

di Francesca Amadori

L'auto Mutuo Aiuto

Risposta sociale a problemi individuali

Si è sviluppato molto negli ultimi anni

con modelli diversi e oggi cerca nuove prospettive

Oltre trenta le associazioni partecipanti all'incontro sull'auto-mutuo aiuto, organizzato dal Centro di documentazione sul volontariato e il terzo settore, il 18 dicembre scorso. Associazioni impegnate in ambiti molto diversi tra loro: dalla **Casa dei Papà** (dove i padri separati da famiglia e figli tentano di ricostruirsi una vita condividendone difficoltà pratiche e non solo) alle donne alcoliste della

Casa sull'albero; dai genitori di ragazzi omosessuali dell'**AGEDO**, ai malati di Alzheimer e patologie oncologiche venuti dai Castelli romani. Tutte realtà accomunate da una sola parola che suona come una scommessa vinta: condivisione.

L'appuntamento, che è stato soprattutto l'occasione per confrontare i percorsi e scambiare esperienze tra i protagonisti presenti, ha



visto la conduzione del professor **Guido Giarelli**, docente di Sociologia presso il dipartimento di Scienze della salute dell'Università "Magna Græcia" di Catanzaro, capofila di una ricerca realizzata sul tema assieme alle Università di Padova e Politecnica delle Marche, con il finanziamento del Ministero della Salute.

Organizzazioni giovani, ma competenti

Diversi i dati che hanno rappresentato spunti di riflessione per i partecipanti: più del 57%, delle 200 associazioni considerate dalla ricerca ha un'età di costituzione inferiore ai 12 anni; le dimensioni sono mediamente ridotte; la maggior parte delle organizzazioni risulta essere multifunzionale, ovvero non nasce con il solo scopo di dar vita a gruppi di auto-mutuo aiuto.

Questi ultimi sono, per la maggior parte, composti tanto dai diretti interessati, quanto dai loro familiari o *care-giver*.

I principi alla loro base sono, innanzitutto, il bisogno di considerare la persona nella sua globalità: mente e spirito, oltre al corpo. Da qui, la necessità di un approccio ai problemi di tipo multidimensionale: biologico, psicologico e sociale.

Dall'esperienza vissuta del problema scaturisce una profonda conoscenza

alla quale va riconosciuto il rango di competenza, che si connota come diversa, ma non inferiore, a quella professionale; e ci tengono a sottolinearlo i presenti.

Per alcuni gruppi questo diventa ancora più chiaro, come nel caso del lutto, in cui il sapere esperienziale quasi mai può tradursi nell'offerta di "buoni consigli", quanto, piuttosto, nella condivisione del proprio vissuto, che diventa bagaglio messo a disposizione di tutti.

Un obiettivo, tanti stili

In realtà, l'auto-mutuo aiuto, suggerisce da buon sociologo Giarelli, può essere anche letto come adeguamento della società moderna all'assenza di quei riti di passaggio che, fino a pochi decenni fa, hanno aiutato l'individuo a far fronte alle fasi difficili o drammatiche della vita.

Ma "auto-mutuo aiuto" ha un significato polisemico, dice **Giampiero Genovese** facilitatore presso l'Associazione **Antea** e non solo, tanto che il termine «andrebbe addirittura declinato al plurale», data la molteplicità di forme con cui si realizza.

Alcuni gruppi si svolgono nel rispetto di regole esplicite, altri mediante regole implicite per l'affermazione delle quali si cristallizzano "rituali" interni.

La figura del facilitatore, centrale e

...
**Alla base c'è il bisogno
di considerare la persona
nella sua globalità
e quindi l'approccio
è multidimensionale**
...



L'incontro sull' auto mutuo aiuto organizzato dal Centro di documentazione sul volontariato e il terzo settore

professionale per alcuni, è assente e adottato circolarmente in altri, come nel caso dei **Narcotici Anonimi**; la conseguenza è una varietà di stili di conduzione che vanno dal totalmente strutturato al destrutturato. Forme che non sono naturalmente del tutto “neutre” rispetto agli obiettivi che il gruppo si pone. L'Associazione **Insieme con te**, impegnata nell'ambito della salute mentale, non si avvale, ad esempio, di facilitatori professionisti, perché punta a combattere non solo lo stigma ma anche l'auto-stigma, cercando di far leva sulle risorse e le potenzialità della persona nel contesto socializzato del gruppo.

