

La terapia del lutto complicato: basi teoriche, struttura ed evidenze empiriche a supporto dell'efficacia dell'intervento

Emanuele Giraldi ¹, Luigi Lombardo², Italo Penco ², Carlo Lai ¹

1. Dipartimento di Psicologia Dinamica, Clinica e Salute, Sapienza Università di Roma

2. Centro di Cure Palliative, Fondazione Sanità e Ricerca, Roma

Riv It Cure Palliative 2024; 26(4):217-223 | DOI 10.1726/4384.43823

Riassunto. La perdita di una persona cara rappresenta un'esperienza dolorosa e una delle sfide psicosociali più complesse da affrontare nella vita. La maggior parte degli individui dispone di adeguate risorse al fine di elaborare fisiologicamente un lutto e di riadattarsi lentamente ad una vita senza il proprio caro. Tuttavia, in una significativa percentuale di individui il processo di elaborazione del lutto rimane bloccato e le manifestazioni intense e dirompenti legate all'iniziale reazione ad una perdita tendono a prolungarsi e amplificarsi, fino all'insorgenza di un disturbo da lutto prolungato. In questi casi è necessario che i clinici siano in grado di riconoscere e trattare adeguatamente i sintomi specifici della condizione clinica. L'obiettivo dell'articolo è di descrivere le basi teoriche e la struttura della "terapia del lutto complicato", approfondendo nello specifico le evidenze empiriche che ne hanno dimostrato l'efficacia nel trattare il disturbo da lutto prolungato. Si configura come un intervento psicologico strutturato organizzato in 16 sessioni, che si basa sui modelli teorici del lutto elaborati dalla Teoria dell'attaccamento e dal modello del processo duale e che integra al suo interno tecniche e strategie terapeutiche derivanti dalla terapia cognitivo comportamentale, dalla psicoterapia interpersonale e dall'intervista motivazionale. Lo scopo principale dell'intervento è quello di affrontare sia le complicazioni legate all'accettazione della perdita che di favorire un'adeguata riorganizzazione della vita in assenza del defunto. Ad oggi risulta essere uno degli interventi psicologici d'elezione nel trattare i sintomi da lutto prolungato, grazie ai numerosi studi che ne hanno dimostrato l'efficacia a livello empirico.