



2. Comunicato stampa

„Auto mutuo aiuto, gruppi auto mutuo aiuto, collaborazione con i professionisti nel mondo sociale“

Auto mutuo aiuto

L'auto mutuo aiuto si concretizza nella ricerca delle proprie potenzialità e delle proprie risorse di fronte ad un problema; significa assumersi la responsabilità nel dare una direzione alla propria vita. Nell'auto mutuo aiuto viene avviato un circolo virtuoso, spiega Talseth, da una persona passiva che riceve aiuto ci si può trasformare in un partecipante attivo, capace di dare una linea alla propria vita.

Auto mutuo aiuto significa attivare le risorse utili per fronteggiare una situazione difficile, acquistare fiducia nelle proprie capacità. Esso si fonda sulla responsabilità della persona, che arriva a raggiungere una padronanza di sé.

La filosofia dell'auto mutuo aiuto è il principio sul quale si basa tutta l'attività dei gruppi.

È un'espressione della cittadinanza attiva, che pone al centro gli aspetti psicosociali delle rispettive problematiche. Essa nasce laddove siano presenti persone interessate da un problema e dove vi sia la necessità di trovare una via d'uscita.

Gruppi di auto mutuo aiuto

L'idea di base consiste nel porsi in dialogo con gli altri partecipanti, secondo il motto degli Alcolisti Anonimi „tu solo puoi, ma non lo puoi fare da solo“.

I gruppi di auto mutuo aiuto sono nati laddove, nel corso della storia, un gruppo di persone ha avvertito un bisogno comune e ha riconosciuto questa situazione.

Il 1935 segna la data d'inizio della storia moderna dei gruppi di auto mutuo aiuto, quando negli Stati Uniti venivano fondati i primi gruppi di auto mutuo aiuto per persone alcol dipendenti, gli Alcolisti Anonimi.

Fu un seme gettato che poi porterà molti frutti. In tanti paesi del mondo nacquero vari gruppi di auto mutuo aiuto, per affrontare le problematiche più diverse.





„I gruppi di mutuo aiuto sono tentativi di trarre dalla propria esperienza, assieme ad altri, un sostegno nel percorrere nuove vie e nell'affrontare i propri problemi“ (Klaus Balke).

Le persone che frequentano un gruppo di auto mutuo aiuto scelgono di non affrontare i problemi da soli, bensì con gli altri, cercando con loro la via dell'aiuto reciproco.

I partecipanti del gruppo cercano di trovare insieme una soluzione ai loro problemi personali, o di imparare ad affrontarli meglio. È quasi come intraprendere una strada per uscire dalla propria solitudine, potenziando la propria „competenza sociale“, l'autonomia e l'autoresponsabilità.

Attraverso lo scambio reciproco di esperienze e di informazioni i partecipanti diventano „esperti nel proprio ambito“. E proprio da esperti nella propria problematica trovano da una parte nuove modalità di approccio con la malattia, e dall'altra riescono ad acquistare la capacità di considerare in modo più consapevole le indicazioni specialistiche di un professionista (medico, psicologo...).

L'incontro di gruppo ha dunque lo scopo di aiutarsi reciprocamente a prendere le proprie decisioni e a cercare nuove strategie per la risoluzione dei problemi. Insieme il problema può essere affrontato meglio, ci si incoraggia vicendevolmente nella ricerca di nuovi aspetti della malattia, ci si aiuta a compiere ulteriori passi verso il cambiamento.

La particolarità di un gruppo di auto mutuo aiuto sta nell'autoresponsabilizzazione di tutti i suoi componenti, senza un'esperto che dica cosa c'è da fare, o che se ne assuma la responsabilità.

Tutti i partecipanti rispondono in egual misura del successo del gruppo, ad ognuno viene richiesta una partecipazione attiva.

In un gruppo di auto mutuo aiuto sono presenti due principi, e cioè sia quello dell'auto mutuo aiuto che quello del gruppo, all'interno del quale il problema viene condiviso.

Normalmente i gruppi non sono guidati da un „helper“ professionista, alcuni interpellano comunque gli esperti in casi particolari, per porre interrogativi che richiedono una preparazione specialistica.

L'esperto funge da accompagnatore e il rapporto che si instaura tra le due parti è collaborativo. I gruppi di auto mutuo aiuto lavorano secondo i principi della volontarietà, responsabilità, reciprocità e parità.



Il Servizio per Gruppi di Auto mutuo aiuto

Il Servizio è stato avviato nel 2002 su incarico della Provincia Autonoma di Bolzano ed è attivo presso la Federazione Provinciale delle Associazioni Sociali.

Rappresenta un punto centrale per la diffusione di informazioni rivolte a tutte le persone interessate al tema dell'auto mutuo aiuto; si propone inoltre come struttura che punta al potenziamento, al sostegno e al coordinamento delle attività di auto mutuo aiuto nella provincia di Bolzano. A tale scopo funge da punto di raccolta di informazioni riguardanti le attività avviate sul territorio, come pure le richieste di fondazione di nuovi gruppi. Tra i suoi compiti vi è quindi la rilevazione di nuovi spazi di intervento e di consulenza, la collaborazione con esperti del sociale e della sanità.

Auto mutuo aiuto e professionalità nel lavoro sociale

Una collaborazione tra auto mutuo aiuto e operatori socio-sanitari può nascere laddove si cerca di completarsi e di integrarsi a vicenda.

Ciascuna delle due parti, infatti, dispone di una conoscenza specifica che può essere messa a disposizione. I professionisti, per esempio, sono esperti nelle scienze mediche e sociali, mentre i partecipanti ai gruppi di auto mutuo aiuto hanno avuto la possibilità di ricavare conoscenze precise dalla loro esperienza diretta. Le persone che si trovano a far fronte ad un problema o ad una malattia possono richiedere una consulenza specifica agli operatori, mentre questi ultimi possono indagare con quale approccio la persona affronta il suo problema, come lo vive nella quotidianità.

Per il sistema socio-sanitario quindi l'auto mutuo aiuto rappresenta una risorsa importante, poiché contribuisce al superamento di problematiche gravi o malattie traendo forza dalle proprie energie.

Poiché i partecipanti ai gruppi di auto mutuo aiuto sono "esperti nel proprio ambito", possiedono in sé la potenzialità di diventare "pazienti consapevoli delle proprie risorse", offrendo un apporto significativo a tutto il sistema.

La cooperazione tra gruppi di auto mutuo aiuto ed operatori può concretizzarsi nel momento in cui entrambe le parti puntano allo stesso



obiettivo, quello di ottimizzare il proprio lavoro, servendosi dell'altro al fine di completarsi a vicenda.

Lo scambio effettivo di informazioni ed esperienze contribuisce in modo determinante al raggiungimento di una fattiva collaborazione.

Si può dire di più, una vera cooperazione si fonda sui rapporti personali, sul riconoscimento e la stima dell'altro, sul rispetto delle rispettive posizioni e dei punti forti, e nello stesso tempo sulla tolleranza nei confronti delle singole debolezze.

Attraverso il dialogo tra queste due entità, diverse culturalmente, ognuna di esse può imparare a conoscere e a stimare i principi che stanno alla base dell'azione dell'altro.

Ci troviamo quindi di fronte ad una grande chance: sperimentare e percorrere nuove forme di collaborazione, per sviluppare "modelli innovativi di buona prassi".