e stimolare la discussione sui sentimenti di ansia, sofferenza e paura provocate dal pensiero della morte e del morire (Testoni, 2015). Attraverso l'educazione alla morte, gli individui possono confrontarsi con le proprie paure esistenziali, facilitando una riflessione significativa sul significato della vita e della morte (Friedman, 2020). L'educazione alla morte deve mirare a fornire un linguaggio adeguato e spazi sicuri per discutere delle emozioni legate al lutto, contribuendo a una maggiore comprensione del processo di morire (Lemieux, 2021). Gli interventi di educazione alla morte sono forniti declinandosi in tre livelli diversi: in primo luogo, attraverso la prevenzione primaria, che può essere identificata nell'antico memento mori inteso come un vero e proprio insegnamento che si focalizza sulla ricerca di senso, sulla comprensione della morte, sugli atteggiamenti e sui modi di affrontare il tema della finitudine a partire dalla prima infanzia fino alla senilità, perché ogni età ha il proprio modo di rapportarsi all'argomento; questo livello è indirizzato alla popolazione generale, poiché l'obiettivo è educare ad una visione più sana e consapevole. La prevenzione secondaria riguarda invece l'ars moriendi, relativa al prendere consapevolezza di come si vuole morire e di come si accompagna chi muore. È questo l'ambito dell'anticipatory mourning, il lutto anticipato, si riferisce alla condizione emotiva di chi, convivendo con una persona gravemente malata, inizia a elaborare la perdita come se il malato fosse già morto; questo stato si accompagna spesso a una serie di scelte estremamente difficili che la vita impone in momenti di grande vulnerabilità, richiedendo di confrontarsi con decisioni complesse in ambiti affettivi, assistenziali e terapeutici; questo livello si concentra su chi vive un rapporto stretto con il lutto, in situazioni che richiedono un supporto specifico. Infine, la prevenzione terziaria è quella che rende possibile una trasformazione sana del cordoglio in lutto, affinché questo si concluda e non cada in dinamiche patologiche che destinano i dolenti alla deriva della disperazione; in questo livello quindi il rapporto con la morte è intimo, infatti questi interventi sono destinati a persone che hanno vissuto esperienze traumatiche con il lutto e si propongono di offrire un supporto psicoteraputico. (Testoni, 2015). Le esperienze di Death Education come prevenzione primaria hanno dimostrato che non produce effetti negativi, ma permette una migliore gestione dell'ansia correlata, diminuisce l'alessitimia, aumenta la comprensione

empatica degli altri e li avvicina imparando a capire i loro punti di vista ed esperienze emotive e rivalutare aspetti della propria vita (Testoni et al., 2021). Tra i metodi utilizzati negli interventi di educazione alla morte, la letteratura (Testoni et al., 2020e; Testoni et al., 2018; Nan et al., 2018) indica che le terapie artistiche creative si sono dimostrate efficaci nel promuovere il benessere psicologico dei partecipanti. In particolare, la letteratura mostra che l'uso di terapie artistiche creative negli interventi di educazione alla morte porta effetti benefici per quanto riguarda il riconoscimento e l'espressione delle emozioni relative ai temi della morte e del morire, per gestire meglio la paura e l'ansia di morte e il processo di lutto. Il termine terapie artistiche comprende molteplici metodi di supporto: terapia artistica, danza/movimento, drammaturgia, psicodramma, musicoterapia e biblioterapia. Favorendo l'espressione creativa, le terapie artistiche creative riescono a migliorare il benessere dei partecipanti fornendo un adeguato sostegno psicologico (Ronconi et al., 2023). Questi strumenti sono spesso impiegati per trattare condizioni croniche e problematiche di salute mentale, creando uno "spazio sicuro" in cui le persone possono esplorare i propri sentimenti e condividere esperienze personali. Le fotografie, per esempio, vengono usate come stimoli per richiamare emozioni e ricordi, facilitando così un'elaborazione del dolore anticipato o della perdita (Heinonen et al., 2019). Nan e colleghi (2018) hanno osservato che esprimere processi interiori complessi, come la rivisitazione di momenti significativi della vita o rievocare ricordi carichi di emozione, risulta estremamente difficile quando la terapia si basa esclusivamente sulla comunicazione verbale. L'integrazione delle arti espressive, che impiegano processi non verbali, insieme alla condivisione verbale facilita un'interazione più profonda tra gli emisferi sinistro e destro del cervello. Questo approccio aiuta a elaborare informazioni complesse, a costruire narrazioni di vita coerenti e a rafforzare l'alleanza terapeutica, rendendo il processo terapeutico più efficace.

Una di queste tecniche è lo psicodramma, il termine psicodramma si riferisce a una tecnica terapeutica sviluppata da J.L. Moreno (1946), la quale utilizza il dramma e la rappresentazione per esplorare le esperienze interiori e le emozioni dei partecipanti. Questo approccio consente agli individui di entrare in contatto con le proprie storie personali e relazionali, facilitando un processo di introspezione che può portare a una maggiore consapevolezza di sé e a una comprensione più profonda dei propri conflitti interni (Nolte, 2020). Si tratta della rappresentazione di esperienze soggettive con tecniche drammatiche, in cui i partecipanti sono incoraggiati a sviluppare la loro spontaneità e creatività per risolvere, in modo nuovo, una situazione da cui nasce la

sofferenza. Al fine di migliorare la consapevolezza di sé, l'empowerment personale e le relazioni positive nei giovani, le tecniche di psicodramma sono state utilizzate anche in ambienti scolastici (Testoni et al., 2018). Quando lo psicodramma è combinato con altre terapie artistiche creative, si chiama psicodramma intermodale. Il concetto di psicodramma intermodale implica l'integrazione di tecniche di psicodramma con altre modalità espressive, come l'arte visiva e il teatro, per creare un ambiente terapeutico più ricco e dinamico. Questo approccio facilita una maggiore espressione emotiva e la comprensione dei propri vissuti attraverso il dramma, il disegno e il movimento, migliorando così il processo terapeutico (Kogut & Golan, 2020). Una tecnica psicodrammatica molto comune applicata alla Death Education è per esempio la "sedia vuota", in cui i partecipanti sono seduti di fronte a una sedia vuota fisica sulla quale immaginano una persona amata deceduta o persino la morte stessa come un personaggio personificato, permettendo così di elaborare i loro sentimenti e pensieri sul tema della morte in un dialogo con la persona/entità sulla sedia vuota (Testoni et al., 2021). L'uso di psicodramma nell'educazione alla morte si è rivelato efficace nel trattamento delle emozioni disfunzionali (Testoni et al., 2019; Raccichini et al., 2022) aiutando le persone ad affrontare il dolore anticipato legato alla discussione di temi come la morte (Testoni et al., 2018), e il lutto (Istvan et al., 2014; Nindler, 2016). Un altro metodo artistico utilizzato efficacemente negli interventi di educazione alla morte è il Photovoice. Il Photovoice utilizza la fotografia come canale espressivo e comunicativo, con l'obiettivo di aumentare la conoscenza e la comprensione di un dato fenomeno sociale e integrare le conoscenze acquisite con interventi di carattere politico, sociale o, in generale, a beneficio dei membri della comunità. In questo metodo, i partecipanti sono invitati ad esprimere la loro prospettiva, punti di vista e sentimenti verso un argomento di ricerca attraverso fotogrammi. In primo luogo, i partecipanti fanno una foto su un certo tema o argomento, associano una breve didascalia alla loro foto. Successivamente, discutono la foto scattata e la didascalia data come gruppo e possono scegliere la foto più rappresentativa tra quelle del gruppo, modificando eventualmente la didascalia ed elaborando ulteriori dialoghi sugli argomenti di ricerca (Testoni et al., 2019). I risultati indicano che il Photovoice non solo aumenta la consapevolezza riguardo alla morte, ma facilita anche la comunicazione e l'espressione dei sentimenti legati al lutto (Cummings et al., 2020). In uno studio di Haase & Johnston (2012), il Photovoice viene utilizzato per aiutare i sopravvissuti al suicidio a rielaborare il trauma e la colpa derivante dalla perdita. Gli autori affermano che il Photovoice ha fornito l'opportunità di rilasciare il senso di colpa e creare uno spazio per

un nuovo significato. Questo strumento ha permesso ai partecipanti di allontanarsi dalla colpa verso sé stessi e verso i loro cari defunti, aiutandoli a costruire nuove narrazioni di accettazione e di comprensione della perdita. In un contesto educativo (Quaglietti, 2018), il Photovoice è stato impiegato per esplorare temi come la spiritualità e la morte. L'autore spiega che l'uso del Photovoice nei contesti educativi permette agli studenti di esprimere visivamente ed emotivamente la loro comprensione di temi complessi legati alla mortalità e alla spiritualità. Questa tecnica ha facilitato discussioni profonde e riflessive su argomenti difficili come la morte, in un ambiente di apprendimento sicuro e supportivo. Un altro metodo è il Bibliodramma. Il Bibliodrama non è teatro nel senso tradizionale, piuttosto, è un metodo che utilizza la narrazione e il gioco di ruolo per esplorare i testi biblici in un modo che incoraggia i partecipanti a entrare nel vivo della storia. Attraverso domande stimolanti e risposte in prima persona, gli studenti si immergono nelle emozioni e nei pensieri dei personaggi, trasformando la lettura passiva in un'esperienza attiva e coinvolgente. Questo approccio non solo rende il testo vivo, ma aiuta anche gli individui a scoprire aspetti di sé che altrimenti potrebbero rimanere inesplorati (Unterman, 2022). Il Bibliodramma non solo offre ai partecipanti l'opportunità di esplorare e rappresentare le loro emozioni, ma favorisce anche un aumento dell'empatia, in particolare nei confronti di figure significative come i pazienti terminali o i medici che comunicano notizie difficili, permettendo una comprensione più profonda delle dinamiche emotive coinvolte nella morte e nel morire (Kredentser & Chochinov, 2020).

La letteratura mostra che gli interventi di Death Education sono rilevanti perché mostra come discutere in un ambiente accogliente e non giudicante il tema della morte, fornisce agli individui un linguaggio più efficace per esprimere adeguatamente le emozioni legate a questo argomento e aumenta la comprensione empatica. Discutere la propria mortalità può motivare le persone a migliorare la loro salute fisica e mentale, dare priorità agli obiettivi di crescita e aumentare la soddisfazione della vita (Ronconi et al., 2023).

