



I gruppi di auto mutuo aiuto: una risorsa della comunità

Associazione A.M.A.Castelli

La storia dell'Auto Mutuo Aiuto

1897

Peter Kropotkin, filosofo sociale russo in esilio, scrisse un libro pioneristico dal titolo "Mutual Aid", in cui avanzò la tesi secondo cui la stessa evoluzione della specie umana sarebbe stata impossibile senza l'attitudine degli uomini a "riunirsi" fra loro, di fare corpo comune, di cooperare, di sostenersi reciprocamente di fronte a comuni problemi o pericoli esterni.



Anni
'80

Nascono a Prato i primi gruppi di auto mutuo aiuto nell'ambito della salute mentale.

Anni
'90

Nascono a macchia di leopardo iniziative di mutualità.

Anno
1995

Nasce l'Associazione A.M.A. di Trento.

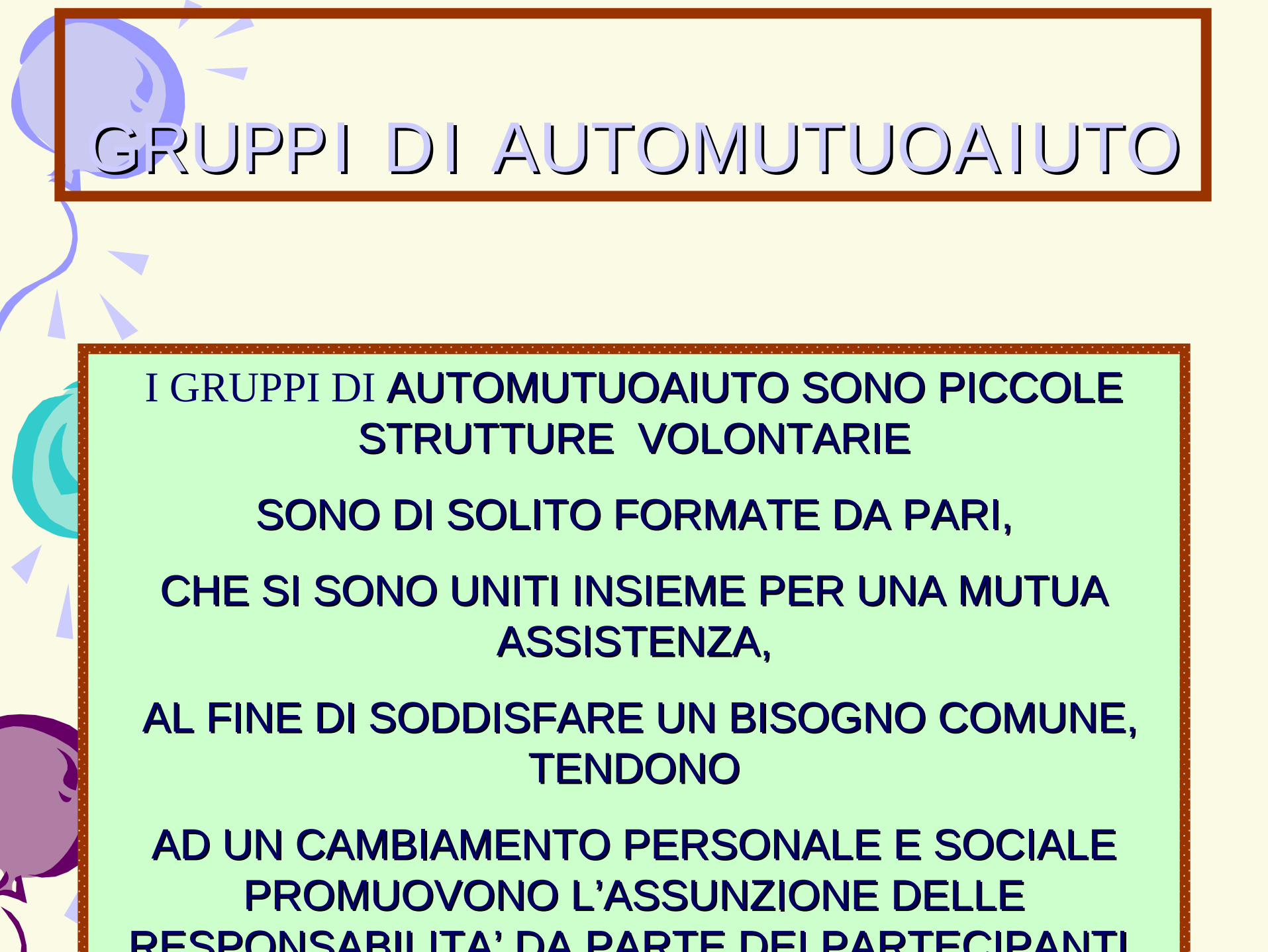




ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SANITA'

