

Dott.sa Patrizia Scanu, docente di Scienze umane, psicologa clinica e Gestalt counsellor (libera professionista)

Titolo del contributo:

**Il potenziale trasformativo della narrativa sulle esperienze di pre-morte (NDE):
parlare della morte con gli adolescenti**

ABSTRACT

Il potenziale trasformativo della narrativa sulle esperienze di pre-morte (NDE): parlare della morte con gli adolescenti

Il potenziale trasformativo delle NDE è unanimemente rilevato dalla ricerca scientifica. Partendo da un modello originale di interpretazione neurologica delle NDE come processo di progressiva sottrazione di “energia neurologica” lungo il SNC, esposto in un precedente articolo (Milanesio e Scanu, 2012), e in riferimento alle ricerche di Pim Van Lommel, che illustrano l’aumento di consapevolezza nelle NDE in concomitanza con l’assenza di attività cerebrale, il presente articolo propone di utilizzare l’ipotesi neurologica suggerita come filo conduttore di una narrazione sul processo del morire agli adolescenti, per venire incontro ad una loro esigenza di conoscenza. Riferisce inoltre i risultati di un intervento didattico basato sulla narrativa NDE che ha mostrato di ridurre la paura e i pensieri di morte ed ha prodotto una visione più serena e positiva della vita e della morte, con un’accresciuta consapevolezza e un’espansione del sé.

Parole-chiave: NDE, pre-morte, adolescenti e morte, SNC, paura della morte, tabù della morte, coscienza

The transformative potential of narration about Near Death Experiences (NDE): talking about death with teenagers

The transformative potential of NDE is unanimously noticed by scientific research. This article proceeds from an original model of neurological interpretation of NDE as a process of progressive subtraction of “neurological energy” throughout the CNS, as exposed in a previous article (Milanesio and Scanu, 2012). It follows Dr. Pim Van Lommel’s research in the Netherlands, which showed increased awareness in NDE during brain activity absence, and proposes to use the suggested neurological hypothesis as a thread for a narration about dying process with teenagers, in order to meet their knowledge demand about this matter. It recounts too the results of an educational intervention based on the NDE narration, which showed a reduction of fear and death thoughts and elicited a more peaceful and positive concept of life, with an increased awareness and an expansion of self.

Key-words: NDE, near-death, teenagers and death, CNS, fear of death, death taboo, consciousness

Come sa chiunque abbia percorso almeno una parte della ormai vasta letteratura sulle esperienze di pre-morte (NDE), uno degli aspetti più difficili da spiegare sulla base delle ipotesi tradizionali in ambito medico e psicologico, ovvero quelle che ritengono le NDE un effetto dell'anossia o di un'allucinazione, è l'enorme cambiamento che avviene nelle persone che ne fanno esperienza diretta. Moody (1975) scrive: "Se le NDE presentano alcune differenze, tutte però possiedono il potere di trasformare le persone in cui si osservano. Sono già vent'anni che studio la NDE ed aspetto sempre di incontrarne una che non abbia provocato un cambiamento potente e positivo nella vita del soggetto".

Per molti, la NDE è un'esperienza talmente piacevole che non vogliono ritornare. Sono in genere furiosi contro i medici che li richiamano alla vita. Una volta tornati, vivono una vera e propria trasformazione di sé, riassumibile nei seguenti fattori:

- *una "incomunicabilità"*: tutti coloro che hanno vissuto queste esperienze dicono che la loro visione non si può raccontare con parole "umane", che niente, nella vita normale, può essere comparato a quanto essi hanno vissuto. Questo fatto può talora produrre un disagio che richiede un intervento psicoterapeutico;

- *la scomparsa della paura della morte*: i ricercatori sono unanimi nel riportare questo aspetto in primissimo luogo: tutti i soggetti che hanno vissuto un'esperienza di pre-morte presentano al loro "ritorno" una liberazione totale da questa angoscia atavica. Ciò non significa assolutamente che desiderino morire. Al contrario, trovano la vita molto più ricca e più bella. Alcuni, perfino, dichiarano di aver un sentimento molto netto di "cominciare finalmente a vivere". Spesso superano la paura con la conoscenza che hanno acquisito dell'assenza di qualsiasi sofferenza agonica e con la consapevolezza di sapere "dove vanno a finire";

- *un sentimento di amore traboccante e una presa di coscienza dell'importanza dell'amore*: l'amore incondizionato di cui parlano tutti sarebbe ineffabile. Le persone che hanno vissuto questa esperienza tornano persuase che l'amore è la cosa più importante della vita; secondo quanto riferiscono, è la ragione per cui siamo in questo mondo. Questa presa di coscienza trasforma il loro comportamento. Molti affermano di aver raggiunto una maggiore accettazione di sé, una maggiore compassione per gli altri e una maggiore sensibilità per la natura. Diventano più altruisti, tolleranti e disponibili ad occuparsi degli altri. Il processo di cambiamento *non* si verifica con paragonabile intensità nei sopravvissuti all'arresto cardiaco che non hanno fatto esperienza di una NDE (Van Lommel, 2007) ed è unanimemente rilevato in tutti gli studi sulle NDE (Ring, 1984; Grey, 1985; Atwater, 2001; Sutherland, 1992; Morse, 1990; Fenwick, Fenwick, 1997; Ring, Elsaesser-Valarino, 1998).

