



**"DA SOLI
POSSIAMO
FARE COSÌ
POCO; INSIEME
POSSIAMO
FARE COSÌ
TANTO."** ●●●●●

Octavia Blake

**IL GRUPPO A.M.A.
E' RIVOLTO AI FAMIGLIARI
DEGLI OSPITI DI
CASA SANT'ANNA**

**SI RIUNISCE OGNI
PRIMO SABATO DEL MESE
PRESSO LA
SALA POLIFUNZIONALE
DELLA STRUTTURA**

Per informazioni o adesioni rivolgersi
agli uffici di Segreteria
alla Psicologa della Struttura
Dott.ssa Nada Puskaric
o contattare

il Comitato dei Famigliari alla mail:
comitatofamigliarisantanna@gmail.com

Casa Sant'Anna
AZIENDA PUBBLICA DI SERVIZI ALLA PERSONA



**GRUPPO DI
AUTO MUTUO AIUTO**

"A.M.A."

Sostegno ai famigliari



COS'E' UN GRUPPO A.M.A.

Il gruppo di Auto Mutuo Aiuto (A.M.A.) è un gruppo composto da persone che condividono la stessa esperienza e si incontrano per trovare conforto e comprensione reciproca.

Nel gruppo A.M.A. l'individuo non è solo portatore di una situazione per cui riceve accoglienza e sostegno, ma anche portatore di esperienza e di aiuto per l'altro.

La persona racconta la propria storia e, ascoltando quelle degli altri, si trova come davanti a uno specchio: nel rispecchiamento, acquisisce nuove informazioni su di sé, scopre le proprie potenzialità personali e sviluppa la motivazione ad andare avanti.

PERCHE' PARTECIPARE AL GRUPPO

Arriva un momento in cui, per garantire sicurezza, dignità e cure costanti, è necessario affidare il proprio caro a una struttura residenziale, nonostante le attenzioni, l'amore, la dedizione quotidiana delle persone che si prendono cura di lui.

Questa decisione, spesso presa in modo sofferto, comporta un forte impatto emotivo e può suscitare sentimenti di colpa, di tristezza e di ansia, anche nei momenti successivi alla fase di inserimento.

Il coinvolgimento nel gruppo A.M.A. permette ai familiari di condividere le proprie emozioni, timori e dubbi, trovando sostegno tra persone che stanno vivendo o hanno vissuto situazioni simili. Questa rete di supporto aiuta a ridurre il senso di isolamento e a gestire meglio lo stress emotivo legato alla nuova fase di vita.

I VALORI PROPOSTI NEI GRUPPI A.M.A.

- **LEGAME:** all'interno del gruppo ognuno porta liberamente con sé la propria storia e gli altri vi possono prendere parte, ascoltando e comunicando. Attraverso il reciproco sostegno e il confronto delle esperienze vissute, le persone trovano un luogo dove affrontare le proprie difficoltà.
- **FIDUCIA:** ogni partecipante deve avere la certezza e deve dare la sicurezza agli altri che ciò che si dice nel gruppo non sarà portato all'esterno.
- **RISPETTO:** ogni persona è diversa dall'altra e nella discussione si delineano opinioni, vissuti e idee anche molto diverse. Ogni punto di vista nel gruppo è ugualmente legittimo e va rispettato. Entrare in contatto con idee e concezioni diverse può aiutare anche a modificare e ristrutturare le proprie. Anche la puntualità è una forma di rispetto per gli altri.