Quello che rimane fermo nell'auto-mutuo aiuto è l'obiettivo di fondo: «affrontare problemi individuali che eccedono la capacità di presa in carico delle istituzioni». E, d'altra parte, ciò non vuol dire che i gruppi facciano

bene a chiudersi nella propria attività, dice qualcuno. Sarebbe, anzi, importante che le associazioni impegnate in questo ambito fossero più spesso capaci di rendersi note alle strutture pubbliche interessate. Non sempre è facile, come ci racconta **Flavia Cantarella**, psicologa e facilitatrice del **gruppo Agape**, per familiari di persone con disabilità, che, da tempo, attende di essere riconosciuto dalle istituzioni locali.

L'importanza di rompere l'isolamento

L'importante è non demordere. Come ha fatto la **Lidap**, Lega italiana contro i disturbi d'ansia, agorafobia e attacchi di panico, che sta per aprire, in collaborazione con l'INAIL, uno sportello per l'orientamento di chi soffre di questo tipo di disturbi e la creazione di gruppi *ad hoc*. Un risultato arrivato dopo cinque anni e un finanziamento



della Regione per formare e rafforzare le competenze di operatori telefonici e facilitatori.

Il quadro sembra essere confermato dai dati offerti dal professor Giarelli, che riporta il dato di un buon tre quarti delle associazioni (il 72,5%) impegnate in progetti di collaborazione con le istituzioni. Rapporti spesso problematici, specie nelle realtà del Sud, ma comunque «fondamentali per ogni strategia di governance».

I rapporti con l'esterno costituiscono, indubbiamente, una leva importante per non incorrere nel rischio di un isolamento che potrebbe sembrare quasi inscritto nella natura stessa dei gruppi: fondamentali per le 12/15 persone che ne fanno parte, ma i cui risultati rischiano di rimanere noti solo all'interno della strettissima cerchia dei partecipanti.

La ricerca d'altra parte dimostra che proprio quelle figure professionali più scettiche, come ad esempio i medici, quando sono testimoni diretti dei benefici prodotti dai percorsi di auto-mutuo aiuto, ne diventano convinti sostenitori e promotori. Più complesso è invece il rapporto con le professioni sociali che a fronte di una maggiore sensibilità di partenza, rispetto a quelle sanitarie, temono poi la "concorrenza" dei gruppi sul piano professionale (soprattutto nel caso degli psicologi). Ma se questi sono i dati, nella realtà le situazioni sono le più diverse.

E al Centro diurno del **DSM 42 di Albano**, che sulla salute mentale lavora ormai sistematicamente in accordo con

le associazioni e i gruppi del territorio, fa da contraltare l'esperienza dell'**Associazione Parkinson Ciociaria** per la quale la difficoltà di incontrare presso le strutture sanitarie competenze e sensibilità proprie del sostegno psicologico è strutturale e frustrante, soprattutto se si tiene conto delle difficoltà di gestione di una malattia dal lungo decorso e senza possibilità di recupero.

Ma il bisogno di rompere il possibile isolamento dei gruppi non si orienta solo verso gli enti e le istituzioni, molti tra i presenti sentono la mancanza di rete tra le diverse realtà che di questo si occupano, per dar maggior forza a questo tipo di percorsi; così come avviene in Toscana dal 2010, dove è attivo un coordinamento regionale.

Un'esigenza in parte anticipata dall'**Associazione Gruppo eventi** che, oltre a pubblicare sul proprio sito una mappatura di alcune delle associazioni che realizzano auto-mutuo aiuto, ha proposto una sorta di "carta dei requisiti" che caratterizzano i gruppi AMA e un incontro mensile, detto di "intervisione", nel quale i facilitatori mettono a confronto le rispettive esperienze.

Questo, insomma, il primo bilancio di un incontro avvenuto sul finire del 2013, con il quale il Centro di servizio per il volontariato Spes ha voluto proporre una riflessione teorica assieme, e a servizio, del "sapere esperienziale" di cui le associazioni sono portatrici, traendone alcuni primi importanti spunti di lavoro per questo nuovo (futuro) anno. ●