- *un risveglio spirituale ed intellettuale*: Al loro "ritorno", questi soggetti si ritrovano trasformati sul piano spirituale. La loro spiritualità si fa più interiore e profonda e meno formale o settaria. I non credenti danno testimonianza della comparsa di una spiritualità sicura che li illumina e li spinge ad approfondire. Molti si mettono a studiare le opere di sapienti e mistici. Poiché esiste un risveglio intellettuale correlativo, non è

raro vederli riprendere i loro studi o intraprenderne di nuovi, non per il solo piacere di conoscere, ma per bisogno di "completarsi". La trasformazione profonda del senso di sé e della vita sembra essere il segno distintivo più importante delle NDE, al punto che i suoi effetti positivi si riscontrano anche nei soggetti che, magari da bambini, hanno vissuto una NDE e non ne conservano il ricordo (Van Lommel, 2007). Alcune persone si ritrovano con nuove doti di intuizione, di guarigione e di chiaroveggenza.

La straordinaria chiarezza e complessità di una NDE non sembrano compatibili con la confusione e con l'amnesia pre- e post- danno cerebrale (Van Lommel, 2006), tanto più che le NDE si verificano anche in persone perfettamente integre, per esempio durante una meditazione profonda. Interpretando il processo del morire sulla base dell'ipotesi neurologica esposta dal dottor Milanesio (Milanesio, Scanu, 2012), si apre la strada alla *possibilità* che la coscienza possa sussistere senza il corpo (Van Lommel, 2001, 2006, 2007) e che il cervello costituisca, per così dire, la *prigione* e l'*antenna della coscienza*, nel senso che sembra costituirne il limite, necessario ma gravoso, in un universo tridimensionale e insieme una sorta di *orizzonte dell'esperienza possibile* della coscienza (una condizione di possibilità, in senso kantiano) in rapporto ad un corpo fisico. Tuttavia, la coscienza di per sé sembrerebbe infinita, eterna e non-locale. Il materialismo metafisico sembrerebbe perciò inadatto a dare spiegazioni soddisfacenti delle NDE.

Partendo da questa base teorica, abbiamo ipotizzato che le NDE, esperienze quanto mai dense e ricche di implicazioni per ogni essere umano, potessero costituire il contenuto di una *narrazione sulla morte*. Jerome Bruner (1995) ha sottolineato il valore fondamentale della narrazione nella costruzione del mondo e del sé, che si sviluppa dando significato agli eventi. *Dare forma narrativa ad un percorso scientifico* utilizzando come filo conduttore l'ipotesi neurologica ci è sembrato una valida modalità di accesso al tema della morte. Nella prospettiva di una collaborazione professionale tra insegnante/psicologo e medico, abbiamo pensato ad almeno due possibili applicazioni psicoeducative della narrazione delle NDE: con le persone prossime alla morte e i loro cari e con gli adolescenti. Della prima ricerca ha parlato il dottor Milanesio nel suo intervento. Da questa prima esperienza, abbiamo tratto la convinzione che il cambiamento emotivo e nel senso di sé che si produce nelle NDE (Wilde, Murray, 2009) possa estendersi almeno in parte anche a chi ne viene reso partecipe: agli anziani, ai parenti del morente, agli operatori professionali che se ne prendono cura.

Ma poi abbiamo pensato che chiunque potesse trarre qualcosa di positivo dalla narrativa sulle NDE. Abbiamo perciò utilizzato l'ipotesi neurologica sulle NDE come punto di partenza di un percorso psicoeducativo sul tema della morte con gli adolescenti (15-19 anni). La nostra è infatti una società che percepisce la morte come un tabù. Non è sempre stato così nel passato: secondo lo storico francese Philippe Ariès, "La morte, un tempo così presente, tanto era familiare, si cancella e scompare. Diventa oggetto di vergogna e di divieto". (Ariès, 1975; cfr. anche Kübler-Ross, 1969 e Vovelle, 1983).

La morte è diventata un tabù perché fa paura: è ripugnante perché è associata alla decomposizione del corpo e fa paura perché è l'ignoto per eccellenza: di essa ignoriamo il *che cosa*, il *come* e il *quando*; fa paura perché è associata al dolore della perdita di chi amiamo, perché temiamo di soffrire, perché ci sentiamo soli e inermi e soprattutto genera angoscia perché è la *nostra* morte, la minaccia del totale annientamento della coscienza.

Molte riflessioni antiche e moderne propongono la preparazione alla morte come uno dei compiti della filosofia e della religione. La morte è così presente e palpabile che sarebbe stolto non essere pronti quando arriverà. Nelle società occidentali odierne, invece, non ci si prepara alla morte. Sembra un evento remoto, che riguarda gli altri, non noi. In un orizzonte materialista, la morte rappresenta la minaccia suprema e va esorcizzata continuamente. La morte è diventata oscena, immonda, innominabile.

La difficoltà degli adulti ad accettare la morte rende difficile agli adolescenti trovare degli interlocutori validi con i quali confrontarsi. Nell'adolescenza, il cervello (la corteccia frontale) matura e diventa capace di pensare al futuro. Si fa strada l'idea della morte come della *propria* morte. La morte – benché angosciante – esercita un fascino sugli adolescenti, il fascino dell'ignoto. Ciò che fa paura stimola il bisogno di padroneggiare la paura; ciò che respinge, attrae anche. La morte viene talvolta *sfidata*. I comportamenti a rischio degli adolescenti – guida pericolosa, diete mortali, consumo di sostanze, pensieri di morte e di suicidio - spesso portano con sé il bisogno di superare l'angoscia, di non sentirsi impotenti. Esprimono un bisogno di controllo su qualcosa di inafferrabile (Bonino, Cattelino, Ciairano, 2003).

