



# Il gruppo di auto aiuto come risorsa per servizi e professionisti



Info per professionisti

Servizio per Gruppi di auto aiuto della Federazione per il Sociale e la Sanità  
0471 312424 | [info@autoaiuto.bz.it](mailto:info@autoaiuto.bz.it) | [www.autoaiuto.bz.it](http://www.autoaiuto.bz.it) | [www.join-life.it](http://www.join-life.it)



## Indice

<b>I gruppi di auto aiuto: cosa sono?</b> .....	<b>3</b>
<b>Efficacia dei gruppi di auto aiuto</b> .....	<b>4</b>
<b>I limiti del lavoro nei gruppi di auto aiuto</b> .....	<b>5</b>
<b>Il gruppo di auto aiuto: una risorsa per servizi ed esperti</b> .....	<b>6</b>
<b>Il Servizio per Gruppi di auto aiuto</b> .....	<b>8</b>

Edito da:

Servizio per Gruppi di auto aiuto  
Federazione per il Sociale e la Sanità  
39100 Bolzano, Via Streiter 4  
tel. 0471 312424 - fax 0471 324682  
info@autoaiuto.bz.it | www.autoaiuto.bz.it

Auto Aiuto per giovani: [www.join-life.it](http://www.join-life.it)  [www.facebook.com/joinlife.it](https://www.facebook.com/joinlife.it)

Progetto e sviluppo:

Servizio per Gruppi di auto aiuto  
Ass. Soc. Irene Gibitz, Dott.ssa Julia Kaufmann

Ultima edizione: 09.12.2015

Realizzazione:

La realizzazione e l'aggiornamento dell'opuscolo " Il gruppo di auto aiuto come risorsa per servizi e professionisti " sono rese possibili grazie al sostegno finanziario dell'Assessorato alle Politiche Sociali della Provincia Autonoma di Bolzano e della Fondazione Cassa di Risparmio.

AUTONOME PROVINZ  
BOZEN - SÜDTIROL

Abteilung Sozialwesen



PROVINCIA AUTONOMA  
DI BOLZANO - ALTO ADIGE

Ripartizione Politiche sociali

gefördert von  
Stiftung Südtiroler Sparkasse  
Fondazione Cassa di Risparmio  
sostenuto da

## I gruppi di auto aiuto: cosa sono?

- I gruppi di auto aiuto sono gruppi di persone che si incontrano su base volontaria e di solito senza aderire ad associazioni, la cui attività è orientata ad affrontare nel gruppo malattie, problemi psichici o sociali, in cui le stesse persone oppure loro familiari sono coinvolti direttamente.
- Le loro attività non hanno scopo di lucro, infatti il loro scopo è di portare un cambiamento nella loro vita, spesso anche con effetti che si ripercuotono nel loro ambiente sociale e politico.
- Nel lavoro di gruppo si evidenziano autenticità, rispetto, dialogo, sostegno reciproco. Il gruppo diventa un mezzo per reagire all'isolamento.

Definizione formulata da:  
"Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V."

In Alto Adige esistono gruppi di auto aiuto per quasi tutti gli ambiti della vita, dalle malattie, alle dipendenze, alla disabilità, alle difficoltà psichiche o sociali.

Le formule operative dei gruppi sono varie: gruppi informali di dialogo, gruppi aderenti ad associazioni oppure iniziative promosse da strutture pubbliche.

I gruppi di auto aiuto sono circoli di dialogo composti da un certo numero di persone (ca. da 7 a 15 partecipanti), che si incontrano regolarmente in date prestabilite, es. settimanalmente, oppure ogni 15 giorni o mensilmente.

## Efficacia dei gruppi di auto aiuto

- Dalla convivenza, vissuta spesso per anni, con un disagio dovuto a delicate situazioni sociali, psichiche o patologiche, le persone o i loro familiari acquisiscono un sapere tutto particolare, che risulta in realtà utile per affrontare (meglio) la loro quotidianità. Questo sapere viene messo a reciproca disposizione nei gruppi di auto aiuto con lo scambio di informazioni ed esperienze.
- Partecipare a gruppi di auto aiuto contribuisce a superare
- l'isolamento e rinforza sia la motivazione che la responsabilità individuale.
- I/le partecipanti di gruppi di auto aiuto si aiutano reciprocamente a livello emozionale e pratico.
- I/le partecipanti di gruppi di auto aiuto si scambiano informazioni ed imparano proprio da questo scambio ad utilizzare meglio le informazioni in rapporto alla loro situazione di vita.
- Tramite interventi di esperti ed eventi dei gruppi di auto aiuto vengono date ulteriori informazioni a chi partecipa ai gruppi.
- I gruppi di auto aiuto contribuiscono notevolmente alla sensibilizzazione rivolta alla cittadinanza su temi sociali e sanitari.