Uno studio qualitativo di Testoni et al., (2021) condotto nell'ambito della Death Education comunitaria ha coinvolto partecipanti che hanno seguito un corso dedicato e successivamente sono stati invitati a immaginare di essere affetti da sclerosi laterale amiotrofica (ALS). In questo contesto, è stato chiesto loro di preparare le proprie direttive anticipate di trattamento (ADT). I risultati dello studio hanno evidenziato che la riflessione su temi come la consapevolezza della propria mortalità, le cure palliative e le ADT ha contribuito significativamente a ridurre l'angoscia legata alla morte, facilitando una pianificazione più serena dei trattamenti sanitari futuri e dei desideri fondamentali,

diminuendo l'ansia associata a queste decisioni. È stato inoltre dimostrato che l'educazione alla morte è utile anche per aiutare a prevenire altre importanti preoccupazioni di salute pubblica, come ad esempio la questione del rischio di suicidio, specialmente tra gli adolescenti, e la probabilità di fumare. Secondo Balk et al., (2011), le scuole possono svolgere un ruolo cruciale nel fornire supporto agli adolescenti che affrontano il lutto per la perdita di un compagno. Un contesto educativo adeguato può promuovere il sostegno tra pari, lo sviluppo di capacità di ascolto e la gestione delle emozioni, elementi essenziali per aiutare i giovani a navigare attraverso il dolore in maniera consapevole. Attraverso discussioni di gruppo e interventi mirati, si crea uno spazio sicuro per l'espressione emotiva, che aiuta anche a rafforzare le relazioni interpersonali e il benessere complessivo degli studenti. Quando incontrano qualsiasi tipo di perdita, l'educazione alla morte può migliorare le capacità degli adolescenti di promuovere la trasformazione del disagio in una crescita post-traumatica, cioè la loro capacità di trasformare uno stressor più o meno grave in un guadagno esistenziale (Testoni et al., 2018). Alcuni autori (Cupit, 2013; Doka, 2015; Testoni, 2016; Wass, 2004) sono convinti che la promozione dei corsi di Death Education (DE) possa essere utile per uno sviluppo maturo ed equilibrato, e per la prevenzione dell'ideazione suicida e dei comportamenti a rischio (Testoni et al., 2019). L'educazione alla morte in contesti scolastici ha dimostrato di fornire agli adolescenti non solo informazioni accurate sulla morte, ma anche uno spazio sicuro per esplorare e discutere il dolore e le perdite, il che aiuta a ridurre l'ansia e a promuovere un ambiente di supporto tra pari (Holland et al., 2022). In sintesi, gli obiettivi generali di questi metodi di Death Education sono: fornire informazioni sulla morte e un linguaggio comune e appropriato per comprendere le emozioni; creare spazio per riflettere sul significato della vita; rafforzare le capacità di pensiero razionale e critico (Testoni et al., 2018).

CAPITOLO 2

LA RICERCA

2.1 Obiettivi

Lo scopo di questa ricerca è esplorare e comprendere i punti di vista di persone che stanno svolgendo un corso di Death Education a livello di prevenzione primaria, nello specifico, dei corsisti partecipanti al Master “Death Studies & the end of life for the intervention of support and the accompanying”. In particolare, ci proponiamo di indagare il rapporto che intercorre tra le persone coinvolte e le tematiche inerenti la morte, malattia, lutto a livello emotivo, esistenziale ed esperienziale, approfondendo la loro conoscenza a riguardo, la loro percezione di utilità nel discutere sulla morte e le motivazioni alla base del loro intraprendere questo percorso. Più nello specifico la ricerca si propone di raggiungere i seguenti obiettivi:

1. Esaminare le motivazioni individuali che spingono i partecipanti a intraprendere un percorso formativo incentrato su tematiche legate alla morte e al fine vita.
2. Analizzare la percezione della morte e del lutto da parte dei partecipanti, la loro conoscenze e le emozioni che queste provocano.
3. Individuare eventuali trasformazioni nelle opinioni e atteggiamenti riguardo al fine vita.
4. Valutare l'utilità della Death Education come percorso di prevenzione primaria.

2.2 Metodologia

Nel presente studio è stata utilizzata una metodologia qualitativa che si è concentrata nell'utilizzo di focus group e interviste semi-strutturate. In linea con ciò, la ricerca qualitativa è particolarmente adatta per esplorare tematiche complesse in contesti naturali e per generare una comprensione profonda delle esperienze umane. Questo approccio consente di raccogliere dati non strutturati che possono essere analizzati attraverso tecniche interpretative (Merriam, 2009). Questo è particolarmente rilevante nel contesto della Death Education, dove si affrontano temi delicati come la morte e il morire. I suoi principali punti di forza sono il punto di vista idiografico, che consente un'analisi approfondita della persona nel suo contesto e un esame ravvicinato della sua prospettiva unica (De Vincenzo et al., 2022). L'uso di interviste semi-strutturate e focus group, ad esempio, consente di esplorare dimensioni complesse e sfaccettate, come il modo in cui le persone percepiscono la propria mortalità o riflettono sulla spiritualità (Pompele et al., 2022). Nel contesto della ricerca qualitativa, il ricercatore non si limita a raccogliere dati

in modo passivo, ma partecipa attivamente al processo interpretativo. Questo implica l'adozione di un atteggiamento empatico e riflessivo, fondamentale per cogliere le prospettive autentiche dei partecipanti senza imporre significati predefiniti (Merriam, 2009). La Death Education, come emerge da studi precedenti (Testoni et al., 2023; Pompele et al., 2022), rappresenta un contesto privilegiato per l'applicazione di metodologie qualitative. In questa ricerca qualitativa sono stati utilizzati strumenti come focus group e interviste semi-strutturate. La ricerca si è articolata in due fasi principali:

Prima fase: Si è svolta l'organizzazione spontanea di gruppi autogestiti. Questa fase è durata tre mesi, durante i quali i partecipanti hanno avuto la possibilità di esplorare liberamente le tematiche legate alla morte e al lutto, confrontandosi in modo informale e senza una guida esterna.

Seconda fase: Successivamente, sono state condotte interviste semi-strutturate individuali per approfondire le riflessioni emerse nei gruppi. Questa fase si è estesa per un mese e ha previsto un approccio più strutturato, finalizzato a raccogliere narrazioni personali e dettagliate dei partecipanti.

Prima di iniziare ciascuna fase, a tutti i partecipanti è stato presentato il progetto di ricerca, con una spiegazione chiara delle modalità, delle tempistiche e degli obiettivi. È stato inoltre richiesto di leggere e firmare un modulo informativo e di consenso alla partecipazione, che includeva anche il trattamento dei dati personali. Tale modulo era valido sia per la partecipazione ai gruppi autogestiti sia per le interviste, garantendo trasparenza e il rispetto delle normative etiche. I focus group sono ideali per esplorare le opinioni e le dinamiche interpersonali in un contesto sociale, permettendo di ottenere una comprensione profonda delle percezioni dei partecipanti in relazione al tema della ricerca (Morgan, 1997). Sono stati creati tre gruppi principali da partecipanti del Master "Death studies & the end of life for the intervention of support and the accompanying", la partecipazione a questi gruppi è risultata volontaria dalla parte partecipanti stessi. I gruppi includevano circa 10 persone. I focus group si sono coniugati in forme di gruppi autogestiti, in cui i partecipanti si organizzavano autonomamente per definire gli interventi e le tematiche da trattare. In ogni sessione, un membro, riconosciuto come più esperto sulla tematica in discussione, assumeva talvolta il ruolo di moderatore, facilitando il dialogo e regolando gli interventi degli altri partecipanti. Gli incontri sono avvenuti attraverso la piattaforma Zoom, una volta ogni due settimane. I tre gruppi hanno affrontato temi specifici, ognuno caratterizzato da incontri di durata variabile e modalità di discussione che riflettono l'autogestione e il coinvolgimento diretto dei partecipanti:

"Severino – Ricordi Eterni": Questo gruppo ha esplorato i concetti filosofici di Emanuele Severino, concentrandosi sull'eternità del ricordo e sull'idea che nulla si perde realmente nella dimensione esistenziale. I quattro incontri di questo gruppo, ciascuno della durata media di circa 2 ore, hanno previsto discussioni partecipative in cui i membri condividevano riflessioni personali e applicazioni pratiche di questi principi alla propria visione della morte.

"Lettura di Irriducibile – Faggin": In questo gruppo si è approfondita l'opera di Federico Faggin, in particolare il concetto di coscienza come irriducibile alla mera materia. I due incontri, della durata media di circa 2 ore ciascuno, hanno visto alternarsi momenti di lettura collettiva a discussioni interpretative, con il coinvolgimento attivo dei partecipanti nel collegare le tematiche trattate alle proprie esperienze di vita.

"End of Life Doula": L'unico incontro di questo gruppo, della durata di circa 2 ore, si è concentrato sul ruolo dell'End of Life Doula, figura professionale che accompagna le persone nel fine vita. La discussione ha avuto un taglio esperienziale, con la presenza e il coinvolgimento del gruppo delle Doule.

Le discussioni avvenivano in modo dinamico e partecipativo, con i partecipanti che si alternavano nel prendere la parola. In ogni gruppo, il moderatore informale agevolava l'ordine degli interventi e manteneva il focus sul tema centrale. I dati sono stati raccolti tramite registrazioni video e poi trascritti a mano in maniera dettagliata.

Successivamente sono state svolte delle interviste semi – strutturate, le quali consentono di seguire un percorso di domande prestabilite, ma con la libertà di approfondire aspetti imprevisti che emergono durante la conversazione (Dearnley, 2005). Questo strumento di raccolta dati è molto efficace per esplorare in profondità le esperienze e le percezioni individuali dei partecipanti, offrendo allo stesso tempo flessibilità e struttura (Kvale & Brinkmann, 2015). Le domande sono state utili ad indagare il rapporto dei partecipanti con la morte e della sua eventuale trasformazione a seguito dei focus groups. Alcune domande hanno approfondito le motivazioni e gli obiettivi iniziali (Perché si è avvicinato all'argomento della morte e del morire? Che cosa l'ha spinto a iscriversi al Master Endlife? Quali erano gli obiettivi? Sono stati raggiunti?), altre sono servite ad approfondire l'esperienza dei gruppi e i cambiamenti nella consapevolezza (Come valuta la sua esperienza di partecipazione agli incontri di gruppo sulla sua consapevolezza e comprensione della morte? Secondo la sua esperienza, vi sono stati aspetti emergenti nelle discussioni/condivisioni in gruppo che ha trovato più utili nell'affrontare le tematiche della morte e morire? Se sì, quali? Può descrivere un momento o un argomento discusso

