



Dott.ssa Fausta MARTINO Ph.D.  
Psicologa - Psicogeriatra  
Albo degli Psicologi dell'Emilia-Rmagna sez. A

### Lettera al defunto

Scrivere una lettera alla persona che abbiamo perso, rivolgendosi direttamente a lei, e ripercorrendo la storia di relazione con lei/lui lungo una linea del tempo (nel caso di figura di attaccamento partire dall'infanzia e scandire tutte le tappe evolutive), per salutarla. E' naturale che durante la scrittura lei si attivi emotivamente. Questo aspetto è un elemento fondamentale del lavoro di elaborazione.