Gli adolescenti, secondo alcune ricerche (per esempio Pollo, 2004), *desiderano* parlare della morte. La realtà della morte in adolescenza prende talvolta la forma del suicidio, della fantasia suicidaria e di autoannientamento, del lutto per la morte di un coetaneo, di un animale amato o di una persona cara, della malattia che conduce alla morte (lutto anticipatorio: Vendramini, 2007). La morte di un bambino o di un adolescente nella nostra società è la morte più oscena di tutte, la più incomprensibile. Eppure, non può essere ignorata né cancellata.

Occorre dunque trovare un modo per parlare della morte che non sia quello di esorcizzarla, di negarla, di drammatizzarla, di associarla ad una tragedia irreparabile. La morte è una tappa fondamentale della vita; imparare ad accettare della morte fin dall'adolescenza potrebbe perciò costituire un'importante *life skill*. La rimozione piena di paura degli adulti non aiuta i ragazzi ad affrontare l'angoscia e l'attrazione della morte, che, come so per esperienza professionale, è molto presente nella mente degli adolescenti.

Quale rappresentazione hanno gli adolescenti della morte? Una ricerca del pedagogista Mario Pollo (2004) rileva che l'87,3% degli adolescenti afferma di essersi confrontato con il tema della morte; non sembra così diffusa dunque la rimozione della morte. Solo il 6,7% degli adolescenti interpellati afferma di credere che dopo la morte non ci sia nulla. Un numero uguale dice di nutrire dubbi su una vita oltre la morte. Il 22,7%

afferma di credere che la morte sia solo un passaggio verso l'aldilà. Il 3,6% degli adolescenti dice di aver pensato al suicidio. Il 21,3% degli adolescenti afferma di aver paura della morte, mentre il 17,3 afferma di essere sereno al riguardo.

Con il dottor Milanese, ho pensato che si potesse parlare della morte ad un gruppo di adolescenti ad alcune condizioni:

- Che fosse una loro esigenza e non un argomento imposto dall'insegnante;
- Che fosse una modalità laica e non impositiva di presentare l'argomento;
- Che avesse un taglio scientifico e non religioso o ideologico;
- Che coinvolgesse le loro emozioni senza sconvolgerli;
- Che lasciasse la porta aperta alle loro riflessioni ed esperienze.

Consapevoli della delicatezza e insieme dell'importanza centrale che questo tema ha nello sviluppo equilibrato della personalità dei giovani, abbiamo proposto insieme a quattro classi di liceo (una seconda, due terze e una quarta) di trattare il tema della morte partendo dalle attuali ricerche neuroscientifiche e presentando l'ipotesi neurologica sulle NDE. L'accoglienza dell'argomento è risultata unanime e calorosa. L'intervento – della durata di tre ore – ha previsto la visione di un documentario di circa un'ora (*La vita oltre la vita*) sulle testimonianze di persone che hanno vissuto esperienze di pre-morte, raccolte dal dott. Raymond Moody (1975, 1977), e la presentazione dell'ipotesi neurologica sulla morte dai noi proposta, con riferimenti alla filosofia, all'arte, alla letteratura e all'antropologia della religione, seguita da domande e interventi dei ragazzi. Il risultato – inatteso – è stato, oltre ad un coinvolgimento intensissimo dei ragazzi, un prolungamento della discussione con parecchi insegnanti, anche non presenti all'incontro, per diversi giorni dopo l'intervento. Il lavoro successivo, da me condotto nella forma del *counseling* di gruppo di modello gestaltico, ha portato alla luce vissuti, emozioni, pensieri e inquietudini sul tema della morte e a riflessioni comuni sul senso della vita, che era l'obiettivo principale del progetto. Un poster ha riassunto i pensieri e le emozioni dei ragazzi rispetto alla morte. Il questionario finale ha confermato il significato esistenziale che gli allievi hanno assegnato al percorso educativo e le emozioni positive che lo hanno accompagnato.

L'ipotesi che ha guidato la costruzione del questionario è che il potenziale di trasformazione esistenziale testimoniato dalle persone che hanno vissuto una NDE possa riflettersi, almeno in parte, anche su chi ne sente parlare, soprattutto se ne viene presentato il valore scientifico. Abbiamo inoltre ipotizzato che la narrazione della NDE e dell'ipotesi neurologica che sosteniamo sia in grado di modificare il vissuto emozionale della morte negli adolescenti nel senso di una diminuzione della paura e dei pensieri di morte e