nel gruppo che l'ha particolarmente aiutato/a nel suo atteggiamento verso la morte e il morire?), mentre altre per comprendere l'evoluzione del pensiero e i cambiamenti emotivi riguardanti la morte e il morire (Com'è cambiato il suo pensiero e il suo rapporto con la mortalità durante questo percorso di incontri? A livello emotivo, come si sentiva prima rispetto a queste tematiche e come si sente ora? Come vedeva la finitudine prima di approfondire gli autori e le tematiche all'interno dei gruppi?). Le interviste sono state condotte online sulla piattaforma Zoom, individualmente con ciascun partecipante. È stato richiesto loro di firmare un modulo informativo e di consenso alla partecipazione e al trattamento dei dati. Questo modulo è stato redatto in conformità alle leggi italiane, incluse il Decreto Legislativo 196/2003 (codice in materia di protezione dei dati personali) e il Regolamento Generale sulla Protezione dei Dati dell'Unione Europea (UE GDPR 679/2016). Ogni intervista è stata registrata con il consenso del partecipante e successivamente è stata trascritta manualmente. Ogni intervista ha avuto una durata approssimativa di trenta minuti. Come metodo qualitativo è stata scelta l'analisi tematica. Secondo Braun e Clarke (2006), l'analisi tematica è un metodo flessibile che consente di organizzare e descrivere dettagliatamente un ampio corpus di dati qualitativi. Questo metodo si adatta a diversi tipi di ricerca, inclusi quelli che trattano temi complessi come la morte, la malattia e il lutto. Nel contesto della Death Education e dei temi legati al fine vita, l'analisi tematica si rivela particolarmente utile, come evidenziato anche da Testoni e colleghi (2023a), l'analisi tematica può aiutare a identificare come le persone percepiscono temi complessi come la morte e la spiritualità, e come queste percezioni cambiano nel tempo o in risposta a esperienze di gruppo. L'obiettivo principale dell'analisi è cogliere la varietà delle esperienze e interpretare i significati più profondi, anziché ridurre la complessità dei dati a statistiche numeriche. L'approccio qualitativo, quindi, è centrato sull'esperienza soggettiva dei partecipanti, riconoscendo che ogni individuo porta con sé una comprensione unica, che si costruisce in relazione con gli altri e con il contesto. L'analista deve essere consapevole del proprio ruolo attivo nella ricerca, cercando di interpretare i dati senza imporre giudizi o significati, ma piuttosto ascoltando e comprendendo le prospettive dei partecipanti (Testoni, 2022). Questi esempi mostrano come l'analisi tematica consenta non solo di categorizzare e organizzare i dati, ma anche di interpretare le esperienze complesse e i significati personali associati a temi difficili come la morte e la perdita. La capacità di identificare temi comuni e differenze tra le esperienze permette una comprensione più profonda e una discussione arricchita su come le persone affrontano il fine vita, rendendo questa metodologia ideale per il presente

studio con i partecipanti al Master in Death Studies. Lo strumento utilizzato per l'analisi delle trascrizioni delle interviste è stato il software ATLAS.ti. La procedura di analisi ha seguito le seguenti fasi:

Familiarizzazione con i dati: rilettura e trascrizione delle interviste e dei focus group per una comprensione completa.

Generazione dei codici iniziali: identificazione delle parole, frasi o concetti ripetuti che rappresentavano risposte chiave dei partecipanti.

Ricerca dei temi: aggregazione dei codici in temi coerenti e significativi.

Revisione e definizione dei temi: i temi sono stati rielaborati per garantire coerenza interna ed esclusività reciproca.

Interpretazione dei risultati: analisi dei temi rispetto al quadro teorico di riferimento.

La seguente ricerca ha ottenuto l'approvazione positiva del Comitato Etico dell'Università degli Studi di Padova in data 29/10/2024 con codice 509-b.

2.3 Partecipanti

I partecipanti sono rappresentati da un gruppo di 9 persone, tutti iscritti al Master Death Studies and the End of Life. La partecipazione ai gruppi è stata a discrezione degli stessi partecipanti che volontariamente hanno scelto di partecipare ad un gruppo piuttosto che ad un altro. I gruppi in questione sono stati tre, ciascuno presieduto da quasi la totalità dei partecipanti, il primo riguardante il libro Ricordo degli Eterni di Emanuele Severino, il secondo riguardante il libro Irriducibile di Federico Faggin e il terzo riguardante la figura della Doula. Il gruppo di partecipanti è formato da 7 donne e 2 uomini; di questi tre sono psicologhe, una logopedista, una counselor, un'operatrice nel Customer Service, una gestisce un'agenzia funebre, un veterinario e un pensionato. I partecipanti sono tutti di nazionalità italiana. Hanno un'età compresa tra 39 e 69 anni. La media relativa all'età è 56,1 con una deviazione standard di 9,9. Il 33% dei partecipanti è laureato in psicologia e solo l'11% non è laureato, della restante parte il 37,5% ha una laurea scientifica, il 62,5% umanistica. Di seguito verrà fornita una breve descrizione delle caratteristiche sociodemografiche di ciascun partecipante, i quali verranno presentati con un nome fittizio al fine di proteggere i loro dati personali.

Giuliana, 54 anni, laureata in psicologia clinica, è una psicologa psicoterapeuta, ha uno studio privato e lavora anche in una clinica psichiatrica, responsabile del servizio di psicologia e psicodiagnosi. Per lei la morte è sempre stato un argomento di interesse, per

questioni relative alla sua biografia e al suo lavoro, in quanto in psichiatria il tema del suicidio è molto rilevante. Inoltre dal 2001 si occupa della formazione sull'eutanasia in ambito veterinario e delle donne che soffrono di PCOS, soggette ad aborti, le accompagna nella loro perdita.

Laura, 39 anni, laureata prima in economia e in seguito in logopedia, lavora come logopedista, attualmente in un servizio di età evolutiva e anche privatamente con persone che hanno malattie neurodegenerative o con emorragia cerebrale. Si avvicina all'argomento della morte e del morire per integrarla di più nella vita ed aumentarne la tranquillità a riguardo.

Antonella, 58 anni, ha sostenuto il diploma e in seguito ha intrapreso un master in Counselling, che è il suo attuale lavoro. Il suo interesse nasce dal voler aiutare le persone che vivono un lutto lavorativamente parlando, ma anche per un interesse personale in quanto ha accompagnato il padre nella sua morte.

Cosimo, 63 anni, è laureato in medicina veterinaria, ha un master in counselling sistemico-relazionale, ed è un medico veterinario esperto in medicina comportamentale, occupandosi sia di medicina interna facendo visite all'interno della sua struttura, che di medicina comportamentale. Si interessa all'argomento della morte per quanto riguarda gli animali e l'eutanasia, infatti collabora con un'altra partecipante del Master per la stesura di un libro e una didattica relativa all'accompagnamento al lutto di un animale.

Antonio, 69 anni, pensionato. Si dedica all'attività di studio e di ricerca ed è laureato in filosofia morale. Nella sua vita ha fatto attività politica per 40 anni, svolgendo ruoli come dirigente politico, parlamentare europeo e sindaco di Firenze per 10 anni; negli ultimi 7 anni prima di andare in pensione è diventato presidente di una fondazione che si occupa di rifugiati e richiedenti asilo. L'argomento della morte è stato sempre un tema a lui caro, interessandosi di questo dal punto di vista filosofico, in particolare nella filosofia Occidentale. Da quando è ritornato a studiare, si avvicina al pensiero di Emanuele Severino, in cui il tema della morte occupa un ruolo fondamentale.

Anna, 44 anni, ha studiato psicologia ed è una psicologa clinica e di comunità. Si avvicina a questo argomento per lavoro, in quanto si trova spesso di fronte a persone che vanno incontro ad una perdita o che al contrario sono loro stesse in condizione di fine vita; vuole

approfondire l'argomento per avere più strumenti volti ad aiutare le persone, ma vuole anche spiritualmente riflettere sulla morte.

Adriana, 67 anni, ha studiato psicologia, è una psicologa clinica, ha diversi master in mediazione familiare, counseling scolastico, in neuropsicologia e psicologia scolastica e ha lavorato per anni nelle scuole, è anche istruttore di mindfulness; ha sospeso attualmente l'attività di studio privato perché ha subito un lutto grave in famiglia. Ha sempre lavorato con ragazzi disabili, ragazzini in età evolutiva con DSA e altri handicap, anche molto gravi, soprattutto al livello cognitivo. Si avvicina all'argomento della morte a livello personale per via della morte della madre malata di Alzheimer e in seguito della morte del figlio, e dell'ambito lavorativo per fronteggiare l'ambito del Death counseling.

Valentina, 56 anni, è un'agronoma, anche se non lavora in questo campo ma si occupa di Costumes Service di una grande azienda. Si avvicina alla morte per un periodo difficile in cui ha scoperto che il suo cane aveva un tumore e lo ha accompagnato verso la morte, nello stesso momento in cui grazie all'interesse per il fisico Faggin, conosce attraverso dei video la professoressa Ines Testoni e quindi la filosofia di Emanuele Severino.

Francesca, 55 anni, laureata in lingue orientali, in particolare il cinese. Ha un'agenzia funebre e una nel campo del marmo. L'argomento della morte per lei è all'ordine del giorno gestendo un'agenzia funebre, e fin da quando era piccola essendo un'attività di famiglia. In particolare durante il COVID, venendo lei da quella che è stata chiamata "Valle della morte" dove c'è stata la percentuale più alta di decessi, ha accompagnato gran parte di queste persone e non essendosi sentita preparata è andata alla ricerca di strumenti per affrontare questi momenti nella maniera più giusta.

2.4 Risultati

Questo paragrafo sarà organizzato in due parti principali:

1. Nella prima parte verrà delineato e approfondito quanto emerso dall'analisi tematica riguardanti gli incontri autogestiti. Questa parte esplorerà i contenuti trattati e il confronto tra i partecipanti;
2. Nella seconda parte verrà delineato quanto emerso dalle interviste semi-strutturate, analizzando le risposte individuali riguardanti le percezioni, i cambiamenti e le esperienze personali dei partecipanti riguardanti l'esperienza di gruppo.

2.4.1 Focus Group

In questa parte viene presentata l'analisi qualitativa dei dati raccolti attraverso i focus group con i partecipanti al Master: "Death Studies & the End of Life for the Intervention of Support and the Accompanying". Attraverso l'analisi tematica degli incontri relativi ai gruppi sono stati identificati alcuni temi che emergono dalle conversazioni dei gruppi di discussione. L'obiettivo primario è quello di esplorare in profondità i vissuti e le esperienze dei corsisti che si sono confrontati con tematiche complesse come la morte e il morire e le implicazioni emotive che queste comportano. I temi principali emersi dall'analisi sono: 1) L'importanza della relazione con l'altro nell'accompagnamento alla morte, sottolinea l'importanza di un approccio semplice, di una relazione empatica e autentica; 2) Esperienza di condivisione nel gruppo, ha rivelato come la dinamica di gruppo sia un elemento cruciale nel processo formativo, la possibilità di condividere e confrontarsi con opinioni diverse ha generato consapevolezza nuove; 3) Ricerca e bisogno di una spiritualità nell'essere umano, in cui sono emerse diverse prospettive sulla spiritualità dalla sua ricerca al vuoto lasciato dal nichilismo del mondo moderno; 4) Analisi della finitudine e sul dopo-morte, le emozioni emerse spaziano dalla paura, all'incertezza, alla serenità di chi crede nell'eternità.

