



AMA MANTOVA
Auto Mutuo Aiuto

L'ASSOCIAZIONE DEI GRUPPI DI AUTO MUTUO AIUTO DI MANTOVA ([A.M.A. MANTOVA](#)) RICERCA 3 NUOVI FACILITATORI/TRICI VOLONTARI DA INSERIRE NEI GRUPPI DI AUTO MUTUO AIUTO GIÀ ATTIVI.

Il "**facilitatore**" nel gruppo di auto mutuo aiuto è il volontario che ha lo scopo di facilitare la comunicazione tra le persone nel gruppo.

Fare il volontario facilitatore è una scelta etica, civica e sociale, non una scelta professionale. Per diventare facilitatore non serve essere un esperto o un professionista della salute.

Ai candidati verrà proposto un **percorso formativo personalizzato** composto da:

- Una base teorica: proposta di testi di riferimento sull'auto mutuo aiuto in generale ed a scelta su una tipologia specifica di gruppo ama.
- Un tirocinio pratico: che prevede l'affiancamento con facilitatori attivi ed eventualmente la partecipazione ad attività dell'associazione A.M.A. Mantova; frequenza a convegni o eventi a scelta del candidato (tale partecipazione non è obbligatoria. L'azione auto formativa è un proficuo contributo all'associazione a cui si sceglie di far parte perché stimola riflessioni da poter condividere all'interno dell'associazione A.M.A. Mantova)

TEMPI ED APPUNTAMENTI RICHIESTI NEL PERCORSO FORMATIVO:

- 1 anno: durata complessiva del percorso di formazione.
- 2 ore alla settimana: per la riunione di gruppo e per la successiva discussione con il facilitatore e con il tutor.
- 3 ore: riunione mensile di autoformazione tra facilitatori (intervisione) in cui avviene sostegno reciproco ed autoformazione.

Insieme al candidato e considerando la reale disponibilità di tempo valuteremo la durata reale del percorso formativo tenendo conto degli obiettivi raggiunti.

L'OBIETTIVO DEL PERCORSO E':

- Formare persone che sappiano facilitare la comunicazione tra i partecipanti dei gruppi sollecitando la condivisione, la reciprocità, promuovendo i principi e le regole che caratterizzano il metodo dell'auto mutuo aiuto.

IL PERCORSO E' RIVOLTO:

- Principalmente a chi vuole diventare facilitatore in un gruppo A.M.A. già attivo;
- Ai partecipanti dei gruppi AMA che avendo elaborato positivamente il proprio problema, si trovano nelle condizioni di voler donare la propria esperienza e il proprio tempo ai gruppi;
- Ad associazioni che vogliono costituire gruppi AMA al loro interno;
- A partecipanti a gruppi informali già attivi che vogliono diventare gruppi di auto mutuo aiuto;
- A persone che intendono unirsi e prepararsi per formare nuovi gruppi di auto mutuo aiuto.

I PRINCIPI ALLA BASE DELL' AUTO MUTUO AIUTO:

- *L'auto mutuo aiuto è una cultura che promuove nelle persone dignità, il processo del diventare protagoniste nella propria vita, l'autonomia e il recupero delle risorse personali (fisiche, psicologiche e sociali) attraverso la condivisione, il dialogo e le relazioni che si intrecciano nei gruppi (definiti di auto mutuo aiuto) fondate sul sostegno, il confronto e la cura reciproci.*

- Nel gruppo la relazione del partecipante con persone che condividono le medesime difficoltà favorisce un positivo senso di appartenenza e la nascita di competenze utili alle dinamiche del gruppo; attraverso la capacità di ascoltare l'altro e il rispecchiamento nelle esperienze e nei sentimenti altrui è possibile comprendere sempre più profondamente se stessi e la propria condizione esistenziale; da qui la direzione è verso la conquista della consapevolezza di sé e del controllo sulle proprie scelte, decisioni e azioni, l'aumento della propria sensazione di forza e autonomia, l'autostima, la fiducia nelle proprie risorse, fino ad arrivare al miglioramento della propria condizione esistenziale ed un avvicinamento al benessere.
- Essere facilitatore di un gruppo di auto mutuo aiuto significa promuovere le relazioni tra gli individui attraverso l'empatia, la reciprocità, l'etica della solidarietà. Con l'auto mutuo aiuto si contribuisce a favorire lo sviluppo del potenziale di umanità di ogni individuo.
- Nel gruppo le persone si pongono obiettivi e cercano il cambiamento, che è il fine ultimo dell'auto mutuo aiuto.

ORGANIZZAZIONE DEL TIROCINIO E DEL TUTORAGGIO

La formazione di un facilitatore è focalizzata sulla comunicazione tra pari in modo empatico.

Per chi desidera diventare facilitatore, dopo un inquadramento teorico è prevista la partecipazione come tirocinante/osservatore presso 2 o 3 gruppi attivi.

Durante il percorso formativo il tirocinante sarà affiancato dai facilitatori dei gruppi nei quali sarà inserito e da tutor per favorire la comprensione delle dinamiche del gruppo in cui si è inseriti ed approfondire le regole necessarie al suo buon funzionamento; per essere supportato teoricamente ed introdotto nell'associazione Auto Mutuo Aiuto Mantova.

Conoscere le dinamiche del gruppo e le regole della facilitazione è indispensabili affinché il facilitatore: -attivi e catalizzi le azioni di aiuto reciproco e responsabilità personale che avvengono tra i partecipanti nel gruppo;

-diventi promotore nei partecipanti della **conquista della consapevolezza di sé e del controllo sulle proprie scelte, decisioni e azioni;**

-diventi promotore dell'autonomia dei partecipanti al gruppo.

Per chi non sarà inserito nei gruppi già esistenti e vorrà impegnarsi nell'apertura di un nuovo gruppo l'Associazione A.M.A. Mantova offre sostegno per la ricerca di una sede per le riunioni, per la presentazione pubblica del nuovo gruppo, per la promozione pubblicitaria.

Avvertenza per i professionisti della salute mentale che si propongono come facilitatori: nel gruppo ama il facilitatore non può praticare una psicoterapia o qualsivoglia consulenza di tipo psicologico/psichiatrico. Il facilitatore non può proporsi ai partecipanti del gruppo per una consulenza psicologica o psicoterapeutica individuale.

Per informazioni:

scrivere ad: info@amamantova.it

Sito A.M.A Mantova: <http://www.amamantova.it/wp/>