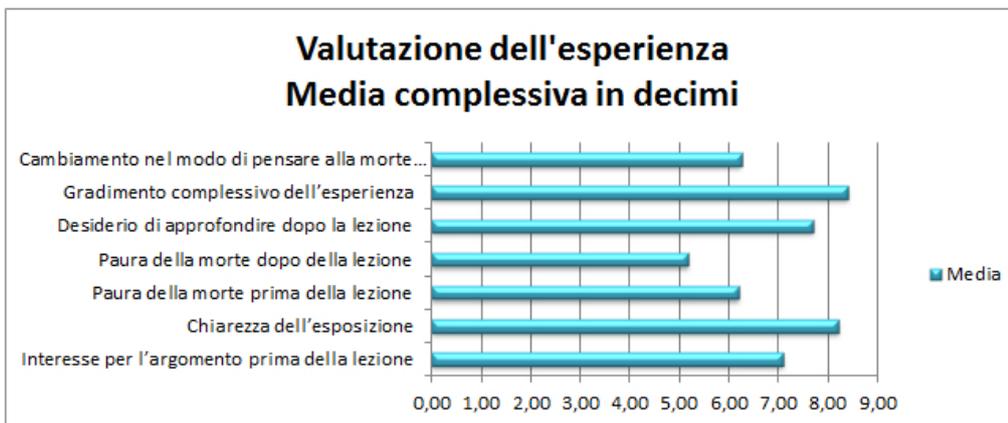
di un aumento di altri effetti positivi, quali il desiderio di conoscenza e di approfondimento, la consapevolezza, la riflessione sul senso della vita, l'empatia e l'attenzione agli altri, la voglia di progettare, il senso di responsabilità e di impegno, il desiderio di parlare della morte. Abbiamo anche ipotizzato che per i ragazzi l'esperienza sia stata significativa e gradita e che ne avrebbero voluto parlare con altri (coetanei e adulti).

Poiché il lavoro non era stato pensato come una ricerca, ma come un intervento didattico, il questionario, somministrato a distanza di due mesi e mezzo (per le classi seconda e quarta) e di un mese dall'intervento (per le classi terze), non ha potuto rilevare il cambiamento tra prima e dopo la lezione se non in modo retrospettivo, ma ha permesso la misurazione a distanza di tempo degli effetti. I risultati sono stati comunque inattesi e sorprendenti.

Il campione sottoposto al questionario è di 68 alunni, 59 femmine e 9 maschi, allievi del Liceo delle Scienze sociali di Alba (CN); 5 sono disabili; 12 su 80 erano assenti alla lezione o alla compilazione del questionario. Il questionario è stato somministrato in classe, in orario scolastico (per la compilazione sono necessari circa 15 minuti).

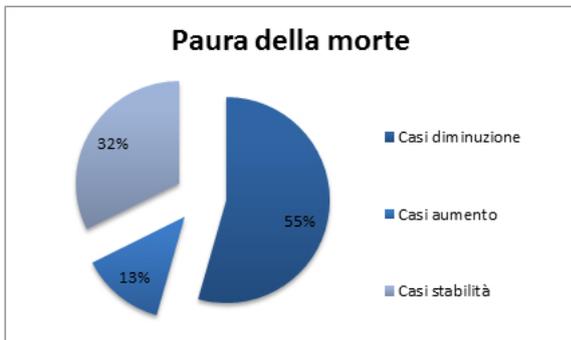
Dal questionario risulta che il 57% degli allievi aveva già sentito parlare di NDE prima della lezione; due ragazze hanno dichiarato di averne fatto esperienza diretta e una ha accettato di parlarne con noi. Il 10% ha sentito raccontare di una NDE da parenti, familiari o amici. La percentuale di ragazzi con esperienza di NDE rispetto al totale del campione considerato (2,9%) appare leggermente inferiore ai dati sull'incidenza del fenomeno sul totale della popolazione raccolti negli USA e in Germania, che fanno una stima del 4,2% circa (Gallup et al., 1982; Schmied et al., 1999). Va comunque considerata la giovane età e l'esiguità del campione. Non ci risultano studi sistematici sull'incidenza di NDE in Italia.

Item	Media (in decimi)	Moda	Mediana	Dev. St.	Range	Distanza interquart.
Interesse per l'argomento <i>prima</i> della lezione	7,09	8,00	8,00	1,70	7,00	2,00
Chiarezza dell'esposizione	8,21	8,00	8,00	1,15	7,00	1,00
Paura della morte <i>prima</i> della lezione	6,21	8,00	7,00	2,62	10,00	3,00
Paura della morte <i>dopo</i> della lezione	5,18	5,00	5,00	2,55	10,00	3,00
Desiderio di approfondire <i>dopo</i> la lezione	7,71	8,00	8,00	1,71	10,00	2,00
Gradimento complessivo dell'esperienza	8,41	8,00	8,50	1,14	5,00	1,00
Cambiamento nel modo di pensare alla morte <i>dopo</i> la lezione	6,25	7,00	7,00	2,40	10,00	3,00