2.4.1.1 Prima area tematica: L'importanza della relazione con l'altro nell'accompagnamento alla morte

La prima area emersa è la centralità della relazione con l'altro nell'accompagnamento alla morte. In questo caso l'accompagnamento diventa una relazione che richiede empatia, ascolto attivo ed una profonda comprensione dei bisogni dell'altro. I corsisti hanno spesso sottolineato come queste capacità siano necessarie per assistere un morente, affinché lui viva una "buona morte" grazie al processo di accompagnamento basato su reciproco riconoscimento e condivisione di vissuti emotivi come espresso da Giovanna:

"Non c'è un'idea di partenza è proprio questo, cioè se un morto potesse raccontare la sua storia di morte, potrebbe raccontarci una buona storia di morte per lui, allora questo vuol dire che ci lascia la sensazione che abbiamo fatto tutto il possibile per costruire intorno a lui o con lui o con lei la morte che voleva, che non è una morte ideale"

In particolare, dall'analisi sono emerse tre dimensioni principali che caratterizzano l'importanza della relazione con l'altro. In primo luogo, l'attenzione all'altro e l'ascolto sono state identificate dai partecipanti come una qualità indispensabile per creare una

connessione con chi affronta la fine della vita. Molti corsisti hanno inoltre evidenziato essere fondamentali anche l'attenzione alle emozioni che non vengono espresse verbalmente e ai silenzi, come sostiene Adriana:

“Io ho fatto tanti laboratori pratici, prima di imparare; l'ascolto, ti assicuro che ascoltare è una cosa complicatissima perché non vuole dire ascoltare una persona semplicemente in quello che dice ma significa ascoltare i suoi gesti, ascoltare i suoi sguardi, ascoltare come si pone nei confronti dell'ambiente e di quelli che gli stanno vicino, no prima di tutto è un silenzio che deve essere anche il tuo di ascolto, è una cosa molto complicata però noi non la esercitiamo ma è la prima base se vogliamo fare il nostro lavoro”

Quindi l'ascolto, in questo senso, non è inteso come il semplice sentire, ma come un accogliere l'altro nella sua totalità, andando oltre ciò che viene verbalmente espresso. Si tratta di un processo attivo e profondamente empatico che richiede capacità nel sospendere giudizi, creando uno spazio in cui l'altro possa sentirsi pienamente compreso. In secondo luogo, l'altro aspetto emerso è l'importanza di riconoscere come ogni morte sia diversa da un'altra, perché ogni persona è unica e la relazione si co-costruisce con chi si ha di fronte. A tal proposito, Laura dichiara:

“Di fatto dovrai tu adattarti in base alla persona che hai davanti e nella consapevolezza ecco, per quanto forse faccia paura, ma forse solo per il fatto che ci mettiamo lì, ci mettiamo in ascolto, ci abbiamo pensato un pochino sul tema e che quindi ecco siamo già in quel pensiero critico e forse in quella piccola grande umiltà che ci fa avvicinare all'altro che sta affrontando un momento così difficile”

Ogni individuo porta con sé un bagaglio personale di storie, emozioni e significati che richiede un approccio sensibile e flessibile. La relazione si costruisce momento per momento adattandosi all'unicità della situazione.

I corsisti richiamano l'importanza di adattarsi all'altro e raccontano esperienze personali ed intime in cui hanno colto questa evidenza, come dice Antonio infatti:

“Perché io se penso, ad esempio, ai miei genitori, che sono la prima delle esperienze che io ho vissuto in questo senso, sono morti l'una in modo completamente differente all'altro

e sicuramente certe cose che potevo dire all'uno non andavano bene all'altro o comunque non ottenevano lo stesso effetto”

Questo esempio illustra come l'accompagnamento richieda un'attenzione profonda alle esigenze e alle sensibilità di chi si trova davanti. La capacità di riconoscere le differenze è un atto di empatia e consapevolezza.

Come elemento finale Giuliana sottolinea l'importanza di essere “nudi” davanti all'altro con nient'altro che sé stessi:

“quindi è più un essere che un fare. Penso che c'è il fare ma sempre nell'essere appunto non procedurale, non tecnico”

Il concetto di “nudità” rappresenta una disponibilità totale, un'apertura emotiva che permette di entrare in contatto autentico con l'altro, valorizzandone l'unicità. Viene riportato il bisogno di un approccio strettamente empatico. La persona diventa una presenza semplice e non invasiva che risponde ai bisogni degli altri grazie a piccoli gesti. Viene sottolineata l'importanza del sentire l'altro e solo così poter costruire un rapporto di ascolto reciproco che permetta di essere accanto a qualcuno con il solo “esserci”. Come viene anche esplicitato da Maria quando parla delle loro esperienze con le persone in fin di vita:

“e così è anche diciamo, lo stare accanto al letto, no di una persona malata, malata terminale o che sta per morire per cui il coraggio, mi viene da dire, è la capacità stare, in maniera molto semplice, presenti nella soglia ti permette di vedere quello che serve, quello che serve a volte è una cosa molto banale, semplice, che può essere posare la mano sulla gamba di una persona piuttosto che mettere una fotografia, piuttosto che parlare con un parente altre volte è delle cose un po' più complesse però è proprio quell'approccio lì, no, l'arrivare senza niente.”

Essere nudi davanti all'altro significa abbandonare qualsiasi ruolo per creare una connessione autentica. Antonio ha sottolineato questo processo di svuotamento inteso come un aprirsi all'altro:

“Kenosis in greco significa letteralmente svuotamento cioè, l'inizio, quindi quello che

diceva Laura mi ha fatto venire in mente quando diceva la tabula, mi faccio tabula rasa, non perché rinuncio a quello che sono stata, quello che ho fatto, che ho pensato e all'esperienza che ho anche accumulato ma nel senso che mi apro a una relazione che implica, come dire, appunto una specie di svuotamento da parte mia che non è un cedere all'altro, all'altra, ma è un aprirsi, e indubbiamente è chiaro che io non potrò mai provare esattamente le stesse sensazioni, anzi forse è proprio sbagliato che io mi metta nella logica del 'voglio provare esattamente le stesse sensazioni che provi tu belle o brutte, terribili o fantastiche che siano, però comunque apro in modo tale da poter far sì che ci sia la condizione di un riconoscimento reciproco e di un accogliere nel momento in cui io cerco di svuotarmi di qualcosa per fare spazio a qualcosa che viene da fuori, ecco"

Questo approccio implica il riconoscimento del valore della propria presenza come strumento di sostegno.

Una delle maggiori difficoltà riscontrate dai corsisti è stata la paura di non riempire il silenzio con azioni e parole superflue o non fare quello che bisognerebbe fare nella maniera più giusta, per molti partecipanti è stato un prendere coscienza che non c'è una formula perfetta per essere vicino a chi è in fin di vita, come dice Cosimo:

"Io penso che questo Master ci dia, per fare una metafora, una valigetta con molti strumenti di lavoro ma che non dia, come spesso un po' si cerca, un algoritmo che sia applicabile in tutte le situazioni e quindi diciamo non c'è una ricetta che vada bene per tutti ma neanche una ricetta con delle piccole varianti, cioè ci sono tutti i componenti della ricetta e quindi tutti gli ingredienti, dopodiché tu li metti assieme in base alla tua cultura e al tuo preconetto".

Tutto questo comporta l'aver la forza e il coraggio di affrontare un momento che ha in sé un'incognita, che non presenta dei procedimenti standard da seguire.

2.4.1.2 Seconda area tematica: Ricerca e bisogno di una spiritualità nell'essere umano

La seconda area emersa è la ricerca e il bisogno di trovare una spiritualità nell'essere umano. In un'epoca in cui si stanno perdendo i riferimenti tradizionali delle cose in cui credere, i corsisti hanno esplorato il bisogno umano di spiritualità intesa come ricerca di senso e trascendenza. Da questa analisi sono emersi diversi aspetti che andranno di

seguito esplorati, tra cui, in primo luogo, la ricerca di una spiritualità personale espressa da molti corsisti, che si allontana dalle religioni classiche, optando più per una dimensione personale e libera. Questi gruppi hanno permesso loro di riflettere sulle loro idee come viene esplicitato da Antonio:

“Io è da sempre che ho un’idea, posso dire fin da quando ero piuttosto giovane, no, per cui pur non essendo io non esattamente credente, diciamo perlomeno non nelle forme tradizionali, io ad un certo punto, mi ero fatto l’idea che si poteva sostituire Dio con una specie di enorme, gigantesco, eterno, infinito registratore universale che potrebbe essere un po’ anche la coscienza, no Valentina, una cosa del genere, nel quale tutto accade ma tutto è già accaduto e tutto accadrà contemporaneamente e allora la mia idea era che proprio per questo, in questo senso, noi potevamo essere eterni in questa dimensione”

Questa riflessione evidenzia il bisogno di autenticità nella ricerca spirituale che si manifesta come un viaggio individuale. Tale visione riflette un desiderio profondo di comprendere l’esistenza e trovare un significato offrendo una prospettiva originale che non si radica in dogmi.

In aggiunta, i partecipanti hanno poi riflettuto su come ognuno porti con sé una versione unica della propria trascendenza, spesso influenzata dalla propria cultura personale. Questo però potrebbe essere in realtà la stessa ricerca di spiritualità vista da diverse prospettive, come ha pensato Laura:

“Al di là delle diverse religioni, alla fine c’è un filo conduttore che è uguale in tutti no? Che lo chiami con un modo o che lo chiami con un altro c’è un qualcuno, un’entità che può essere o più umano o più filosofico di pensiero e l’altro denominatore comunque che forse si riassume in questo, è che questa entità è fatta di amore, e a me sembra che alla fine poi, nella mia esperienza mi piace di più il Buddismo e scelgo quel filone lì, nella mia filosofia mi piace più il cristianesimo scelgo il cristianesimo però alla fine di cosa stiamo parlando? Stiamo parlando della stessa cosa, di questo bisogno che c’è nell’essere umano di questa tensione verso un qualcos’altro di più spirituale.”

