

Relazione finale “Gruppi Multifamiliari e Self Help”

Nel gruppo sono stati esplorati i principi teorici e le applicazioni pratiche degli interventi di gruppo e nelle specifico:

1) Il gruppo multifamiliare nella terapia del paziente grave

L’origine del gruppo multifamiliare risale al 1958 quando, in Argentina, il Dott. Jorge Garcia Badaracco, psichiatria e psicoanalista, iniziò a organizzare degli incontri settimanali con i pazienti psicotici gravi della sezione maschile dell’ospedale psichiatrico di Buenos Aires. Successivamente furono invitati a partecipare al gruppo anche i parenti di alcuni pazienti per discutere dei loro miglioramenti e della loro vita in generale, in vista delle dimissioni e del reinserimento sociale.

L’ esperimento ha avuto delle applicazioni più recenti in Italia grazie al Dott. Narracci il cui rapporto con Badaracco ha permesso che l’esperienza della psicoanalisi multifamiliare fosse inserita dal 1997 in alcune strutture terapeutiche per pazienti psicotici e borderline attive a Roma.

Innanzitutto, parlando di gruppo, si applica il concetto sistematizzato da Badaracco di “ampliamento della mente”, ovvero il “pensare insieme quello che non si può pensare da soli”. A cambiare in tale setting è anche la modalità del transfert che si trasforma in “transfert multipli”, ovvero corrispondenze degli altri in noi. Il transfert psicotico viene diluito in transfert multipli e ridotto di grado emotivo a causa della presenza di tante entità nelle quali proiettare parti di sé. Secondo la tecnica della psicoanalisi multifamiliare si creerebbe quindi un contesto di “rispecchiamento metaforico” all’interno del quale molte persone interagiscono e sviluppano una rete di dialogo capace di interrompere il processo d’identificazione patogena e psicotica, la cui ragione profonda sta nell’essere bloccato in una situazione simbiotica con uno dei genitori, o con entrambi.

Nel GPMF (gruppi psicoanalitici multifamiliari) i familiari, i pazienti, gli operatori creano gruppi generazionali in cui il paziente è considerato portatore di “cultura”. Di qui nasce la necessità di creare un contesto di relazioni sufficientemente ampio, che favorisca un processo di separazione dai meccanismi di interdipendenze patologiche e patogene e di emersione di virtualità sane individuali.

2) Gruppi di Auto Mutuo Aiuto

Cosa sono

*Secondo l’OMS il self-help, o **mutuo aiuto**, è dato dall’insieme di "tutte le misure adottate da non professionisti per promuovere, mantenere o recuperare la salute (intesa come completo benessere fisico, psicologico e sociale) di una determinata comunità".*

Si tratta solitamente di "strutture volontarie, a piccoli gruppi, costituite per un fine comune", che adottano "nuovi modi di fronteggiare situazioni, di autodeterminarsi, di umanizzare l’assistenza sanitaria e di migliorare la salute".

Ciò significa che il *self-help* è **caratterizzato** innanzitutto da una struttura per gruppi, formati da "individui" portatori di un "problema comune" e/o da persone che sono direttamente coinvolte in tali problematiche (parenti, famiglie), che si riuniscono per darsi un sostegno reciproco.

Cosa non sono

I Gruppi di Auto Mutuo Aiuto si distinguono da tutti gli altri gruppi **condotti da professionisti esperti** ai quali è affidata la responsabilità e la gestione del gruppo stesso, quali ad esempio i gruppi di terapia o [di crescita personale](#) condotti da psicologi e/o psicoterapeuti.

Caratteristiche dei Gruppi di Auto Mutuo Aiuto

I Gruppi di Auto Mutuo Aiuto (o *self-help*) sono piccoli gruppi **volontari** costituiti da persone che condividono lo stesso disagio e/o problematica e che decidono di offrirsi **supporto reciproco** ("mutuo aiuto") e di farlo contando sulle **proprie risorse** piuttosto che su quello di professionisti esperti ("auto-aiuto").

- Sono di solito **formati da pari** che condividono condizioni o esperienze comuni e si strutturano intorno ad una situazione problematica condivisa da tutti.
- Il loro **obiettivo** è il sostegno emotivo con lo scopo di migliorare le capacità sia psicologiche che comportamentali dei partecipanti. I gruppi di self-help non solo **offrono** supporto a coloro che ne necessitano ma restituiscono alla persona una competenza, un senso di sé, un ruolo e al contempo costruiscono nuovi legami tra le persone.
- I gruppi di self-help **si autogestiscono** seguendo un sistema condiviso di obiettivi, regole, valori.
- Il loro **scopo** è quello di fornire aiuto e supporto ai suoi membri nel trattare i loro problemi e nel migliorare le loro capacità psicologiche e comportamentali.
- La **fonte d'aiuto** primaria è costituita dalle capacità, conoscenze e interessamento dei suoi stessi membri.
- **Sono composti** da persone che condividono un nucleo comune di esperienze e di problemi o una simile situazione di disagio.
- **Non è presente un controllo** esterno: la struttura e le attività del gruppo sono sotto il controllo degli stessi membri. C'è assenza di ruoli tecnici e rigidi. Occasionalmente può essere richiesta la consulenza o la supervisione di esperti.

Processi attivati nei Gruppi di Aiuto Mutuo Aiuto

La **forza** dei Gruppi di Auto Mutuo Aiuto risiede nei processi che si attivano al loro interno.

- **Identificazione** con i pari e con i gruppi primari di riferimento.
- L'interazione all'interno del gruppo permette di acquisire **nuovi strumenti** conoscitivi che abilitano a leggere e interpretare i problemi in modo nuovo, mentre incrementano la creatività e l'autonoma soluzione dei problemi da parte dei membri.
- L'**appartenenza** al gruppo in quanto affermazione di un'identità aumenta l'**accettazione** del soggetto, riabilitando contemporaneamente la sua **collocazione sociale**.
- **Principio dell'helper**: chi aiuta riceve egli stesso un aiuto.
- **Condivisione** dell'esperienza, che attiva un duplice processo di destrutturazione e di ricostruzione.
 - La **destrutturazione** avviene in tre fasi:
 - **Riconoscimento** del problema attraverso la definizione del problema reale.
 - **Condivisione** di informazioni e di strategie di soluzione del problema e delle difficoltà ad esso connesse.
 - **Destigmatizzazione**, cioè il tentativo di eliminare l'etichettamento sociale percepito dai membri.
 - La **ristrutturazione** riguarda tutti i processi e le attività finalizzate al raggiungimento di una nuova definizione di sé e di nuovi stili di vita soddisfacenti.

I partecipanti hanno discusso le esperienze attive nel Dipartimento e nel territorio rispetto ai temi proposti; attraverso il confronto delle esperienze è stato raggiunto un sufficiente grado di apprendimento da tutti i partecipanti.