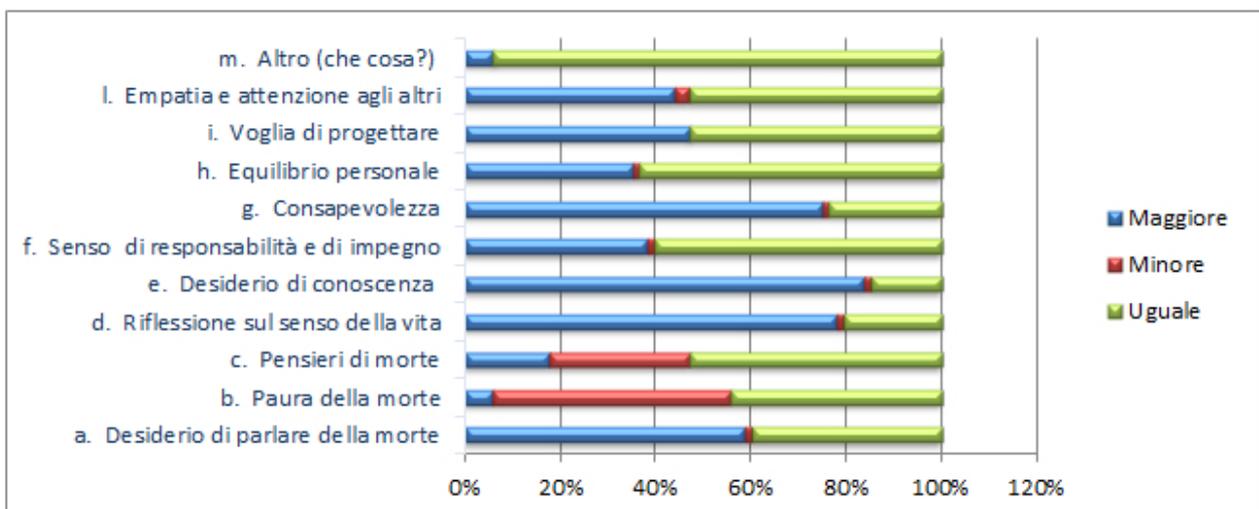
L'interesse per l'argomento *prima della lezione* ha totalizzato in media 7,09 punti su una scala decimale (più basso nella classe seconda, più alto nella quarta). C'era quindi un certo grado di interesse già al momento della presentazione. La *chiarezza dell'esposizione* è stata valutata in media 8,21 punti su 10. Di notevole interesse la quantificazione della paura della morte prima e dopo l'intervento: *prima dell'intervento la media è di 6,21 e il range 10* (moda: 8; mediana: 7; dev. st. 1,70). Da notare la distribuzione dei punteggi sull'intera scala decimale: la paura della morte sembra essere molto variabile fra gli adolescenti, ma in genere abbastanza elevata. *Dopo l'intervento, la media scende a 5,18 e il range si mantiene a 10*, mentre moda e mediana scendono a 5. La deviazione standard di 2,55 e la distanza interquartilica a 3 segnalano una maggiore dispersione dei punteggi. *La paura della morte diminuisce nel 54,4% dei casi e aumenta nel 13,2%*; negli altri casi (32,4%) resta stabile (che sia alta o bassa). La differenza media fra prima e dopo è di -1,03 punti. *La diminuzione del livello di paura è mediamente di -2,41 punti, con punte di -7*. L'aumento medio è di 2,11 punti; punta massima: 4. Di notevole interesse i punteggi delle due allieve che hanno

vissuto una NDE: conformemente a quanto riferisce la letteratura scientifica, *il livello di paura della morte è minimo (pari a 1) sia prima che dopo la lezione.*



Dopo la lezione appaiono uniformemente molto elevati il *desiderio di approfondire* (media: 7,71; moda: 8; mediana: 8,50; dev. st. 1,71) e il *gradimento complessivo dell'esperienza* (media: 8,41; moda: 8; mediana: 8,50; dev. st.: 1,14).

Molto interessante *la valutazione del cambiamento apportato dall'esperienza*: varia da 0 a 10, con una *media di 6,25* (moda: 7; mediana: 7; dev. st.: 2,40). Solo 2 allievi non hanno rilevato nessun cambiamento. Alla richiesta di indicare la direzione del cambiamento in riferimento a 10 parametri (più uno facoltativo), i ragazzi hanno complessivamente indicato *un aumento* nel desiderio di parlare della morte, nella riflessione sul senso della vita, nel desiderio di conoscenza, nel senso di responsabilità e di impegno, nella consapevolezza, nell'equilibrio personale, nella voglia di progettare, nell'empatia e nell'attenzione agli altri e *una diminuzione* nella paura della morte e nei pensieri di morte, in conformità all'ipotesi iniziale.



Aspetti del cambiamento <i>dopo</i> l'esperienza	Maggiore	Minore	Uguale
a. Desiderio di parlare della morte	59%	1%	40%
b. Paura della morte	6%	50%	44%
c. Pensieri di morte	18%	29%	53%
d. Riflessione sul senso della vita	78%	1%	21%
e. Desiderio di conoscenza	84%	1%	15%
f. Senso di responsabilità e di impegno	38%	1%	60%
g. Consapevolezza	75%	1%	24%
h. Equilibrio personale	35%	1%	63%
i. Voglia di progettare	47%	0%	53%
l. Empatia e attenzione agli altri	44%	3%	53%
m. Altro (che cosa?)	6%	0%	94%

Ci sembra interessante che i cambiamenti riferiti più spesso riguardino, nell'ordine, il desiderio di conoscenza, la riflessione sul senso della vita, la consapevolezza e il desiderio di parlare della morte, mentre gli altri sembrano avere diffusione più limitata, soprattutto il senso di responsabilità e di impegno e l'equilibrio personale. Inoltre, i casi di diminuzione sono assai rilevanti solo per la paura della morte e per i pensieri di morte, mentre risultano irrilevanti negli altri parametri considerati. La diminuzione dei pensieri di morte, soprattutto, ci sembra un dato da considerare con attenzione, in riferimento alla netta diminuzione dei tentativi di suicidio e di ideazione suicidaria nei soggetti che hanno avuto una NDE dopo un tentativo fallito di suicidio, come riportato unanimemente dalla letteratura scientifica sulle NDE. È cioè dimostrato che i suicidi diminuiscono nettamente dopo una NDE; un risultato simile potrebbe *forse* conseguire anche l'intervento educativo che proponiamo. Un'équipe slovena di ricerca sul suicidio giovanile si sta interessando a questa ipotesi come forma di prevenzione del suicidio.

