ASSOCIAZIONE
happy time
INFERNETTO APS
GRUPPO
AUTO
MUTUO
AIUTO
LA ROSA
DI GERICO
E' INSIEME CHE
CI SI AIUTA,
CHE SI
COSTRUISCE.

COS'E' L'AUTO MUTUO AIUTO

Lo scopo essenziale di un gruppo di *auto mutuo aiuto* è di dare, a persone che vivono in situazioni simili, l'opportunità di condividere le loro esperienze e di aiutarsi a mostrare l'uno all'altro come affrontare i problemi comuni. L'auto aiuto è quindi un mezzo valido per assicurare ai partecipanti del gruppo sostegno emotivo. I gruppi A.M.A. permettono alle famiglie di condividere la propria realtà di genitori di bambini e ragazzi con disabilità.

Il confronto con altre famiglie, la condivisione di esperienze, fatiche e difficoltà e la creazione di solide reti di aiuto sono risorse indispensabili e patrimonio di tutto il gruppo.

La condivisione dei problemi facilita il racconto delle storie personali, dei vissuti, con la possibilità di rielaborare, grazie anche all'ascolto attento e alla restituzione riflessiva degli altri, le proprie esperienze, recuperando nuovi significati che arricchiscono la consapevolezza personale e diventano stimolo anche per quella altrui.

Il prendere parte ad un gruppo di Auto-Mutuo Aiuto (AMA), infatti, permette di cogliere l'universalità dei vissuti e di conseguenza una maggiore accettazione degli stessi; consente inoltre la vantaggiosa sperimentazione di un sostegno empatico.

La condivisione dei problemi determina lo status di appartenenza al gruppo e facilita lo scambio delle storie personali, delle informazioni e dei vissuti.

L 'auto-mutuo-aiuto si occupa fondamentalmente di empowerment, intendendo con questo termine il potenziamento del potere personale grazie all' utilizzo ottimale delle proprie capacità, risorse, energie, potenzialità, sentendosi protagonisti della propria vita.

Il gruppo di auto-mutuo-aiuto risponde quindi a due funzioni fondamentali: la prima individuale, di supporto, in generale trasformativa, la seconda sociale, sul versante della sensibilizzazione e del cambiamento della comunità entro cui il gruppo è inserito; parliamo in questo caso di empowerment di comunità e quindi la capacità degli attori presenti in una comunità di responsabilizzarsi e coinvolgersi nella e per la comunità nel suo complesso, con l'obiettivo di aspirare a una migliore qualità di vita.

Il gruppo è un sistema che si autoalimenta! L'Auto Mutuo Aiuto può essere considerato una cultura, una filosofia di vita, o più semplicemente una prassi, una metodologia per superare situazioni di disagio. La partecipazione emotiva alla vita di gruppo, il confronto con modi di pensare e di essere diversi, la circolarità della comunicazione, conducono la persona a riconoscere e sperimentare capacità e caratteristiche personali altrimenti inespresse. L'elaborazione di queste esperienze prelude il cambiamento.

Sala Parrocchiale
Santa Maria dei Pellegrini
Via B.Pasquini, 34 00124 Roma

ASSOCIAZIONE
happy time
INFERNETTO APS

info@associazionehappytimeinfernetto.org
www.associazionehappytimeinfernetto.org
info 3274920615