

7.15

LA CREAZIONE DI UN GRUPPO DI AUTO MUTUO AIUTO PER LE DIPENDENZE A VENEZIA: UN APPROCCIO COOPERATIVO E INCLUSIVO

Vidal Tagliapietra M.*^[1], Seno L.^[1], Bozzola P.^[1], Garzara F.^[2], Margutti E.^[1]

^[1]UOS Ser.D. Azienda Ulss3 Serenissima Venezia-Chioggia ~ Venezia ~ Italy, ^[2]Consulente esterno Progetto "Chiama & Vinci" Azienda Ulss3 Serenissima ~ Venezia ~ Italy

Sottotitolo: COSTRUIRE SPAZI CONDIVISI

Il progetto di formazione "Auto. Mutuo. Aiuto" (A.M.A.)¹, illustra la formazione di uno specifico gruppo a Venezia, ponendo l'accento sulla collaborazione tra operatori, utenti, familiari e volontari, che lavorano insieme per promuovere la cultura della mutualità.

Testo Abstract

Introduzione

La creazione di un gruppo "A.M.A." a Venezia, situato all'interno del Dipartimento per le Dipendenze1 dell'AULSS 3 Serenissima, persegue un progetto che deve incoraggiare l'interazione tra i partecipanti, creando un ambiente sinergico per condividere conoscenze ed esperienze. La metodologia partecipativa segue le linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Sanità2 e si concentra sull'auto mutuo aiuto nel contesto delle dipendenze.

Metodi e target

Nel perseguire l'obiettivo di stimolare la cooperazione e la mutualità tra i vari attori coinvolti, il nostro intento è stato quello di rafforzare il senso di responsabilità all'interno della comunità e di coinvolgere attivamente i partecipanti in un processo di apprendimento concreto. Questo sforzo si è realizzato nel progetto chiamato "Corso di Formazione sull'Auto Mutuo Aiuto", sviluppato all'interno dell'Azienda AULSS 3 Serenissima, con l'obiettivo primario di promuovere e formare alla cultura e alla pratica dell'auto mutuo aiuto, con uno specifico accento sull'approfondimento

delle dinamiche legate all'Addiction ed alle New Addiction.

Il progetto si articola sostanzialmente attraverso i seguenti obiettivi:

1. Sensibilizzare e formare operatori, utenti e volontari sui principi del sostegno reciproco;
2. Dotare i partecipanti di conoscenze e strumenti concreti per avviare gruppi "A.M.A." rivolti a diverse forme di dipendenza;
3. Agevolare la creazione di tali gruppi con il coinvolgimento delle varie figure interessate da questa attività.

I vari operatori SerD hanno assunto inizialmente un ruolo di riferimento, di selezione e di invio per la costruzione del gruppo con un approccio del progetto di adattabilità alla diversità attraverso:

1. Spazi e modalità di partecipazione flessibili;
2. Sostegno personalizzato per rispondere alle esigenze di ciascun individuo;
3. Ambiente inclusivo e di apprendimento reciproco, valorizzando le esperienze di ciascun membro.

Il progetto evidenzia in sintesi i seguenti aspetti qualitativi e quantitativi come da Tabella 1.

Aspetti qualitativi

1. Obiettivi: il progetto mira a sensibilizzare e formare operatori, utenti, familiari e volontari sulla cultura dell'auto mutuo aiuto, acquisire conoscenze e strumenti per promuovere tali gruppi e facilitarne l'avvio;
2. Partecipanti: nel corso dei primi sei mesi, sono stati coinvolti trentacinque partecipanti tra utenti, volontari, familiari e operatori, con la creazione di due gruppi "A.M.A.": uno a Venezia centro storico e un altro nell'hinterland;
3. Incontri e Formazione: gli incontri di formazione tenuti da due esperti dell'Associazione "A.M.A." di Trento, sono stati avviati a dicembre 2021 e si sono svolti online nel periodo pandemico. Le tematiche trattate includono il ruolo del facilitatore, l'attivazione di gruppi di auto mutuo aiuto, il lavoro in piccoli gruppi e la condivisione in plenaria, ed altri argomenti legati alle dipendenze;
4. Supporto e Supervisione: sono stati pianificati momenti di supervisione al gruppo "A.M.A.", per valutare il progresso e discutere delle sfide, con il supporto fattivo degli stessi formatori;
5. Sviluppo Autonomo del Gruppo: è stato pianificato un passaggio graduale "step by step" per aiutare il gruppo a diventare autonomo nel tempo.