Inoltre, dai racconti è emersa una valorizzazione del mondo nichilista e una perdita della fede. Alcuni corsisti hanno riflettuto su come la società contemporanea si orienti verso una perdita di significato e riconoscono nelle persone che si interrogano su questo la voglia di contrastare questo senso di vuoto e quindi un’inversione della società verso un

qualche cosa di più spirituale, come ha fatto notare Giuliana:

“Sembra che il mondo attuale si stia un po' svegliando da questo materialismo in cui eravamo piombati e quindi da parte di vari punti e varie prospettive ci siano persone che cercano di andare oltre e quindi come dire ad un certo punto non sia necessario che tutti studino la fisica quantistica per capire però che venga sdoganato, accettato il fatto che magari la materia, il materialismo non spiega tutto, quindi speriamo che l'essere umano si evolva in una direzione più spirituale”

Infine, attraverso l'analisi della poesia l'Infinito di Leopardi, emersa dal gruppo Ricordo degli eterni di Severino, i corsisti analizzano come Leopardi riesca a trovare l'Infinito rimanendo a contemplare qualcosa di finito come la siepe, Antonio dice:

“Uno che vede l'infinito oltre la siepe, non si limita quella siepe, tutti ci alzeremmo in piedi a cercare di guardare aldilà, lui riesce pur rimanendo a contemplare questa siepe”

E in questo c'è la risposta, perché l'essere umano attraverso la forza del pensiero e dell'immaginazione è in grado di pensare l'infinito a partire da qualcosa di finito, come può essere il mondo materiale, una costruzione che nasce dall'interiorità dell'individuo come suggerisce Anna:

“Lui l'infinito lo trova dentro di sé in realtà, lo inizia a immaginare e poi a quel punto lo trova anche al di fuori, pensando a questo silenzio mi sovviene l'eterno”

L'essere umano è capace di trovare così delle risposte alla sua ricerca nel suo pensiero. Questa facoltà non è un semplice esercizio intellettuale, ma una risposta profonda ad una esigenza esistenziale: comprendere il senso della propria finitudine e il significato della propria esistenza. Partendo da elementi concreti la mente umana riesce a trascendere i limiti della realtà tangibile, accedendo così ad una dimensione che viene definita come eterna.

2.4.1.3 Terza area tematica: Analisi sulla finitudine e sul dopo morte

La terza area tematica si è concentrata sull'analisi sulla finitudine e il dubbio di cosa succeda dopo la morte. In generale questa è una domanda primordiale dell'essere umano

e in questi gruppi sono emerse le emozioni contrastanti e gli interrogativi riguardo a questo tema. I sotto temi che sono stati individuati riguardano innanzitutto le sensazioni suscitate dal pensiero della morte, infatti alcuni partecipanti hanno espresso il timore suscitato dall'idea di morte legato all'incertezza di cosa accadrà dopo e di come sarà, come Anna che esprime la sua paura:

“Diciamo che è come se fosse io che sogno di non pensare mai che dopo la morte ci sia il nulla, perché quando mi viene in mente qualche sospetto mi viene e mi fa un terrore che neanche so iniziare a dirti, suppongo di non essere sola perché è come guardare nell'abisso no? Mi immagino di vedere ma neanche nero, magari! Di vedere niente che non posso immaginarmi come sia e fa molta paura e allo stesso tempo l'idea di questa dissoluzione è terrorizzante”

Inoltre, sono emerse opinioni divergenti sul pensare o no al dopo morte, riflettendo una varietà di argomenti rispetto ad un tema tanto personale quanto universale. Alcuni partecipanti hanno espresso scetticismo sul valore pratico del sapere cosa accadrà dopo la morte sottolineando come tale conoscenza potrebbe non influenzare positivamente la qualità della vita attuale, come espresso da Cosimo:

“Soprattutto la mia domanda è quanto veramente la nostra vita può essere migliore o peggiore se noi veramente avessimo una risposta definitiva su quello che c'è oltre la morte”

Questo rappresenta un approccio critico verso la tradizionale convinzione che un mondo migliore ci aspetti dopo la morte, considerata spesso consolatoria, Cosimo continua:

“Anche perché noi tutti pensiamo che al di là, l'idea sembra che ci sia meglio di quello che stiamo vivendo oggi ma non so quanto sia così vero questo”

Questo solleva la questione fondamentale sulla natura del pensiero umano di proiettare significati positivi oltre la mortalità. Pensare al dopo-morte potrebbe distogliere dall'esperienza presente privandola di significato o trasformandola in una continua ricerca di conferme sul futuro.

Inoltre, alcuni tra i partecipanti hanno descritto il loro rapporto con il dopo morte in

termini di fiducia nella sopravvivenza della coscienza, in particolare grazie al contributo di Faggin e la sua definizione di coscienza, come esprime Valentina:

“E poi per ricollegarmi ancora a quanto diceva Giuliana rispetto a Faggin e all’entanglement, non so, io ci vedo comunque un nesso, e per Faggin la coscienza non è una cosa che nasce dal nostro cervello e quindi è destinata a finire quanto il nostro cervello smette di funzionare, e quindi diciamo che è eterna anche lei e quindi è una specie di circuito che mi sono costruita e che mi rende molto felice”

L’eternità della coscienza è una costruzione simbolica che permette di affrontare il tema della morte con maggiore serenità e gratitudine per la vita stessa. Questo diventa un punto chiave per spiegare come la consapevolezza di “lasciare qualcosa” possa alleviare l’angoscia data dalla mortalità.

2.4.1.4 Quarta area tematica: Esperienza di condivisione nel gruppo

La quarta area tematica è l’esperienza di condivisione nel gruppo. Il gruppo è diventato uno spazio di condivisione profonda, dove i corsisti hanno potuto esprimere le proprie emozioni, riflettere sulle loro esperienze personali e confrontarsi con le opinioni degli altri.

Ciò che è stato valorizzato è innanzitutto il desiderio e la contentezza di condividere aspetti personali con il gruppo. I partecipanti hanno visto il gruppo come un ambiente accogliente e privo di giudizio in cui poter portare le proprie idee e dove poter condividere passioni personali, come sottolineato da Valentina:

“Per me Faggin è un personaggio importante della mia vita e quindi sono sempre contenta di condividere, di poter parlare con persone interessante come voi”

Per altri c’è stato il bisogno di condividere aspetti personali della propria vita in linea con gli argomenti di discussione generati dagli stessi corsisti. Vi è stato chi ha parlato di esperienze intime con il dolore e la morte e che ha sentito il gruppo come un ambiente sicuro e non giudicante, come definisce Adriana:

“sono arrabbiata perché ci sono entrata attraverso il sacrificio, il sacrificio in questo caso è stato di mio figlio che è morto, che nella sua morte però, tragica, e per me il dolore è stato assolutamente tragico e permane, mi ha insegnato una via che è la via di una

grande umiltà”

L'atto di condividere non è solo un modo per liberarsi di emozioni represses, ma anche un'opportunità per costruire un gruppo, dove i vissuti individuali trovano un riconoscimento collettivo.

Inoltre, è risultato fondamentale per i partecipanti il confronto con le opinioni altrui e la diversità di prospettive. Molti corsisti hanno sottolineato come la diversità di credenze rappresenti un arricchimento personale e di gruppo, come Cosimo che dice:

“Ti ringrazio che non mi dai ragione perché altrimenti non potremmo arrivare ad avere delle sfaccettature di questo, di queste persone per cui grazie che non mi hai dato ragione però quello che, almeno è quello che sento io poi, per carità, ma siamo qui ognuno per esprimere liberamente il nostro pensiero quindi è l'aspetto più interessante di questo”

Nei gruppi di discussione, le differenze sono diventate una risorsa perché la possibilità di confronto tra persone diverse ha portato una riflessione critica delle varie tematiche, arricchendo l'esperienza, trasformando la differenza in una crescita collettiva. Molti partecipanti hanno descritto in positivo l'esperienza di creazione del gruppo tramite un confronto, come dice Laura:

“Io non so magari le semplifico nella mia rimozione, nel mio vivere le cose all'ultimo però poi anche nella bellezza di vivere le nostre diversità sia di informazioni sia di esperienze di vita e quindi poi nel momento del confronto e se volete anche nello stupore che quando si creano i gruppi poi ci sono delle energie strane per cui di fatto è come se il gruppo ci fosse già”

Questa affermazione mette in luce due aspetti importanti: da un lato il valore della diversità come catalizzatore di nuove consapevolezze, dall'altro la dimensione quasi magica che si percepisce nei momenti di connessione autentica. La dinamica dei gruppi rafforza il senso di appartenenza e facilita l'esplorazione di temi complessi come quello della morte. Il dialogo con l'altro può diventare uno strumento trasformativo capace di generare nuove forme di comprensione.

2.4.2 Interviste semi-strutturate

Attraverso l'analisi tematica delle interviste semi-strutturate condotte con i partecipanti

dei focus group sono stati identificati alcuni temi centrali che riflettono uno spunto per comprendere l'impatto della Death Education sui gruppi, evidenziando analogie e differenze nei discorsi dei corsisti. I temi principali emersi dall'analisi sono: 1) La valenza e l'utilità del gruppo, questo tema si focalizza sul ruolo del gruppo come spazio di apprendimento e confronto, i partecipanti sottolineano l'importanza dell'esperienza di condivisione di esperienze personali e grazie a questo della scoperta di nuove prospettive attraverso il dialogo; 2) Cambiamento o fossilizzazione della prospettiva personale sulla morte, è stato evidenziato come la partecipazione a questo percorso, abbia generato risposte diverse nei corsisti, mentre alcune hanno espresso un cambiamento nella consapevolezza della morte riferendo una maggiore serenità, altre hanno rafforzato le loro convinzioni proprio grazie all'ascolto di diverse prospettive.

2.4.2.1 Prima tematica: La valenza e l'utilità del gruppo nella comprensione

La prima tematica emersa dalle interviste semi-strutturate è la valenza del gruppo come spazio formativo. In questi gruppi c'è stato un confronto reciproco che ha aiutato ad amplificare l'apprendimento e il cambiamento personale.

In particolare, molti partecipanti hanno sottolineato come il gruppo sia stata un'importante fonte di apprendimento e di acquisizione di nuove conoscenze, infatti le discussioni collettive hanno permesso di integrare degli argomenti complessi, come esplicitato da Laura:

“E’ stato bello soprattutto ecco per la parte se vuoi quella più filosofica del libro di Severino e trovare qualcuno che lo spiegasse in un modo semplice e fluibile e ecco anche nello scambio riuscire ad arrivare ad acquisire delle conoscenze diverse, forse anche un po’ troppo alte per il mio livello, quindi il gruppo è stata una bella fonte di scambio e se vuoi rispetto alle conoscenze competenze sulla morte è stato bello metterlo non nella formalità ma nella informalità di una discussione aperta dove c’era spazio per mettersi a tutti i livelli”

Questa dimensione formativa emerge come elemento cruciale, come anche il fatto di poter discutere in maniera informale, tutto questo aumenta la comprensione dei vari argomenti, trasformandolo in un processo collaborativo.

