



A.M.A.Li. Onlus - Associazione di Volontariato per il coordinamento dell'auto mutuo aiuto in Liguria

Via Beato Ottaviano 8/11 – 17100 – Savona

Tel. 346/8254086 – 333/6956952 – 331/8197910 - [info@automutuoaiuto-liguria.it](mailto:info@automutuoaiuto-liguria.it)

**CODICE FISCALE: 95137060109** - Iscritta al Registro del Volontariato

## **GRUPPO DI AUTO MUTUO AIUTO “COMINCIARE UNA NUOVA VITA” PER PERSONE CON MALATTIA ONCOLOGICA**

- Area del bisogno e destinatari:** Qualsiasi sia la diagnosi la prognosi, la risposta alle terapie, non esistono tumori di scarsa rilevanza.  
La malattia oncologica infatti rappresenta sempre per la persona e la sua famiglia una prova esistenziale per certi versi sconvolgente.  
Questa prova riguarda tutti gli aspetti della vita: il rapporto col proprio corpo, il significato dato alla sofferenza, alla malattia, alla morte, così come le relazioni famigliari, sociali, professionali.  
I destinatari del progetto sono le persone con diagnosi oncologica e il loro processo di elaborazione e accettazione di tale diagnosi, di ricostruzione della propria identità e dei progetti di vita, che devono rivedere.
- Denominazione del servizio** Gruppi di Auto – mutuo - aiuto per malati oncologici.
- Sede operativa** E' stata individuata una sede adeguata, accogliente e dignitosa e facilmente raggiungibile da tutti. **Il gruppo”Cominciare una nuova vita”attivo a Savona**, per malati oncologici si riunisce presso i locali della ex prima Circoscrizione, in Via Crispi 20 A, (Casa dell'auto mutuo aiuto) a Savona ogni 15 giorni il mercoledì dalle 16,30 alle 18,00 . La sede, al momento è stata gentilmente concessa in uso gratuito dal Comune di Savona.
- Facilitatore del gruppo** Claudio Bonafede cell: 3491738445 mail [claudiobonafede@tiscali.it](mailto:claudiobonafede@tiscali.it)
- Data inizio attività** Gennaio 2019
- Premessa** Lo stress emozionale del quale il malato oncologico soffre è notevole, tale da influenzare in maniera molto negativa la qualità della vita, i rapporti interpersonali, il ritorno al lavoro, la quotidianità familiare e persino il desiderio di curarsi. Nasce da queste considerazioni l'esigenza di favorire la creazione di un gruppo A.M.A. che sostenga e accompagni le persone con malattia oncologica dal momento della diagnosi in poi. Nel percorso della malattia è importante confrontarsi con persone che vivono lo stesso disagio, le stesse paure e le stesse ansie ed avere uno spazio di condivisione alla pari.  
Il gruppo può essere uno spazio di utile confronto per condividere informazioni sui servizi esistenti e le risorse utili per fronteggiare in modo migliore la malattia.
- Obiettivo generale** Favorire il processo di elaborazione ed accettazione della malattia oncologica. Permettere l'incontro fra persone colpite dalla malattia con lo scopo di sostenerle verso un processo di ricostruzione della propria vita. Il gruppo offre la possibilità di parlare con chi ha già vissuto l'esperienza della malattia e di condividere le proprie ansie e i propri problemi e soprattutto le risorse da mettere in campo. Alla base di questo progetto sta infatti la consapevolezza che, per uscire dall'isolamento e dal disagio provocati dalla malattia oncologica, sia necessario vivere la propria esperienza, cercando di trarne qualcosa di positivo per se stessi e per gli altri.
- Obiettivi specifici** Si raggiungono accompagnando le persone a superare le seguenti tappe per l'elaborazione della malattia:
1. Affrontare con realismo ed obiettività la malattia;