Aspetti quantitativi

1. Risultati Attesi: tra i risultati attesi all'avvio del



piano operativo, c'erano indicatori quali la sensibilizzazione dei partecipanti, l'individuazione dei soggetti per la formazione, l'avvio della formazione stessa e la supervisione del gruppo;

2. Risultati Ottenuti: nel 2022, sono stati avviati due gruppi di auto mutuo aiuto, uno a Venezia centro storico ed un altro nell'hinterland, per i quali sono state condotte attività di supervisione e supporto ai gruppi, con un focus particolare sul gruppo di Venezia;

3. Indicatori Utilizzati: si è fatto riferimento al numero dei partecipanti, a quello degli iscritti alla formazione, alla quantità degli incontri svolti, sia nell'ambito della formazione e della supervisione, con la somministrazione di appropriati questionari di valutazione.

4. Cronoprogramma: questo strumento mostra l'avanzamento delle varie attività nel corso del tempo, con azioni specifiche pianificate per ciascun trimestre;

5. Autovalutazione: permette di valutare diversi aspetti del progetto, tra cui il potenziamento della rete, la capacità di coordinamento, l'efficacia nella sua attuazione, il coinvolgimento attivo dei cittadini nella gestione delle problematiche legate alle dipendenze.

Creazione e gestione del gruppo "A.M.A" nel centro storico di Venezia

Il gruppo è composto da circa 15 adulti di età compresa tra 24 e 77 anni, con varie forme di dipendenza, diverse esperienze personali e provenienti da diverse zone di Venezia e dintorni. La decisione di ruotare il ruolo di facilitatore durante i primi sei mesi, è stata accolta in modo positivo poiché ha permesso a tutti di contribuire e sviluppare nuove competenze, supportando in modo fattivo la crescita del gruppo.

Un aspetto importante è stato il sostegno da parte del SerD che, da subito, ha dimostrato interesse e appoggio verso questa iniziativa: questo ha permesso di avviare il gruppo "A.M.A." nel maggio 2022, grazie ad

uno spazio dedicato fornito dal territorio.

Il gruppo ha condiviso aspetti relativi all'organizzazione, alle questioni pratiche come orari, disponibilità e frequenza delle riunioni, per cui è stata scelta la modalità di incontri quindicinali, supportati da materiali informativi forniti dallo stesso SerD, tramite volantini. È stato anche deciso la creazione di un gruppo "Whatsapp" per i partecipanti, adottato per facilitare la comunicazione riguardo alle presenze, alle assenze e ad altri possibili contesti.

Episodi di "craving" e di ricadute di alcuni partecipanti, hanno stimolato il gruppo ad attivare le risorse interne ed anche il supporto del SerD, per promuovere discussioni costruttive e vari interventi di sostegno. In questa prospettiva, proprio l'atteggiamento di comprensione e di sincero aiuto reciproco è stato considerato il fondamentale pilastro della filosofia del Auto Mutuo Aiuto.

Altro elemento fondamentale è stato l'interesse per la formazione, con la necessità di coinvolgere esperti per affrontare tematiche come ricadute, depressione, neurobiologia delle dipendenze e tipologie di Comunità Terapeutiche. Anche aspetti come la gestione dell'autonomia, la pratica della Mindfulness ed il ruolo dell'amministratore di sostegno sono stati oggetto di interesse e discussione.

All'interno del gruppo, è nato un sottogruppo che ha collaborato con successo all'organizzazione di una Mostra Fotografica Collettiva, riflettendo sulla pandemia e sul suo impatto. Questa iniziativa, che ha fatto riferimento all'attività "Trekking Urbano", promossa sempre da AULSS 3 Serenissima, con il patrocinio della Regione Veneto, nell'ambito del progetto "Chiama & Vinci", ha dimostrato la reale e fattiva capacità del gruppo di collaborare e realizzare attività culturali di rilievo.