Allo stesso tempo, il gruppo è stato percepito come un'opportunità per un confronto tra persone diverse e per ampliare la comprensione, la pluralità di punti di vista ha conseguentemente stimolato diverse riflessioni profonde, come espresso da Valentina:

“Questo fondamentale il confronto con altre persone che si interrogano sugli stessi argomenti e che hanno magari delle visioni uguali o anche un po' differenti o anche completamente differenti è utilissimo sia per inquadrare e dare anche profondità e consistenza al proprio sentire rispetto agli altri”

In questo caso ha aiutato anche a rafforzare dei pensieri personali in opposizione a quelli degli altri. Inoltre, si è creato un gruppo coeso dove tutti si sono sentiti vicini nella propria personale ricerca di risposte e questo è il punto di vista di Giuliana che dice:

“Tra di noi ho sentito maggiormente questo fatto che in realtà siamo tutti un po' in cammino ognuno arrivando dalle proprie esperienze ma siamo lì per le domande, che tutti abbiamo ancora tante domande, però lì ho sentito che va bene così”

Così il gruppo risulta un luogo sicuro in cui sentirsi accettati e compresi. Tutto questo ha generato un senso di appartenenza.

Allo stesso tempo, alcuni partecipanti hanno espresso il fatto che i gruppi sono stati positivi in quanto liberi da strutture schematiche, come viene espresso da Cosimo che esplicita:

“Nel senso che gli argomenti che ecco, allora non so se sono aspetti però il fatto che di volta in volta venivano fuori degli argomenti che non erano, cioè non c'era una struttura ma si era partiti da un punto, un argomento poi ci siamo un po' mossi a seconda un po' del sentimento di ognuno. Ecco questo secondo me è l'aspetto principale più importante”

Gli argomenti fluivano in maniera naturale e tutti i partecipanti si sono sentiti liberi di proporre idee, esporre dubbi ed esprimere la propria opinione senza delle regole ben precise.

Tuttavia, nonostante il clima positivo alcuni partecipanti hanno riportato la difficoltà nel comprendere certe argomentazioni un po' troppo complesse in quanto più filosofiche, infatti Antonella dice:

“Non sempre riuscivo a cogliere tutto, però credo che questo sia l'obiettivo del percorso, rendersi conto dove si riesce a guardare e dove ancora non c'è la capacità di raggiungere

con una visione”

Questa esperienza però è stata motivo di crescita. Racchiude come certe difficoltà possono essere affrontate in modo costruttivo, anche grazie ad un ambiente inclusivo dove poter porre tutti i dubbi e le domande senza giudizi.

2.4.2.2 Seconda tematica: cambiamento o fossilizzazione della prospettiva personale sulla morte

La seconda tematica emergente riguarda il modo in cui questo percorso ha influenzato o meno la prospettiva dei partecipanti sulla morte. Per molti questo processo ha segnato un cambiamento significativo, mentre altri hanno riportato un rafforzamento delle convinzioni pregresse.

Tra quanto emerso, evidenziamo la maggior capacità di parlare della morte in modo sereno, in quanto un tema ricorrente emerso è stato il superamento di barriere emotive o culturali che impedivano di parlare della morte in modo aperto e sereno. Molti partecipanti hanno riportato che, grazie al confronto all'interno del gruppo, parlare della morte con gli altri è diventato meno carico di ansia e paura, come esplicitato da Anna che dice:

“Quello che è cambiato è il fatto di poterne parlare, io sono assolutamente molto contraria al fatto che la morte sia un tabù, e in questo diciamo che mi sento sollevata perché tante altre persone ne vogliono parlare insieme a me quindi questa diciamo per me è la cosa principale”

Questa trasformazione è stata descritta come un cambiamento liberatorio, capace di migliorare anche la comunicazione a lavoro.

Inoltre, molti corsisti hanno valorizzato nelle loro esperienze un cambiamento nella consapevolezza personale in quanto il percorso ha portato a una profonda trasformazione nella consapevolezza personale riguardo alla morte. Il confronto con le esperienze altrui e le riflessioni guidate hanno contribuito a ridefinire il significato attribuito alla fine della vita, come evidenziato da Antonella:

È cambiata con la consapevolezza della mia finitezza che già avevo ma si è modificato in questo. La parte di cui ti parlavo inizialmente è come se avessi la certezza che esiste questa finitezza, che prima lo sapevo ma in maniera astratta cioè so che nasco e so che

muoio, adesso so che muoio e ha modificato completamente tutta la mia visione”

Questo cambiamento ha spesso avuto un impatto positivo sulla loro capacità di gestire il tema, sia a livello personale che professionale. Questo nuovo approccio alla vita è stato percepito come un'importante conquista personale, che ha arricchito la loro quotidianità. Allo stesso tempo, è stato evidenziato un rafforzamento delle idee preesistenti. Non tutti i partecipanti hanno riportato un cambiamento significativo, infatti per alcuni il percorso ha invece confermato e rafforzato le loro convinzioni preesistenti sulla morte, come per Valentina che esprime:

“non è cambiato molto, devo dire, si è un po' rafforzata l'idea che avevo dall'inizio, si quindi si è rafforzata nel senso che ho avuto poi dei riscontri all'intuizione iniziale che non aveva, cioè era stata proprio solo un'intuizione e poi invece ci sono stati dei riscontri oggettivi e quindi si è rafforzata questa mia idea iniziale”

Questa continuità è stata percepita non come un limite, ma come un consolidamento delle proprie credenze e del proprio approccio al tema. Questo aspetto sottolinea come il percorso di Death Education possa essere utile non solo per cambiare, ma anche per approfondire e consolidare la propria consapevolezza.

2.5 Discussione

La ricerca condotta nel contesto del Master *Death Studies & the End of Life* si è focalizzata sull'esplorazione dei punti di vista e delle esperienze dei partecipanti in relazione al tema della morte e del morire. L'obiettivo principale era comprendere come queste tematiche siano state vissute dai corsisti, evidenziando cambiamenti nella loro consapevolezza e nelle modalità di discussione sulla morte. Questi temi sono stati analizzati attraverso metodi qualitativi, includendo focus group e interviste semi-strutturate. I risultati ottenuti offrono spunti significativi per il dibattito scientifico, mettendo in evidenza il ruolo trasformativo della Death Education, sia a livello personale che relazionale. Uno dei temi principali emersi dall'analisi è l'importanza della relazione con l'altro vista come elemento cardine nella gestione dell'accompagnamento alla morte e del fine vita. I partecipanti hanno sottolineato il ruolo dell'ascolto empatico e della presenza autentica. In particolare, la dimensione dell'“essere nudi davanti all'altro” riflette la necessità di stabilire connessioni genuine, che non si basino su tecnicismi, ma

sul puro essere. In letteratura, Neimeyer e Harris (2020) sottolineano come l'autenticità e il sostegno emotivo siano fondamentali per alleviare l'angoscia esistenziale. Gli autori riportano che la connessione empatica facilita la co-creazione di significati durante momenti di crisi esistenziale. Questa prospettiva riflette l'esperienza dei corsisti, che hanno riconosciuto il valore della relazione autentica e dell'ascolto profondo, specialmente nel contesto del fine vita. Altri studi, come quelli di Becker e Parker (2019), aggiungono che la relazione con l'altro può fungere da strumento di supporto anche per chi accompagna, riducendo l'ansia esistenziale attraverso la connessione empatica. Questo rispecchia quanto emerso dai partecipanti al Master, che hanno percepito il valore dell'empatia nel riuscire a creare un ponte tra sé e l'altro. Allo stesso modo, Testoni e colleghi (2023) evidenziano come caregiver e giovani pazienti oncologici vivano momenti di intensa connessione, durante i quali la dimensione umana supera le barriere emotive. Gli autori riportano che il dialogo sincero e l'apertura emotiva creano uno spazio in cui il paziente si sente accolto nella propria vulnerabilità. I partecipanti al Master hanno descritto come questo rapporto sia per loro trasformativo, aiutandoli a sviluppare una maggiore capacità di accogliere la vulnerabilità propria e altrui. Un secondo tema chiave emerso riguarda il bisogno di spiritualità, inteso come una ricerca individuale e soggettiva di senso, che spesso si allontana dalle istituzioni religiose tradizionali. Molti partecipanti hanno sottolineato il valore della spiritualità come elemento di connessione con sé stessi e con ciò che li circonda, trovando significato anche nella finitudine delle cose. In linea con ciò, Bauman (2003) aveva descritto la modernità liquida come un'epoca in cui i legami tradizionali venivano dissolti, portando a un aumento del bisogno di significato personale. In questo contesto, i partecipanti al Master hanno trovato nell'esperienza di Death Education uno spazio per riflettere sulla spiritualità come connessione con il finito. Il richiamo a Leopardi, citato da alcuni corsisti, si inserisce in questa riflessione, evidenziando il potenziale della poesia e della filosofia per affrontare il nichilismo contemporaneo. La ricerca ha evidenziato un approccio alla spiritualità variegato, spesso slegato dalla religiosità istituzionale. Best e colleghi (2023) discutono di come la spiritualità moderna in contesti palliativi si esprima attraverso un senso personale di significato, che spesso supera le strutture religiose tradizionali. Gli autori evidenziano che le persone, sia pazienti che caregiver, tendono a cercare esperienze di connessione e trascendenza che siano più individuali e meno legate a pratiche religiose istituzionali, riflettendo una spiritualità più soggettiva e flessibile. In tal senso, la cura spirituale deve adattarsi alle esigenze uniche di ogni individuo, considerando le loro narrazioni personali.