SELF-HELP

**PER SELF-HELP SI INTENDONO TUTTE LE
MISURE ADOTTATE DA NON
PROFESSIONISTI PER PROMUOVERE O
RECUPERARE LA SALUTE DI UNA
COMUNITÀ...È UNA RISORSA DELLA
COMUNITÀ**



GRUPPI DI AUTOMUTUOAIUTO

**I GRUPPI DI AUTOMUTUOAIUTO SONO PICCOLE
STRUTTURE VOLONTARIE**

**SONO DI SOLITO FORMATE DA PARI,
CHE SI SONO UNITI INSIEME PER UNA MUTUA
ASSISTENZA,
AL FINE DI SODDISFARE UN BISOGNO COMUNE,
TENDONO**

**AD UN CAMBIAMENTO PERSONALE E SOCIALE
PROMUOVONO L'ASSUNZIONE DELLE
RESPONSABILITA' DA PARTE DEI PARTECIPANTI**



Che cosa sono i gruppi di AUTO MUTUO AIUTO?

"Un momento d'incontro tra persone, singole, in coppia o famiglie, unite da uno stesso problema (dipendenza, stato di bisogno, difficoltà in generale o condizione di vita) per rompere l'isolamento, per raccontarsi le proprie esperienze di vita (gioiose o dolorose), per scambiarsi informazioni e soluzioni, per condividere sofferenze e conquiste con l'obiettivo di riscoprirsi risorsa, non solo per sé, ma per l'intera collettività."

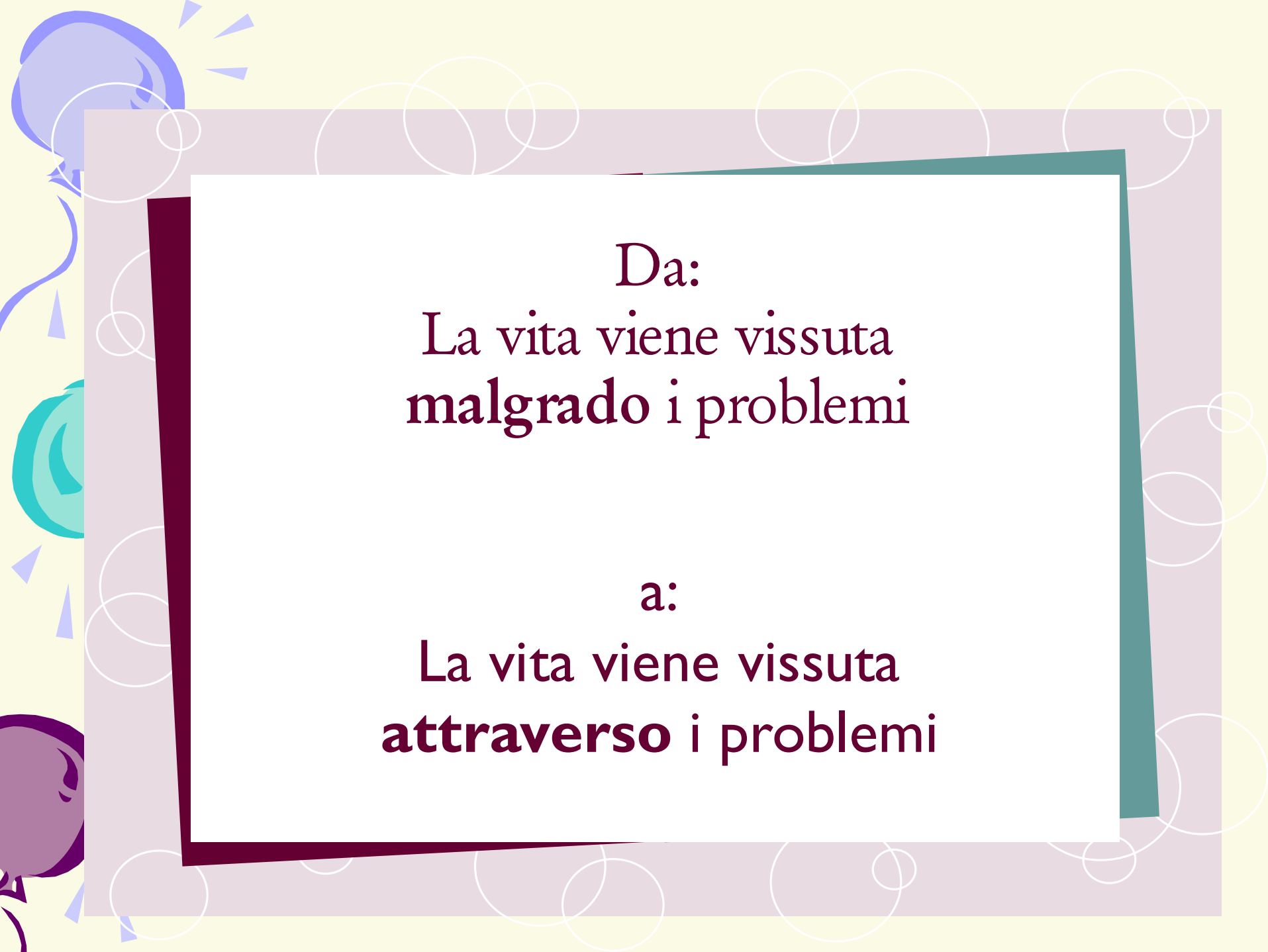
«I gruppi di self-help sono strutture di piccolo gruppo costituiti da pari che si uniscono per reciproca assistenza

