COMUNICATO STAMPA

Insieme nell'esperienza del lutto: il percorso di gruppo che prosegue dal 2022

La condivisione del dolore per affrontare insieme la sofferenza

Monza, 29 luglio 2025 – Prosegue all'interno del Consultorio Familiare di via Boito a Monza l'attività "Non da soli nell'esperienza del lutto", nata dal desiderio di offrire a chi ha subito una perdita significativa, la possibilità di condividere la propria esperienza all'interno di un gruppo, pensato come luogo sicuro, accogliente e spazio di incontro.

L'obiettivo è quello di favorire il confronto e l'espressione delle emozioni, in un contesto di ascolto e supporto reciproco. Il gruppo è condotto dalla dott.ssa Patrizia Zanotti, psicologa psicoterapeuta esperta sul tema, responsabile del Servizio Consultoriale.

Quest'anno il gruppo ha scelto di condividere il momento di chiusura per la pausa estiva attorno al tiglio piantato da una famiglia monzese all'interno del parco della Villa Reale, in ricordo del figlio scomparso improvvisamente in giovane età.

In questa occasione ognuno ha ricordato il proprio familiare defunto con il quale o la quale continua ad esserci un dialogo.

Insieme si è parlato del gruppo come di un luogo di forza ed energia vitale che, attraverso la condivisione del dolore, ha reso possibile dare un significato al lutto.

"Il gruppo - riferisce la dott.ssa Zanotti - è attivo dal 2022. I partecipanti si incontrano con cadenza quindicinale, il giovedì dalle 16.30 alle 18, presso la sede del Consultorio Familiare di via Boito a Monza. La composizione del gruppo è omogenea per tematica, ma eterogenea dal punto di vista generazionale e della tipologia di perdita: alcuni partecipanti hanno vissuto la morte di un coniuge, di un compagno o di un genitore, altri invece hanno affrontato perdite meno "fisiologiche", come quella di un figlio in giovane età. Il dolore del lutto non è, di per sé, una condizione patologica. La sofferenza che ne deriva non è automaticamente segno di disagio psichico, ma può diventarlo se non trova spazio di espressione. Ed è proprio

questo l'obiettivo del gruppo: dare voce al dolore, condividerlo e favorire un processo di significazione della perdita".

Sono circa cinquanta le persone che, in questi anni, hanno chiesto aiuto e preso parte al gruppo. Alcune di loro hanno anche usufruito di un percorso individuale di sostegno psicologico.

Il gruppo è tuttora attivo. Per partecipare è possibile contattare il Consultorio Familiare scrivendo all'indirizzo consultorio.boito@irccs-sangerardo.it.