In definitiva, la creazione e gestione del gruppo "A.M.A." nel Centro Storico di Venezia ha dimostrato il

valore dell'Auto Mutuo Aiuto nell'affrontare le sfide delle dipendenze e promuovere il supporto reciproco. La collaborazione tra i membri, il sostegno del SerD, oltre alla capacità di affrontare tematiche complesse, hanno contribuito alla realizzazione di questa iniziativa.

Riflessioni con il contributo di alcuni approcci teorici

La creazione e gestione del gruppo "A.M.A." nel Centro Storico di Venezia è stato un processo articolato e profondo, che ha coinvolto diverse persone, unite dall'obiettivo di fornire sostegno reciproco e promuovere la crescita personale. Questa esperienza può anche essere analizzata attraverso l'incontro di teorie e riferimenti anche diversi tra loro, e che rispecchiano aspetti bibliografici differenti ma sempre afferenti al tema dell'Auto Mutuo Aiuto e alla dinamica dei gruppi. Si sottolinea come, nel contesto della formazione del gruppo avvenuta nel 2022, sia emerso in modo preponderante, il ruolo cruciale del facilitatore. Questa figura, come descritto da Yalom (2005) in "The Theory and Practice of Group Psychotherapy"³, svolge un ruolo fondamentale nel creare un ambiente sicuro, facilitare la comunicazione e stimolare la collaborazione all'interno del gruppo. Nel caso del gruppo "A.M.A.", il facilitatore ha svolto un ruolo guida nell'incoraggiare la pianificazione e la progettazione condivisa delle attività, promuovendo l'interazione tra i membri e favorendo il coinvolgimento di risorse esterne.

L'appoggio da parte del SerD, ha poi svolto un ruolo determinante nell'evoluzione del gruppo: secondo la teoria del supporto sociale di Cohen e Wills (1985)⁴, il sostegno esterno può favorire il benessere psicologico e la resilienza dei gruppi. Inoltre, il patrocinio e il supporto forniti dal SerD hanno contribuito a creare un ambiente di accoglienza e di affermazione, facilitando l'avvio del gruppo "A.M.A.", creando un ambito favorevole alla condivisione e all'apprendimento reciproco. La composizione eterogenea del gruppo, con membri di diverse età ed esperienze, può essere analizzata anche alla luce delle teorie dell'apprendimento sociale di Bandura (1977)⁵, che sottolineano l'importanza del modello di comportamento e dell'interazione tra individui nello sviluppo personale. Proprio lo scambio all'interno del gruppo, ha permesso la condivisione delle differenti esperienze e l'acquisizione di nuove competenze, come evidenziato dalla rotazione nel ruolo di facilitatore.

Le sfide legate ad episodi di "craving" o di eventuali ricadute, possono essere affrontate anche con il riferimento agli studi sulle dipendenze di Marlatt e Gordon (1985)⁶. La prospettiva di comprensione e supporto reciproco all'interno del gruppo "A.M.A." corrisponde ai principi di un approccio grupppale che pone in evi-

denza aspetti che si fondano sull'empatia e sull'ascolto attivo dei partecipanti.

L'interesse per la formazione e l'approfondimento di tematiche quali ricadute, depressione e neurobiologia delle dipendenze, può essere analizzato attraverso l'approccio teorico della psico-educazione di Jorm e Kelly (2007)⁷. L'istruzione e la discussione su queste questioni possono favorire una maggiore comprensione e consapevolezza all'interno del gruppo, aiutando i partecipanti a gestire meglio le sfide individuali. Anche l'emergere di un sottogruppo che ha collaborato all'organizzazione di una "Mostra Fotografica Collettiva" sembra riflettere l'approccio centrato sulle risorse dell'Auto Mutuo Aiuto. Questo può essere correlato alla teoria della resilienza di Masten (2001)⁸, che sottolinea la capacità delle persone di affrontare le avversità e sviluppare strategie di coping, attraverso il supporto reciproco e la creatività.