, per superare un problema di vita e/o cercare cambiamenti personali o sociali

aiutare gli altri è aiutare se stessi

l'auto muto aiuto si esplica in tre parole chiave:

- a) attivazione**
- b) condivisione**
- c) reciprocità**

The background of the slide is a light yellow color. On the left side, there are three balloons: a blue one at the top, a teal one in the middle, and a purple one at the bottom. Small blue and purple triangular confetti pieces are scattered around the balloons. The central text is enclosed in a white rectangular box with a dark red border. The box is slightly tilted to the right. The text inside the box is in a dark red serif font. The word "malgrado" is in a bolder font than the other words.

Da:
La vita viene vissuta
malgrado i problemi

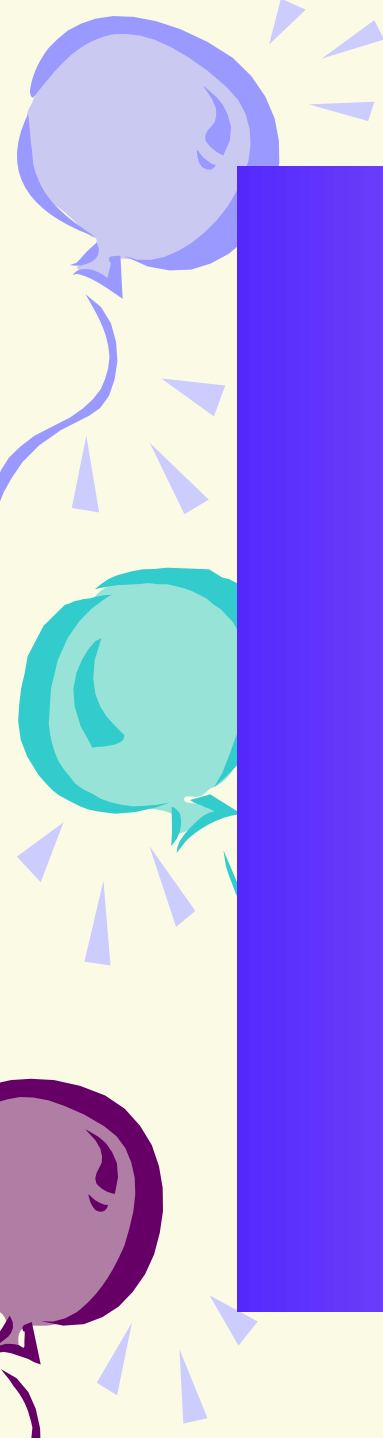
a:
La vita viene vissuta
attraverso i problemi

- 
- “tu solo ce la puoi fare, ma non ce la puoi fare da solo”



Dare e ricevere...

Il vero donare è quando chi
dona è felice come chi
riceve e quando il confine
tra dare e ricevere
svanisce