2. Superare forti reazioni di risentimento, rabbia e paure.
3. Aiutare a focalizzare e gestire obiettivi personali concreti e raggiungibili in modo da essere pronti a guardare avanti
4. Aiutare a ridurre al minimo la frustrazione legata ad eventuali fallimenti nel percorso di cura.
5. Crisi di identità che si esprime attraverso gli atteggiamenti assunti dinanzi alla malattia.
6. Cambio-variazione di ruolo sociale per il malato oncologico rispetto la propria autonomia sia sul lavoro, che verso gli altri, considerando anche le ripercussioni sull'equilibrio della struttura familiare.
7. Gestione dell'isolamento, determinato dalla malattia oncologica, sia della persona malata nei confronti degli "altri", sia da parte della cerchia familiare/amicale, nei confronti del malato.
8. Essere liberi di parlare liberamente della malattia oncologica e chiamarla col suo nome "cancro", senza "vergogna", riserve, pudore e tabù.

### **Metodologia**

La metodologia di riferimento per portare avanti questo progetto è riconosciuta dall'Organizzazione Mondiale della Sanità ed è il metodo AMA (Auto Mutuo Aiuto).

I gruppi A.M.A. nascono per la condivisione di una esperienza della vita che impone difficoltà; sono gruppi aperti a tutti coloro che hanno una esperienza di difficoltà da condividere e sono un servizio alla Comunità.

### **Analisi conoscitiva e attuazione nel territorio**

Questo progetto nasce dall'esigenza di dare una risposta alle richieste che sono pervenute alla Presidente dell'Associazione A.M.A.Li, Maria Mensitieri che aveva già individuato la necessità di far riprendere un gruppo A.M.A in sostegno del malato oncologico sul territorio Savonese.

### **Attività previste**

Si tengono incontri con cadenza quindicinale con non più di 10 /12 partecipanti, che dovranno contattare verbalmente o telefonicamente il facilitatore. Nella metodologia A.M.A. è prevista la presenza di una persona che viene definita "facilitatore" che non è un terapeuta, ma se possibile una persona che ha vissuto l'esperienza sulla quale fonda il gruppo, l'ha elaborata e ha la funzione di produrre o facilitare il cambiamento nei partecipanti. Il "facilitatore" deve concentrare il suo lavoro su ciò che i partecipanti possono fare l'uno per l'altro e il modo in cui opererà sarà determinante, soprattutto all'inizio.

I requisiti che il facilitatore deve coltivare sono:

- creare un clima di accoglienza;
- assicurare l'impegno e la dedizione al servizio;
- rendere comprensibili gli obiettivi e il proprio ruolo nel gruppo;
- avere l'abilità nell'ascoltare e nel favorire l'interazione tra i partecipanti;
- garantire il rispetto, l'apertura e la tolleranza verso le differenze che emergono.

La responsabilità del cambiamento è personale, perché ogni membro del gruppo deve imparare attraverso lo scambio con gli altri a prendersi cura di se stesso.

E' fondamentale che il gruppo sviluppi una sua dialettica e non si basi su interventi esterni

Il gruppo è aperto e può modificarsi nel tempo accogliendo nuovi partecipanti. E' previsto al raggiungimento del numero di 10/12 membri la gemmazione del gruppo. Tale moltiplicazione facilita la costituzione di una rete di gruppi sul territorio. E' importante la regolare frequenza alle riunioni poiché aiuta a capire il senso del gruppo A.M.A. e quindi facilita la realizzazione degli obiettivi.

**Risorse e budget**

Solitamente la partecipazione ad un gruppo AMA è gratuita. Se sarà necessario contribuire alle spese della sede (affitto locali, riscaldamento, luce, telefono) potrà essere chiesto un auto-finanziamento o un contributo ad enti locali (Comune, ASL, ecc...); inoltre per la diffusione e la pubblicizzazione del progetto è prevista una spesa per la stampa di pieghevoli, manifesti e l'invio di posta.

**Verifiche e tempi**

I "facilitatori" del gruppo A.M.A. si incontrano periodicamente nell'intervisione, dove rivedono le proprie conoscenze e confrontano le proprie esperienze con altri facilitatori. La durata del progetto dipenderà dalle adesioni e dall'impegno del gruppo a proseguire questo cammino.