In conclusione, la creazione e gestione del gruppo "A.M.A." nel Centro Storico di Venezia ha dimostrato l'efficacia promuovendo un supporto reciproco e la crescita personale. Questo approccio, sostenuto da teorie come quelle dei già citati Yalom, Cohen e Wills, Bandura, Marlatt e Gordon, rappresenta un supporto efficace per affrontare le sfide delle dipendenze e favorire la resilienza individuale. La collaborazione con il SerD e la varietà di temi affrontati all'interno del gruppo, riflettono un approccio olistico e dinamico riferito al Auto Mutuo Aiuto.

Dinamiche e prospettive future del gruppo

Ad oggi, il gruppo "A.M.A." del Centro Storico di Venezia sta attraversato una approfondita riflessione alla luce di teorie e riferimenti bibliografici nel campo dell'Auto Mutuo Aiuto e delle dinamiche di gruppo. Si sta riscontrando una difficoltà ad accettare l'idea di una maggiore autonomia nell'attività, esplicitata nella resistenza a reggere l'assenza degli operatori del Servizio Dipendenze (SerD). Possiamo analizzare questo fenomeno attraverso la lente delle dinamiche di cambiamento e adattamento dei gruppi di auto-aiuto. Secondo la teoria del cambiamento di Prochaska e Di Clemente (1983)⁹, è normale che i gruppi attraversino fasi non lineari di pre-contemplazione, contemplazione e azione, in risposta a nuove dinamiche e obiettivi. L'opposizione al cambiamento e la paura dell'autonomia possono riflettersi in fasi di pre-contemplazione, che richiedono apposito supporto e negoziazione per spingere il gruppo verso una maggiore consapevolezza delle potenzialità dell'auto-gestione.

La coesione e il senso di appartenenza all'interno del gruppo hanno subito sollecitazioni dalle assenze e spinto all'abbandono del gruppo. Questi aspetti posso-

no essere analizzati attraverso le varie teorie che si riferiscono alla coesione di gruppo che sottolineano l'importanza delle relazioni interpersonali e dell'identità condivisa per il funzionamento e il mantenimento dello stesso.

Così come una decisione di concludere il ruolo di facilitatore, poiché la persona ritiene di essere guarito e di non aver più bisogno del gruppo, richiama la teoria dell'identità sociale di Tajfel (1979)¹⁰. Questa teoria suggerisce che l'appartenenza a un gruppo può influenzare la nostra percezione e porta ad una maggiore identificazione con il gruppo. In questo caso, l'individuo sembra aver raggiunto un livello di guarigione tale da percepire una disconnessione dall'identità di gruppo, aprendo la discussione sull'evoluzione dei partecipanti nel contesto dell'Auto Mutuo Aiuto. L'approccio suggerito dagli operatori del SerD, di coinvolgere l'esperto dell'Associazione "A.M.A." di Trento, rappresenta un passo significativo per affrontare queste sfide. Questo intervento può anche essere basato sulla teoria del supporto sociale di Cobb (1976)¹¹, che sottolinea l'importanza del supporto esterno nel favorire l'adattamento e il benessere dei gruppi di auto-aiuto. L'esperienza e le competenze dell'esperto possono davvero contribuire a ri-orientare il gruppo verso obiettivi condivisi e a creare nuove strategie per affrontare le resistenze.

Risultati

L'introduzione di un facilitatore rotante nei primi sei mesi ha favorito coinvolgimento e sviluppo di competenze. Il gruppo ha affrontato sfide come "craving" e ricadute grazie a risorse interne e supporto del Dipartimento. L'approccio cooperativo e privo di giudizio incarna i principi dell'Auto Mutuo Aiuto.

Conclusioni

Il Gruppo "A.M.A." a Venezia, sperimenta l'efficacia del sostegno reciproco nell'affrontare le dipendenze e promuovere la crescita individuale. L'impegno collaborativo tra membri e supporto del Servizio hanno contribuito alla buona riuscita grazie all'esperienza del sostegno reciproco.