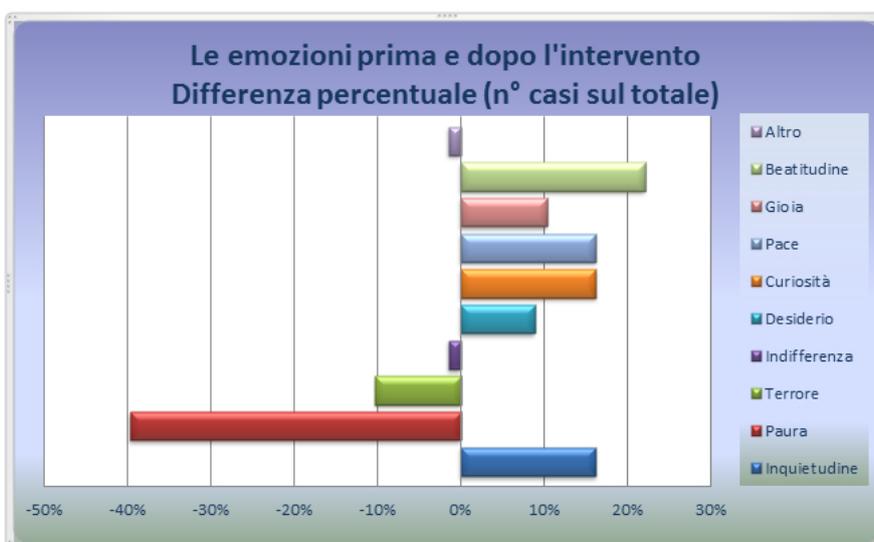
Due domande riguardavano le emozioni connesse al pensiero della morte prima e dopo la lezione. Nove emozioni erano segnalate nel questionario (Inquietudine, Paura, Terrore, Indifferenza, Desiderio, Curiosità, Pace, Gioia, Beatitudine), tre spazi erano lasciati per emozioni aggiunte dai ragazzi. Ciascuno poteva indicarne al massimo 3. Le emozioni negative e positive erano volutamente disposte secondo una gradazione di intensità, per valutare anche la variazione qualitativa dell'emozione. Inoltre, tre emozioni avevano natura più "cognitiva" (Indifferenza, Curiosità, Desiderio) ed erano anch'esse in gradazione.

Emozioni <i>prima</i> dell'intervento	Frequenza assoluta	Frequenza relativa
Inquietudine	4	6%
Paura	43	63%
Terrore	12	18%
Indifferenza	2	3%
Desiderio	2	3%
Curiosità	43	63%
Pace	10	15%
Gioia	0	0%
Beatitudine	2	3%
Altro	4	6%

Emozioni <i>dopo</i> l'intervento	Frequenza assoluta	Frequenza relativa
Inquietudine	15	22%
Paura	16	24%
Terrore	5	7%
Indifferenza	1	1%
Desiderio	8	12%
Curiosità	54	79%
Pace	21	31%
Gioia	7	10%
Beatitudine	17	25%
Altro	3	4%

Le emozioni più spesso riferite prima della lezione erano Paura (63% degli studenti), Curiosità (63%), Terrore (18%); dopo la lezione Curiosità (79%), Pace (31%), Beatitudine (25%). L'inquietudine saliva dal 6% al 22%, mentre la paura precipitava dal 63% al 24% e il terrore dal 18% al 7%: segno che la paura diminuiva sia quantitativamente sia qualitativamente, riducendosi a una più blanda inquietudine.

La stessa variazione, sia quantitativa che qualitativa, risulta anche per le emozioni positive. La gioia, pari a 0 prima della lezione, sale al 10% dopo la lezione; la pace raddoppia dal 15% al 31% e il desiderio sale dal 3 al 12%. Il dato dell'aumento di desiderio sembra associarsi alla forte curiosità: c'è voglia di conoscere e di provare direttamente quanto sappiamo solo indirettamente sulle NDE. Le persone che hanno fatto esperienza della NDE riferiscono assai spesso della nostalgia della luce, della difficoltà a tornare alla vita di tutti i giorni, del desiderio di tornare là, pur nella consapevolezza che questo ritorno non va in alcun modo anticipato volontariamente.



Fra le emozioni aggiunte dagli studenti (timore, rassicurazione, solitudine, rinascita, ansia, liberazione), segnaliamo che l'ultima (liberazione) è stata indicata da una delle due ragazze che ha fatto esperienza

diretta di una NDE all'età di 8 anni ed è stata riferita a prima della lezione: evidentemente non ne aveva bisogno....

La lezione proposta verrebbe consigliata ai coetanei da 67 ragazzi su 68 (99%), in alcuni casi con punti esclamativi ed enfasi. Il 93% dei ragazzi ha parlato dell'esperienza con altre persone (genitori, familiari, amici, insegnanti), segno che li ha coinvolti profondamente ed ha suscitato un gran desiderio di condivisione.