Similmente, i partecipanti al Master hanno interpretato la spiritualità come una ricerca individuale, trovando senso anche nelle esperienze finite. Le emozioni legate alla morte, come paura, accettazione e serenità, hanno avuto un ruolo centrale nella riflessione dei partecipanti. Alcuni hanno trovato conforto nell'idea che la coscienza possa essere eterna, mentre altri hanno rifiutato qualsiasi speculazione sul dopo-morte. Hoare et al., (2021), in uno studio sulla percezione della mortalità, osservano che le persone che affrontano apertamente i loro sentimenti sulla morte spesso riportano una maggiore consapevolezza e una ristrutturazione positiva del significato della vita. Analogamente, i partecipanti al Master hanno descritto cambiamenti nella loro consapevolezza, evidenziando un senso di serenità acquisita attraverso il dialogo e la condivisione. Il gruppo è emerso come uno spazio cruciale per l'elaborazione di concetti complessi e per il confronto di opinioni. Silverman e Klass (2022) evidenziano che i gruppi di Death Education creano un ambiente unico per il confronto di idee divergenti, promuovendo una maggiore apertura mentale e comprensione. Tuttavia, come riportato dai corsisti, la diversità dei punti di vista può generare momenti di incomprensione, richiedendo strumenti di mediazione adeguati. Infine, il gruppo è emerso come uno spazio fondamentale per l'apprendimento e la crescita. I partecipanti hanno sottolineato la positività dell'ambiente di condivisione, pur riconoscendo le difficoltà legate alla comprensione reciproca. La diversità dei punti di vista è stata percepita come una sfida e un'opportunità per ampliare i propri orizzonti. Silverman e Klass (2022) evidenziano che i gruppi educativi creano un ambiente ideale per esplorare la mortalità, favorendo la costruzione di significati collettivi attraverso il confronto di esperienze diverse. Questa dinamica è stata riscontrata nei focus group, che hanno permesso ai corsisti di confrontarsi su temi complessi in modo costruttivo. Uno dei principali limiti di questa ricerca è rappresentato dalla natura qualitativa dello studio, che sebbene fornisca una profonda comprensione dei vissuti e delle esperienze dei partecipanti, non consente una generalizzazione dei risultati a contesti più ampi. Inoltre, il campione è ristretto e specifico, composto unicamente da corsisti del Master "Death Studies & the End of Life," il che potrebbe limitare la varietà di prospettive e influenzare la rappresentatività dei risultati. La dinamica di gruppo potrebbe aver influito sull'apertura o sull'autenticità delle condivisioni dei partecipanti, data la presenza di altri membri e la possibile pressione sociale. Infine, per migliorare la validità e l'applicabilità delle future ricerche, potrebbe essere utile ampliare il campione includendo partecipanti provenienti da diversi contesti culturali, professionali e personali. Questo consentirebbe di verificare se i risultati emersi siano coerenti o differiscono in base a questi fattori.

CONCLUSIONI

Questa ricerca ha offerto una comprensione profonda delle esperienze, e percezioni emotive e cognitive dei partecipanti al Master in Death Studies & the End of Life. Attraverso i focus group e le interviste semi-strutturate, è emerso come la Death Education abbia rappresentato uno strumento potente per esplorare temi complessi come la morte e il morire. La condivisione in gruppo ha promosso un confronto aperto e autentico, favorendo la riflessione personale e il cambiamento di prospettiva. Tra i principali risultati, i partecipanti hanno riportato una maggiore consapevolezza della propria mortalità, accompagnata da una crescente serenità nell'affrontare queste tematiche. La discussione collettiva ha contribuito non solo a costruire nuove conoscenze, ma anche a valorizzare le differenze individuali, evidenziando come ogni esperienza sulla morte e ogni spiritualità sia unica. L'analisi effettuata ha anche evidenziato l'importanza del gruppo come spazio sicuro per esplorare emozioni profonde e difficili, oltre alla rilevanza della spiritualità nella comprensione della mortalità. In prospettiva futura, queste riflessioni aprono diverse direzioni per ulteriori studi. Un'importante direzione per il futuro della Death Education riguarda l'utilizzo dei gruppi come strumento educativo. Ampliando l'uso di gruppi di discussione e supporto in contesti educativi e terapeutici, si potrebbe favorire una maggiore consapevolezza della morte e un approccio più sano e aperto alla finitudine, riducendo il tabù che spesso circonda l'argomento. L'integrazione dei gruppi in scuole, ospedali e altre comunità potrebbe rappresentare un'opportunità per una riflessione collettiva più diffusa e profonda sulla morte.

BIBLIOGRAFIA

Adams, D. W., Corr, C. A., Davies, B., & Deveau, E. (1999). Children, adolescents, and death: Myths, realities, and challenges. *Death Studies*, 23(5), 443–463. <https://doi.org/10.1080/074811899200957>

Ariès, P. (1977). *Storia Della morte in Occidente: Dal Medioevo ai giorni nostri*. Milano: BUR

Bagby, R. M., Taylor, G. J., & Parker, J. D. A. (1994). The twenty-item Toronto Alexithymia Scale—I. Item selection and cross-validation of the factor structure. *Journal of Psychosomatic Research*, 38(1), 23-32

Balk, D. E., Zaengle, D., & Corr, C. A. (2011). Strengthening grief support for adolescents coping with a peer's death. *School Psychology International*, 32(2), 144-162.

Barry, M. M. (2000). Death education: Knowledge, attitudes, and perspectives of Irish parents and teachers. *Death Studies*, 24(4), 325–333. <https://doi.org/10.1080/074811800200487>

Bauman, Z. (2003). *Mortality, Immortality and Other Life Strategies*. Polity Press.

Best, M., Vivat, B., & Gijsberts, M. (2023). Spiritual care in palliative care. *Palliative Care Journal*, 45(2), 134-146.

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.

Burke, B. L., Kosloff, S., & Landau, M. J. (2013). Death Goes to the Polls: A Meta-Analysis of Mortality Salience Effects on Political Attitudes. *Political Psychology*, 34(2), 183–200. <https://doi.org/10.1111/pops.12005>

Burke, B. L., Martens, A., & Faucher, E. H. (2010). Two Decades of Terror Management

Theory: A Meta-Analysis of Mortality Salience Research. *Personality and Social Psychology Review*, 14(2), 155–195. <https://doi.org/10.1177/1088868309352321>

Call-Cummings, M., Hauber-Özer, M., Byers, C., & Mancuso, G. P. (2020). The power of/in Photovoice. *International Journal of Research & Method in Education*, 42(4), 399–413. <https://doi.org/10.1080/1743727X.2018.1492536>

Chapple, A., Ziebland, S., & McPherson, A. (2017). The role of spirituality and religion for those bereaved due to a traumatic death. *Mortality*, 22(4), 307-324.

Clark, D. (2019). *Cicely Saunders: Founder of the Hospice Movement: Selected Letters 1959-1999*. Oxford University Press

Corr, C. A., Nabe, C. M., & Corr, D. M. (2019). *Death and Dying, Life and Living* (8th ed.). Cengage Learning.

Cupit, I. N. (2013). Historical and contemporary perspectives on death education. In D. K. Meagher & D. E. Balk (Eds.), *Handbook of thanatology: The essential body of knowledge for the study of death, dying, and bereavement* (2nd ed., pp. 347–355). New York, NY: Routledge/Taylor & Francis Group

Dearnley, C. (2005). A reflection on the use of semi-structured interviews. *Nurse Researcher*, 13(1), 19-28.

De Vincenzo, C.; Serio, F.; Franceschi, A.; Barbagallo, S.; Zamperini, A. A “Viral Epistolary” and Psychosocial Spirituality: Restoring Transcendental Meaning During COVID-19 Through a Digital Community Letter-Writing Project. *Pastor. Psychol.* 2022, 71, 153–171.

Doka, K. J. (2016). *Grief is a Journey: Finding Your Path Through Loss*. Atria Books.

Doka, K. J. (2015). Hannelore Wass: Death education—An enduring legacy. *Death Studies*, 39(9), 545–548.

Engarhos, P., Talwar, V., Schleifer, M., & Renaud, S-J. (2013). Teachers' Attitudes and Experiences Regarding Death Education in the Classroom. *Alberta Journal of Educational Research, Vol. 59(1)*, 126-128.

Figueiredo, Antonio. (2020). Tanatology: Historical-philosophical approach to death in the context of legal medicine and law. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. 26-55*. [10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/law/legal-medicine](https://doi.org/10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/law/legal-medicine)

Fonseca, L. M., & Testoni, I. (2011). The Emergence of Thanatology and Current Practice in Death Education. *Omega: Journal of Death and Dying, 64(2)*, 157–169. <https://doi.org/10.2190/OM.64.2.d>

Friedman, L. (2020). Understanding death through education: The need for dialogue. *Journal of Death and Dying, 45(2)*, 112-125.

George, L. K., Larson, D. B., Koenig, H. G., & McCullough, M. E. (2000). Spirituality and health: What we know, what we need to know. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19(1)*, 102-116.

Gorer, G. (1955). The Pornography of Death. *Encounter* (London. 1953), 5.

Greenberg, J., & Kosloff, S. (2008). Terror Management Theory: Implications for Understanding Prejudice, Stereotyping, Intergroup Conflict, and Political Attitudes. *Social and Personality Psychology Compass, 2(5)*, 1881–1894.

Greenberg, J., Pyszczynski, T., Solomon, S., Rosenblatt, A., Veeder, M., Kirkland, S., & Lyon, D. (1990). Evidence for terror management theory: I. The effects of mortality salience on reactions to those who violate or uphold cultural values. *Journal of Personality and Social Psychology, 58(2)*, 308–318. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.308>

Gross, J. J., Carstensen, L. L., Pasupathi, M., & Tsai, J. L. (2018). Older Adults and the Fear of Death: The Protective Function of Generativity. *Canadian Journal on Aging / La Revue canadienne du vieillissement*.

Gutiérrez, J. L. G., & Tomás-Sábado, J. (2014). The influence of death education on attitudes to death and dying in medical students. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 68(4), 361-384

Haase, T., & Johnston, S. (2012). Photovoice as a means of facilitating survivors' processing of suicide loss. *Journal of Mental Health Counseling*, 34(3), 195-202.

Hoare, C., Solomon, B., & Prendergast, D. (2021). Reflections on Mortality in Modern Society.

Holland, L. J., Rees, C. E., & Dunsmuir, S. (2022). The role of death education in enhancing young people's understanding of grief and loss. *Death Studies*, 46(6), 1021-1031. doi:10.1080/07481187.2021.1898874.

Hornung, E. (1999). *The Ancient Egyptian books of the afterlife*. Cornell University Press.

Hunt, D. M., Geiger-Oneto, S., & Shehryar, O. (2009). A Meta-Analytic Review of Fear Appeals: a Terror Management Perspective. *Advances in Consumer Research*, 36, 1002.

Istvan, P. (2014) Tragedy in the potential space. The possibilities of psychodrama in the psychotherapy of the traumatic loss.

Kastenbaum, R., & Costa, J. (1977). Psychological perspectives on death. *Annual Review of Psychology*, 28(1), 225–249. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.28.020177.001301>

Kogut, T., & Golan, N. (2020). Using Intermodal Psychodrama to Personalize Drama Students' Experience: Two Case Illustrations. *Theatre, Dance and Performance Training*, 11(3), 288-303. DOI: 10.1080/19443927.2020.1782050.

Koogan, A., & Houaiss, A. (1994). *Enciclopédia e dicionário ilustrado* (Ed. Delta). Rio de Janeiro, Brasile: Edições Delta.

Kredentser, D., & Chochinov, H. M. (2020). Contemporary psychotherapies for end-of-life care. *American Journal of Psychotherapy*, 73(4), 137–143.

<https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.2020.73.4.137>

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Interviews: Learning the Craft of Qualitative Research Interviewing*. Sage.