Globalmente il progetto del gruppo "A.M.A." sembra aver raggiunto diversi obiettivi in termini di sensibilizzazione e formazione nel contesto delle dipendenze. La pianificazione dettagliata, l'autovalutazione e il monitoraggio dell'andamento del progetto hanno contribuito ad una gestione più efficace dell'iniziativa.

Bibliografia

• Bandura, A. (1977) *Teoria dell'Apprendimento Sociale*, New York, General Learning Press.

- Brown, L. D., Wituk, S. (2010) *Un'indagine sui principi fondamentali dei gruppi di auto-aiuto*. In L. D. Brown & S. Wituk (Eds.), *Gruppi di Auto-Aiuto: Uno studio qualitativo* (pp. 1-15), Milano, Springer Science + Business Media2.
- Cobb, S. (1976) *Social support as a moderator of life stress*, *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985) *Stress, supporto sociale e l'ipotesi del tamponamento*, *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
- Fisher, D. G., Reynolds, G. L., Jaffe, A. (2006) *Il futuro delle organizzazioni di mutuo aiuto: Oltre l'approccio singola dipendenza, singola problematica*, *Journal of Groups in Addiction & Recovery*, 1(4), 7-24.
- Galanter, M., Kaskutas, L. A. (2008) *Un programma di ricerca per la partecipazione continua nei gruppi di auto-aiuto*, *Alcoholism Treatment Quarterly*, 26(3), 83-94.
- Humphreys, K., Rappaport, J. (1993) *Dal movimento per la salute mentale della comunità all'era dell'auto-aiuto: Programmi orientati alla ripresa guidati dai pari*. In B. P. Mowbray, D. L. Moxley, S. A. Jasper, J. L. Howell (Eds.), *I consumatori come fornitori nella riabilitazione psichiatrica* (pp. 27-42), Wayne State University Press.
- Humphreys, K., & Woods, M. D. (1993) *Ricerca sulla partecipazione ai gruppi di mutuo aiuto in uno studio di trattamento controllato: questioni metodologiche e sostanziali*, *International Journal of Self-Help and Self-Care*, 1(3), 197-210.
- Jason, L. A., Glenwick, D. S. (Eds.) (2012) *Approcci metodologici alla ricerca basata sulla comunità*, American Psychological Association.
- Jorm, A. F., Kelly, C. M. (2007) *Migliorare la comprensione pubblica dei termini "Malattia Mentale" e "Schizofrenia"*, *Australian Psychologist*, 42(2), 81-89.
- Mancini, J. A., Bowen, G. L. (2013) *Interviste approfondite con partecipanti a un'organizzazione di mutuo aiuto basata sulla comunità: Cosa funziona e cosa non funziona nella promozione della salute mentale e del benessere psicologico?*, *Community Mental Health Journal*, 49(5), 563-576.
- Marlatt, G. A., Gordon, J. R. (1985) *Prevenzione delle ricadute: strategie di mantenimento nel trattamento dei comportamenti dipendenti*, New York, Guilford Press.
- Masten, A. S. (2001) *La Magia Ordinaria: processi di resilienza nello sviluppo*, *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Moos, R. H., Moos, B. S. (2004) *L'influenza a lungo termine della durata e della frequenza della partecipazione agli Alcolisti Anonimi su individui con disturbi legati all'uso di alcol*, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(1), 81-90.
- Prochaska, J. O., Di Clemente, C. C. (1983) *Situazioni e processi nel proprio cambiamento riferito al fumare: verso un modello integrato di cambiamento*, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(3), 390-395.
- Sarason, S. B., Levine, H. M., Basham, R. B., Sarason, I. G. (1983) *Valutare il supporto sociale: il questionario sul supporto sociale*, *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 127-139.
- Tajfel, H. (1979) *Individuals and groups in social psychology*, *British Journal of Social & Clinical Psychology*, 18(2), 183-190.
- Yalom, I. D., Leszcz, M. (2005). *La teoria e la pratica della psicoterapia di gruppo*, Cambridge, Basic Books.
- Zeldow, P. B. (1980) *Partecipazione alle associazioni volontarie: uno studio di caso dei gruppi di auto-aiuto*, *American Journal of Community Psychology*, 8(1), 89-110.