L'ultima domanda era a risposta aperta: gli studenti potevano commentare liberamente, spiegando il significato dell'esperienza didattica per loro. Qui abbiamo constatato la ricchezza, l'entusiasmo e la voglia di capire dei ragazzi. Si sprecano i superlativi; vengono riferiti spesso la curiosità, la voglia di conoscere, la diversa considerazione della morte generata dalla lezione, il cambiamento emozionale, il coinvolgimento nell'esperienza, l'auspicio che tanti altri ragazzi possano fare l'esperienza, il desiderio di vivere meglio e più intensamente, la riduzione della paura di morire, la voglia di approfondire l'argomento, l'utilità dell'approccio scientifico, maggiore serenità e pace, l'utilità nell'accompagnare alla morte una persona cara, la maggiore consapevolezza, la possibilità di parlare di un argomento di cui si parla troppo poco, una diversa scala di valori nella vita, più desiderio di amare il prossimo, l'apertura di orizzonti, la rassicurazione, il fascino dell'ignoto. Un solo commento riferisce che l'esperienza è stata dura ed ha aumentato la paura della morte.

L'intervento didattico è stato ripetuto a dicembre 2012 in due classi quinte del liceo "Solero" di Saluzzo (CN), con esiti analoghi.

Le conclusioni che possiamo trarre da questi dati parrebbero confermare l'ipotesi di partenza: un approccio cauto, rigoroso, non dogmatico e laico, ma anche empatico, rispettoso delle convinzioni religiose ed aperto alla speranza può essere fondamentale per consentire ai giovani una riflessione costruttiva e non reticente sulla morte. La narrativa sulle NDE, costruita sulla base di un rigoroso approccio scientifico all'argomento, può diminuire la paura della morte e i pensieri di morte e generare un cambiamento positivo nelle emozioni associate alla morte e nelle *life skills* dei ragazzi. Questa intuizione aveva spinto anche Cesare Boni e Kicca Campanella a scrivere un libro sulle NDE rivolto ai ragazzi (Boni, Campanella, 2005, 2009²).

Naturalmente, il nostro breve lavoro non dimostra che questo avvenga sempre, né chiarisce del tutto se a generare il risultato sia stata la visione del documentario o la lezione scientifica sulle NDE o la discussione successiva o tutti e tre insieme, come ci sembra più probabile; dai commenti degli studenti, sembrerebbe che l'elemento saliente sia la lezione scientifica; d'altra parte, l'esperienza con le suore riferita dal dottor Milanesio ci conferma il potenziale trasformativo della sola parte scientifica. Per altri aspetti dell'analisi dei

dati e della riflessione critica sul metodo seguito, rimando all'articolo pubblicato dall'Università di Padova (Milanesio, Scanu, 2012).

In ogni caso, ci sembra che le esperienze di pre-morte *possano* costituire un'ottima via di accesso al tema del morire, qualunque sia il significato scientifico che diamo ad esse. Riteniamo perciò che l'esperienza possa costituire il punto di partenza di un organico progetto educativo e un'ipotesi di lavoro ulteriore.

Stiamo lavorando alla stesura di un vero e proprio pacchetto formativo standard sull'argomento, accompagnato da misurazioni pre- e post- evento e da questionari di *follow-up*. Pensiamo infatti che si tratti uno strumento utilissimo per i docenti che desiderino affrontare l'argomento con i loro studenti. Stiamo inoltre pensando a stilare un'intervista strutturata per gli adolescenti che hanno vissuto una NDE sul modello di quella di Greyson (1983, 1985, 1990), oltre ad un modello di intervento di *counseling* psicologico per gli adolescenti che hanno vissuto una NDE e che non trovano spesso persone disposte ad ascoltarli con empatia su un'esperienza tanto privata e indescrivibile, frequentemente foriera di disagio psicologico se non integrata nella vita quotidiana (Greyson, Harris, 1987).

Pensiamo che i dati da noi raccolti suggeriscano altri percorsi di approfondimento sistematico: quali aspetti del tema proposto hanno efficacia nel coinvolgere e nel rasserenare sulla morte? Come pensano gli adolescenti alla morte? Quali sono esattamente gli effetti psicologici che gli adolescenti ricevono da una serena conversazione sul morire? La narrativa NDE può contribuire a prevenire il suicidio in adolescenza? Può migliorare la capacità di gestire le emozioni? Può avere un effetto duraturo sulla vita adulta delle persone che sono esposte ad essa in adolescenza? Può produrre un cambiamento di atteggiamento verso lo studio e verso le difficoltà e gli impegni della vita? Questi cambiamenti sono solo percepiti soggettivamente oppure osservabili oggettivamente? Sono solo a breve o a lungo termine? Crediamo che una ricerca ben condotta, con un campione significativo di soggetti e con metodi diversi (questionari, interviste, misure di atteggiamento, osservazioni) possano darci alcune importanti risposte.

Per contatti: info@patriziascanu.it

Per un'ulteriore bibliografia e materiali di approfondimento: www.patriziascanu.it

Bibliografia:

Ariès, P. (1975). *Essai sur l'histoire de la mort en Occident: du Moyen Age à nos jours*. Paris: Seuil (trad. it. *Storia della morte in Occidente: dal Medioevo ai giorni nostri*, Milano, Rizzoli, 1989).

