

## **Il valore del self-help per il sostegno alle persone e per lo sviluppo della comunità**

*Giuseppe Lombardo, psicologo e coordinatore "Progetto AMA" dell'A.P.S. "Noi per la Salute" – Tina Anselmi"*

Giorno 18 giugno alle ore 17,00, nella sede del "Villaggio dei semplici" a San Cataldo, si terrà il primo incontro del percorso di formazione per i facilitatori di gruppi di auto-mutuo aiuto (AMA), un'iniziativa promossa dall'Associazione "Noi per la Salute" con la collaborazione dell'ANFASS, della SIPS, dell'Ass.ne "Sentire le voci". Come è noto, i gruppi di auto-mutuo aiuto (self-help) rappresentano una risorsa fondamentale per rispondere in modo partecipato e sostenibile ai bisogni di persone che vivono situazioni di difficoltà personale, familiare o sociale. Si tratta, in genere, di esperienze spontanee basate sull'incontro tra pari che condividono una condizione comune (malattia, dipendenza, disagio psichico, lutto, solitudine, ecc.) e che, attraverso il confronto e l'ascolto reciproco, sviluppano strategie di resilienza e sostegno.

Promuovere il self help favorisce il protagonismo delle persone, valorizzando il "sapere" dell'esperienza; contribuisce a ridurre l'isolamento sociale e promuove relazioni di fiducia e solidarietà; è complementare l'intervento dei servizi e offre uno spazio informale, ma significativo, di ascolto e rielaborazione; concorre alla costruzione di comunità inclusive, solidali e partecipative.

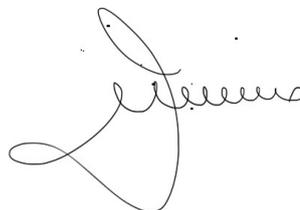
I gruppi di auto-mutuo aiuto (self-help) si basano sul principio della reciprocità tra pari e sul riconoscimento del valore dell'esperienza personale come risorsa. Per questo, ogni forma di collaborazione con i servizi socio-sanitari o educativi deve avvenire nel rispetto pieno della loro autonomia. I servizi devono riconoscere il self-help come una forma distinta di aiuto, non professionale, ma complementare agli interventi istituzionali. I gruppi non vanno "inquadri" né trasformati in strumenti del servizio, ma "accompagnati con discrezione", se richiesto, nel loro percorso. La relazione tra servizi e gruppi deve essere di dialogo e cooperazione, non gerarchica. I professionisti possono offrire supporto (formazione, spazi, orientamento) ma non devono assumere il ruolo di conduttori o intervenire nel processo di gruppo. I servizi possono sostenere l'avvio o la continuità dei gruppi AMA attraverso risorse materiali o supporto organizzativo, ma rispettando gli spazi decisionali del gruppo. L'obiettivo è favorire l'autonomia dell'AMA, non creare dipendenza dal servizio. Nel contesto di una "visione" comunitaria, l'interazione con i gruppi di self-help rappresenta, quindi, per i servizi un'occasione per fare rete con il territorio e valorizzare le risorse informali della comunità. Questo implica un approccio più ampio per gli interventi istituzionali, centrato sulla promozione della salute e del benessere sociale.

In queste esperienze risulta centrale il ruolo del facilitatore. Non si tratta di un "conduttore" nel senso tradizionale, ma di una persona che, in possesso di competenze relazionali e metodologiche, favorisce l'emergere delle risorse del gruppo, garantendo un ambiente sicuro e rispettoso. Il suo compito include: gestire le dinamiche di gruppo, assicurando che ogni voce sia ascoltata e che il gruppo operi in modo coeso e produttivo; promuovere la partecipazione attiva, stimolando il coinvolgimento di tutti i membri e facilitando il profilarsi di processi decisionali condivisi e autonomi; supportare l'autonomia del gruppo, aiutando il gruppo a sviluppare la propria capacità di autogestirsi e di affrontare le sfide in modo indipendente.

Investire nella formazione dei facilitatori non è solo una scelta operativa, ma ha anche un risvolto in termini di "politiche". Significa riconoscere che le persone in difficoltà hanno il diritto di essere protagoniste del proprio percorso di cambiamento. Significa promuovere una partecipazione attiva che va oltre la semplice fruizione di servizi, favorendo la cittadinanza attiva e la responsabilità condivisa.

Nell'auspicio della partnership che sostiene il progetto, la formazione dei facilitatori contribuirà, quindi, a rafforzare la democrazia partecipativa, attraverso processi decisionali inclusivi e condivisi; a promuovere l'inclusione sociale, dando voce a chi spesso è escluso dai processi decisionali; a costruire comunità competenti e resilienti, capaci di affrontare le sfide collettive attraverso la cooperazione e il supporto reciproco, con una specifica attenzione per le fragilità.

Caltanissetta, 15.06.2025

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized initial 'L' followed by a series of connected loops and a final horizontal stroke.