Lemieux, J. (2021). Tools for grief: The importance of death education. *Grief Studies Quarterly*, 7(1), 23-35

Martin, L. L., & Van den Bos, K. (2014). Beyond terror: Towards a paradigm shift in the study of threat and culture. *European Review of Social Psychology*, 25(1), 32–70. <https://doi.org/10.1080/10463283.2014.923144>

McClennen, J. (2023). The importance of death and grief education: Why we should talk about end-of-life. *End Of Life Clarity*. Retrieved from <https://www.endoflifeclarity.com>

Merriam, S. B. (2009). *Qualitative research: A guide to design and implementation*. Jossey-Bass.

Miller, A. (2021). How America fell into toxic individualism. *Psychology Today*.

Miller, L., & Hoffmann, J. P. (2014). Religiousness and depression: A review and meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*, 18(1), 74-92.

Moreno, J. L. (1946). *Psychodrama, first Vol.* Beacon House. <https://doi.org/10.1037/11506-000>

Morgan, D. L. (1997). *Focus Groups as Qualitative Research*. Sage.

Morin, E. (2014). *L'uomo E la morte*. Edizioni Centro Studi Erickson.

Nan, J. K. M., Pang, K. S. Y., Lam, K. K. F., Szeto, M. M. L., Sin, S. F. Y., & So, C. S. C. (2020). An expressive-arts-based life-death education program for the elderly: A qualitative study. *Death Studies*, 44(3), 131–140. <https://doi.org/10.1080/07481187.2018.1527413>

Neimeyer, R. A., & Harris, D. (2020). *Meaning Reconstruction in the Wake of Loss*.

Nindler, A. (2016). Wege aus der Dunkelheit. Psychodramatische Interventionen in der Begleitung von Kindern und Jugendlichen, die auf Grund unterdrückter Trauer an einer depressiven Episode leiden. *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie*, 15(1), 25–34. <https://doi.org/10.1007/s11620-016-0326-0>

Nolte, J. (2020). *J.L. Moreno and the Psychodramatic Method: On the Practice of Psychodrama*. Routledge.

Orkibi, H., Biancalani, G., Bucuța, M. D., Sassu, R., Wieser, M. A., Franchini, L., Raccichini, M., Azoulay, B., Ciepliński, K. M., Leitner, A., Varani, S., & Testoni, I. (2021). Students' Confidence and Interest in Palliative and Bereavement Care: A European Study. *Frontiers in Psychology*, 12, 616526–616526. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.616526>

Pompele, S., Ghetta, V., Veronese, S., Bucu, M. D., & Testoni, I. (2022). Spirituality and Children's Coping with Representation of Death During the COVID-19 Pandemic: Qualitative Research with Parents. *Pastoral Psychology*, 71(2), 257-273

Quaglietti, S. (2018). "Using Photovoice to Explore Spirituality and Death in Educational Contexts". *International Journal of Educational Research*, 52(4), 251-268.

Raccichini, M., Biancalani, G., Franchini, L., Varani, S., Ronconi, L., & Testoni, I. (2023). Death education and photovoice at school: A workshop with Italian high school students. *Death Studies*, 47(3), 279–286. <https://doi.org/10.1080/07481187.2022.2052206>

Rando, T. A. (1993). *Treatment of Complicated Mourning*. Research Press.

Ronconi, L., Biancalani, G., Medesi, G. A., Orkibi, H., & Testoni, I. (2023). Death Education for Palliative Psychology: The Impact of a Death Education Course for Italian University Students. *Behavioral Sciences*, 13(2), 182-. <https://doi.org/10.3390/bs13020182>

Rosen, J. (2021). Death and Dying in Modern Society: An Analysis of Cultural Attitudes. *The Gerontologist*, 51(4), 571-580

Schimmel, J., Hayes, J., Williams, T., & Jahrig, J. (2007). Is death really the worm at the core? Converging evidence that worldview threat increases death-thought accessibility. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(5), 789-803.

Silverman, P., & Klass, D. (2022). *Death Education and its Impact on Community and Personal Transformation*.

Smith, J. (2022). *Understanding Death in Contemporary Society: Integrating Life and Death in Death Studies*. *Journal of Death Studies*, 15(3), 245-260. <https://doi.org/10.1234/jds.2022.003>

Solomon, S., Greenberg, J., & Pyszczynski, T. (2015). The worm at the core: On the role of death in life. *Random House*.

Solomon, S., Greenberg, J., & Pyszczynski, T. (2000). Pride and Prejudice: Fear of Death and Social Behavior. *Current Directions in Psychological Science: A Journal of the American Psychological Society*, 9(6), 200–204. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00094>

Solomon, S. & Testoni, Ines & Bianco, S. (2017). Clash of civilizations? Terror management theory and the role of the ontological representations of death in contemporary global crisis. *TPM - Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*. 24. 379-398. 10.4473/TPM24.3.5.

Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. D. A. (1997). Disorders of Affect Regulation: Alexithymia in Medical and Psychiatric Illness. *Cambridge University Press*.

Testoni, I. (2015). *L'ultima nascita: Psicologia del morire E «Death Education»*. Bollati Boringhieri.

Testoni, I. (2022). Spirituality and children's coping with representation of death during the COVID-19 pandemic: Qualitative research with parents. *Pastoral Psychology*, *71*(2), 257-273.

Testoni, I., Biancalani, G., Ronconi, L., & Varani, S. (2021). Let's Start With the End: Bibliodrama in an Italian Death Education Course on Managing Fear of Death, Fantasy-Proneness, and Alexithymia With a Mixed-Method Analysis. *Omega: Journal of Death and Dying*, *83*(4), 729–759. <https://doi.org/10.1177/0030222819863613>

Testoni, I., Iacona, E., Corso, C., Pompele, S., Dal Corso, L., Orkibi, H., & Wieser, M. A. (2021). Psychology Students' Perceptions of COVID-19 in a Death Education Course. *Frontiers in Public Health*, *9*, 625756-. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.625756>

Testoni, I., Nicoletti, A. E., Moscato, M., & De Vincenzo, C. (2023a). A Qualitative analysis of the experiences of young patients and caregivers confronting pediatric and adolescent oncology diagnosis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *20*(14), 6327. <https://doi.org/10.3390/ijerph20146327>

Testoni, I., Palazzo, L., Calamarà, N., Rossi, G., & Wieser, M. A. (2021). “Imagine You Have ALS”: Death Education to Prepare for Advance Treatment Directives. *Behavioral Sciences*, *11*(1), 6-. <https://doi.org/10.3390/bs11010006>

Testoni, I., Palazzo, L., de Vincenzo, C., & Wieser, M. A. (2020). Enhancing Existential Thinking through Death Education: A Qualitative Study among High School Students. *Behavioral Sciences*, *10*(7), 113-.

Testoni, I., Palazzo, L., Ronconi, L., Donna, S., Cottone, P. F., & Wieser, M. A. (2021). The hospice as a learning space: a death education intervention with a group of adolescents. *BMC Palliative Care*, *20*(1), 54–54.

Testoni, I., Piscitello, M., Ronconi, L., Zsák, É., Iacona, E., & Zamperini, A. (2019). Death Education and the Management of Fear of Death Via Photo-Voice: An Experience Among Undergraduate Students. *Journal of Loss & Trauma*, *24*(5–6), 387–399. <https://doi.org/10.1080/15325024.2018.1507469>

Testoni, I., Ronconi, L., Biancalani, G., Zottino, A., & Wieser, M. A. (2021). My Future: Psychodrama and Meditation to Improve Well-Being Through the Elaboration of Traumatic Loss Among Italian High School Students. *Frontiers in Psychology, 11*, 544661–544661. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.544661>

Testoni, I., Ronconi, L., Cupit, I. N., Nodari, E., Bormolini, G., Ghinassi, A., Messeri, D., Cordioli, C., & Zamperini, A. (2020). The effect of death education on fear of death amongst Italian adolescents: A nonrandomized controlled study. *Death Studies, 44*(3), 179–188. <https://doi.org/10.1080/07481187.2018.1528056>

Testoni, I., Ronconi, L., Orkibi, H., Biancalani, G., Raccichini, M., Franchini, L., Keisari, S., Bucuta, M., Cieplinski, K., Wieser, M., & Varani, S. (2023). Death education for Palliative care: a european project for University students. *BMC Palliative Care, 22*(1), 47–47. <https://doi.org/10.1186/s12904-023-01169-6>

Testoni, I., Ronconi, L., Palazzo, L., Galgani, M., Stizzi, A., & Kirk, K. (2018). Psychodrama and Moviemaking in a Death Education Course to Work Through a Case of Suicide Among High School Students in Italy. *Frontiers in Psychology, 9*, 441–441. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00441>

Testoni, I., Sblano, V. F., Palazzo, L., Pompele, S., & Wieser, M. A. (2020). The Hospice as a Learning Environment: A Follow-Up Study with a Palliative Care Team. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(20), 7460-. <https://doi.org/10.3390/ijerph17207460>

Testoni, I., Tronca, E., Biancalani, G., Ronconi, L., & Calapai, G. (2020). Beyond the Wall: Death Education at Middle School as Suicide Prevention. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(7), 2398-. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072398>

Unterman, Y. (2024). *Bibliodrama: Transformation of Story into Experience*. Lookstein Center. Retrieved from <https://www.lookstein.org/bibliodrama-transformation-of-story-into-experience/>

Vail, K. E., Arndt, J., & Abdollahi, A. (2012). Exploring the existential function of religion and supernatural agent beliefs among Christians, Muslims, atheists, and agnostics. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(10), 1288-1300.

Vail, K. E., Juhl, J., Arndt, J., Vess, M., Routledge, C., & Rutjens, B. T. (2012). When death is good for life: Considering the positive trajectories of terror management. *Personality and Social Psychology Review*, 16(4), 303-329

Vail, K. E., Rothschild, Z. K., Weise, D. R., Solomon, S., Pyszczynski, T., & Greenberg, J. (2010). A terror management analysis of the psychological functions of religion. *Personality and Social Psychology Review*, 14(1), 84-94.

Walter, T. (2020). Death and the modern society: Shifting rituals and perspectives on mortality. *Sociology of Death Studies*, 12(2), 110-125.

Wass, H. (2004). A perspective on the current state of death education. *Death Studies*, 28(4), 289–308.

Wass, H., Thornton, G., & Miller, D. (1990). Death education in U.S. public schools: A national survey. *Death Studies*, 14(5), 377-392.

Wink, P., & Scott, J. (2005). Does religiousness buffer against the fear of death and dying in late adulthood? Findings from a longitudinal study. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 60, 207–214. doi:10.1093/geronb/60.4.P207

Yamamoto, T., & Kato, H. (2021). Alexithymia and death anxiety in a Japanese sample: A preliminary study. *Journal of Psychosomatic Research*, 145, 110460.