Atwater, P. M. H. (2001). *Coming back to life: The aftereffects of the Near-death experience* (Rev. ed.). New York: Citadel.

- Boni, C., & Campanella, K. (2005, 2009²). *Vado e torno. La verità della vita e della morte vissuta e raccontata da un ragazzo per i ragazzi e per gli adulti*. Torino: Amrita.
- Bonino, S.; Cattelino, & E.; Ciairano, S. (2003). *Adolescenti e rischio. Comportamenti, funzioni e fattori di protezione* [Adolescents and risk. Behaviours, functions and protective factors]. Firenze: Giunti.
- Bruner, J. (1996). *The culture of education*. Cambridge, MA: Harvard University Press (trad. it. *La cultura dell'educazione. Nuovi orizzonti per la scuola*, Milano: Feltrinelli, 1997).
- Fenwick, P., & Fenwick, E. (1995). *The truth in the light*. London: Headline Book Publishing (trad. it. *La verità nella luce*, Roma: Hermes, 1999).
- Gallup, G., & Proctor, W. (1982). *Adventures in immortality: A look beyond the threshold of death*. New York: McGraw-Hill.
- Grey, M. (1985). *Return from death: An exploration of the Near-death experience*. London: Arkana.
- Greyson, B. (1983). The Near-Death Experience Scale: Construction, reliability, and validity. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 171, 369-375.
- Greyson, B. (1985). A typology of near-death experiences. *American Journal of Psychiatry*, 142, 967-969.
- Greyson, B. & Harris, B. (1987). Clinical approaches to the Near-death experience. *Journal of Near-Death Studies*, 6 (1), 41- 52.
- Greyson, B. (1990). Near-death encounters with and without Near-death experiences: Comparative NDE Scale profiles. *Journal of Near-Death Studies*, 8, 151-161.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. Touchstone: Simon & Schuster (trad. it. *La morte e il morire*, Cittadella, Assisi, 1976).
- Milanesio, M., & Scanu, P. (2012). Le esperienze di pre-morte (NDE): le possibili applicazioni psico-educative di un'ipotesi neurologica [The Near-Death Experiences (NDE): some possible psycho-educational uses of a neurological hypothesis]. *Atti del Congresso Internazionale Dinanzi al morire: percorsi interdisciplinari dalla ricerca all'intervento palliativo. Padova, 6-8 settembre 2012* (a cura di D. Capozza e I. Testoni), Padova: Padova University Press, 149-169.
- Moody, R. (1975). *Life after life*. San Francisco, CA: Harper San Francisco (trad. it. *La vita oltre la vita*, Mondadori, Milano, 1997).

- Moody, R. (1977). *Reflections on life after life*, Harrisburg, PA: Stackpole Books (trad. it. *Nuove ipotesi sulla vita oltre la vita*, Mondadori, Milano, 1998).
- Morse, M. (1990). *Transformed by the light*. New York: Villard Books.
- Pollo, M. (2004). *I labirinti del tempo. Una ricerca sul rapporto degli adolescenti e dei giovani con il tempo* [The labyrinths of time. A research about youngsters and time]. Milano: Franco Angeli.
- Ring, K. (1984). *Heading toward Omega: In search of the meaning of the near-death experience*, New York: Quill William Morrow.
- Ring, K., & Elsaesser-Valarino, E. (1998). *Lessons from the light: What we can learn from the Near-death experience*. New York and London: Insight Books/Plenum.
- Schmied, H., Knoblauch, H., & Schnettler, B. (1999). Todesnäherfahrungen in Ost- und West-deutschland: eine empirische Untersuchung [Near-death experiences in East and West Germany: an empirical study]. In: H. Knoblauch & H. G. Soeffner (Eds.). *Todesnähe: Interdisziplinäre Zugänge zu einem außergewöhnlichen Phänomenon* [Near-death: Interdisciplinary approaches to an extraordinary phenomenon] (pp. 65-99). Konstanz, Germany: Universitätsverlag.
- Sutherland, C. (1992). *Transformed by the light: Life after Near-death experiences*. Sidney, Australia: Bantam Books.
- Van Lommel, P., van Wees, R., Meyers, V., & Elfferich, I. (2001). Near-death experience in survivors of cardiac arrest: A prospective study in the Netherlands. *The Lancet*, 358, 2039–45.
- Van Lommel, P. (2006). Near-death experience, consciousness, and the brain. A new concept about the continuity of our consciousness base on recent scientific research on NDE in survivors of cardiac arrest. *World Futures*, 62, 134-151.
- Van Lommel, P. (2007). *Eindeloos Bewustzijn*, Uitgeverij Ten Have, Kampen (trad. ingl. *Consciousness beyond life. The science of the Near-Death Experience*, HarperCollins, New York, 2010)
- Vendramini, M.T. (2007). *Oltre l'evento. La morte nella relazione educativa* [Beyond the event of dying. Death in the educational relationship]. Milano: Franco Angeli.
- Vovelle, M. (1983; rééd. 2001). *La mort et l'Occident de 1300 à nos jours*. Paris: Gallimard (trad. it. *La morte e l'occidente. Dal 1300 ai giorni nostri*, Laterza, Roma-Bari, 1986).