## I limiti del lavoro nei gruppi di auto aiuto

- I gruppi di auto aiuto non sostituiscono cure mediche o terapeutiche, li possono tuttavia adeguatamente integrare e supportare.
- La partecipazione a gruppi di auto aiuto non viene prescritta – è la persona stessa che deve scegliere autonomamente e volontariamente di partecipare, anche con la consapevolezza di essere una risorsa per migliorare la propria condizione di vita.
- I gruppi di auto aiuto non erogano servizi e non sono sportelli di consulenza: i gruppi di auto aiuto si basano sull'impegno voluto e responsabile da parte di persone coinvolte o loro familiari. La motivazione a partecipare ai gruppi si basa sul desiderio di voler contribuire attivamente al miglioramento della propria condizione di vita e di confrontarsi con le esperienze di altre persone che vivono situazioni simili.
- I gruppi di auto aiuto sono orientati verso i bisogni dei partecipanti. Ogni gruppo decide autonomamente come lavorare, quale tema trattare, quante e quali persone accogliere. Quindi ciò che i gruppi di auto aiuto offrono non è pianificabile ed utilizzabile in sostituzione di prestazioni professionali specialistiche.

## Il gruppo di auto aiuto: una risorsa per servizi ed esperti

- I gruppi di auto aiuto hanno funzione integrante per l'assistenza specialistica di utenti/pazienti.
- I gruppi di auto aiuto offrono spazi di dialogo per chi è coinvolto in particolari situazioni di vita e possono contribuire nel ridurre la pressione dovuta a limiti di tempo per il personale specializzato, poiché molti aspetti vengono già trattati nel gruppo.
- Partecipare ad un gruppo di auto aiuto incentiva la motivazione individuale ad affrontare una malattia o un altro disagio ed a reagire costruttivamente nella ricerca di soluzioni. Inoltre può essere rinforzata la disponibilità di utenti/pazienti a rispettare un ciclo terapeutico o un trattamento concordato con il personale specialistico (miglioramento della compliance).
- La collaborazione con gruppi di auto aiuto porta alla conoscenza reciproca e si può ripercuotere positivamente sulla relazione con utenti/pazienti.
- Il personale specialistico viene a sapere, tramite i gruppi di auto aiuto, anche di molti aspetti relativi alla convivenza con una malattia o un disagio. Queste informazioni possono essere quindi molto utili nell'assistenza di pazienti/utenti.

### Cooperazione tra professionalità e auto aiuto: condizioni

---

- Rispettare le competenze di tutte le parti coinvolte,
- Accettare i confini dei rispettivi ambiti operativi,
- Intendere come gruppo di auto aiuto le proprie attività come integranti e non sostitutive dell'operato professionale,
- Conoscersi vicendevolmente e creare basi di cooperazione.

## Servizi e personale specializzato: opportunità di cooperazione con i gruppi

---

### Indicazioni su gruppi di auto aiuto

- esporre nei servizi materiale informativo di gruppi di auto aiuto
- informare utenti/pazienti sui gruppi di auto aiuto e le loro attività
- promuovere la motivazione in utenti/pazienti per la partecipazione a gruppi di auto aiuto

### Consulenza per gruppi di auto aiuto

- offrire ai gruppi di auto aiuto approfondimenti su questioni specifiche
- intervenire come esperti in specifici incontri dei gruppi

### Sostegno operativo e contenutistico

- rintracciare e mettere a disposizione spazi di incontro per i gruppi
- stimolare e contribuire all'avvio di gruppi di auto aiuto
- accompagnare (per un certo periodo) un gruppo di auto aiuto nel rispetto del principio dell'auto aiuto

### Sensibilizzazione

- esporre materiale informativo sui gruppi di auto aiuto
- informare colleghi/e su gruppi di auto aiuto
- intervenire come esperti in particolari momenti dei gruppi
- invitare a specifici eventi gruppi di auto aiuto come relatori

## Il Servizio per Gruppi di auto aiuto

Come collaboratori/trici di servizi specialistici potrete rivolgervi al Servizio per Gruppi di auto aiuto se desiderate:

- avere una panoramica dei gruppi di auto aiuto in provincia di Bolzano e contatti con gruppi di auto aiuto,
- mettere in contatto utenti/pazienti con gruppi di auto aiuto,
- chiedere consulenze ed informazioni sul tema auto aiuto e Gruppi di auto aiuto (anche in forma seminariale),
- promuovere l'avvio di un gruppo di auto aiuto ed avere informazioni e consulenza in merito,
- diffondere nel vostro ambiente professionale informazioni su gruppi di auto aiuto,
- trovare partner per la realizzazione di manifestazioni che riguardano l'auto aiuto oppure coinvolgere gruppi di auto aiuto in particolari eventi,
- poter contare su partner competenti per l'ambito dell'auto aiuto e sulle tematiche correlate.

Informazioni su tutti i gruppi di auto aiuto in Alto Adige sono raccolte nell'opuscolo "Gruppi di Auto aiuto – Elenco Alto Adige" e sul sito [www.autoaiuto.bz.it](http://www.autoaiuto.bz.it)



**Servizio per Gruppi di auto aiuto**  
*Federazione per il Sociale e la Sanità*

Via Streiter 4 | 39100 Bolzano

tel. 0471 312424 | fax 0471 324682

[info@autoaiuto.bz.it](mailto:info@autoaiuto.bz.it) | [www.autoaiuto.bz.it](http://www.autoaiuto.bz.it)

Auto aiuto per Giovani: [www.join-life.it](http://www.join-life.it) | [www.facebook.com/joinlife.it](https://www.facebook.com/joinlife.it)

Orari: lun – ven ore 8.30 – 12.30 e lun - gio ore 14.00 – 17.00