QUANDO CURI UNA PERSONA

PUOI VINCERE O PERDERE,

QUANDO TI PRENDI CURA

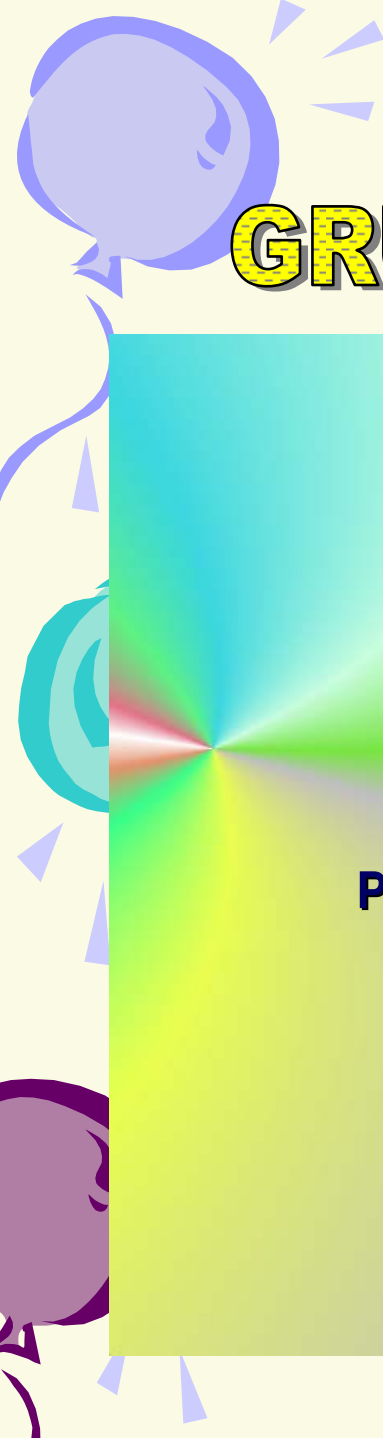
DI TE STESSO O DI QUALCUN ALTRO

PUOI SOLO VINCERE.

(Patch Adams)

**Non chiamatela
clown terapia,
è solo dolcezza.**





GRUPPI DI AUTO MUTUO AIUTO IN TRENTINO

Attivati circa 430 gruppi

33 ambiti applicativi

310 gruppi attivi

Persone coinvolte nei gruppi a.m.a. circa 9500

Più del 2% della popolazione trentina

460.000 abitanti



AMBITI APPLICATIVI

Alcolismo

CLUB ALCOLISTI IN TRATTAMENTO (170)

ALCOLISTI ANONIMI (9)

AL - ANON (4)

FUMO

INSIEME PER NON FUMARE PIU'
(124)



ALIMENTAZIONE

- **DIMAGRIRE INSIEME (42)**
- **DISORDINE ALIMENTARE - anoressia e bulimia (2)**



The background is a light yellow color. On the left side, there are three balloons: a purple one at the top, a teal one in the middle, and a dark purple one at the bottom. Each balloon has a string and small triangular flags. In the center, there is a large blue rectangle with a dark blue border. The title 'SALUTE MENTALE' is written in bold, dark blue, uppercase letters and is underlined. To the right of the rectangle, there is a small blue triangle pointing to the right. At the bottom center, there is a small blue triangle pointing downwards.

SALUTE MENTALE

Depressione - ritroviamo i colori (8)

Familiari disagio psichico (5)

Ansia e disturbi di attacchi di panico (3)

Elaborazione lutto - Oltre il buio (4)

Le voci - allucinazioni uditive (1)

ALTRI AMBITI:

Diversabilità

Familiari di disabili (7)

Persone con disabilità fisica (1)

Morbo di Parkinson - Familiari (3)

Sclerosi multipla e problemi inval.(1)

Gruppo on-line per disabili (1)

ALTRI AMBITI: SIEROPOSITIVI

Persone sieropositive (2)

Partner di persone sieropositive (1)

Familiari di persone sieropositive (1)

TOSSICODIPENDENZA:

Familiari (4)

Gruppo per consumatori droghe leggere (Erba voglio)





Ambiti familiari

Famiglie affidatarie (4)

Famiglie adottive (2)

Famiglie accoglienti (1)

Famiglie di bimbi nati prematuri (1)

Fam. con parente istituzionalizzato (3)

Coppie con problemi di fertilità (1)

Fam. di persone con demenza (1)

Genitori di bambini iperattivi



Donne operate al seno (1)

Donne in menopausa (3)

Gioco d'azzardo (2)

Persone anziane (1)

Mobbing (1)

Persone con artrite reumatoide (1)

Separati e divorziati (5)

Itinerari educativi con genitori (10)

Percorso di educazione alla salute per ricoverati in H

Dializzati (2)

Omosessualità (1) - Ipovedenti (4)

Giovani Diabetici (1) Neo-mamme (1)

Solitudine (1) Autostima (1) Dipendenza affettiva (3)

Detenuti liberi (gr. In carcere)- Affidati in prova

Badanti – gruppi per care-givers (8)



**L'aiutare l'auto mutuo
aiuto esiste solo in un con-
testo di amicizia**

**Non esiste alcuna di-
stinzione tra chi cura e
chi è curato**

**Il self-help è un modo di
vita**

A.M.A.

**Tutti hanno problemi.
Tutti danno aiuto**

**Aiutare l'auto mutuo aiuto
assorbe la vita quotidiana
di ogni partecipante**

**La distinzione tra dare aiu-
to ed essere aiutato, tra chi
risolve i problemi e chi sof-
fre, sono dimenticate.**