



L'INTERVISIONE COME STRUMENTO E SOSTEGNO PER IL FACILITATORE:

CARATTERISTICHE, SIGNIFICATO E POTENZIALITA'

Treviglio, 30 maggio 2015

Maria Coelli

La formazione e la consulenza ai gruppi AMA è svolta da operatori professionali, anche se occuparsi di auto mutuo aiuto non è prerogativa di una professionalità.

Per potersi occupare di auto mutuo aiuto non è sufficiente svolgere una professione di aiuto ma si devono avere specifiche conoscenze: l'approccio dell'AMA, le caratteristiche dei gruppi AMA, la metodologia dei gruppi AMA, l'attivazione dei gruppi AMA, la formazione all'AMA.

Per quanto riguarda l'auto mutuo aiuto sono stati messi a punto due modelli di riferimento:

1) **MODELLO DELLA FORMAZIONE:** modello che prevede la formazione rivolta a tutti i partecipanti dei gruppi AMA (per formazione di base intendiamo un numero di ore non inferiore a 16 che consenta di apprendere le premesse fondamentali dell'AMA e una metodologia).

Non si prevede una specifica formazione sulla facilitazione, perchè si affida la metodologia del gruppo AMA al coinvolgimento dei diversi partecipanti al gruppo (ci si affida alla leadership naturale che ogni gruppo produce, al fine di salvaguardare maggiormente la relazione tra pari).

Questo modello si fonda anche sull'idea che in un gruppo AMA tutti i partecipanti nello stesso tempo sono helper (danno aiuto) e helpee (ricevono aiuto).

- Questo modello prevede:
- **Incontro periodico di autoformazione tra i partecipanti, senior, facilitatori dei gruppi** (che spesso viene definito "gruppo di intervisione"): si tratta di un incontro molto utile per affrontare difficoltà specifiche dei partecipanti che consentono un confronto e sostegno reciproco permettendo una formazione continua in itinere attraverso un aggiornamento delle pratiche e di un eventuale sostegno personale ai partecipanti in crisi. Saltuariamente si prevede di invitare a riunioni esperti e consulenti dell'AMA per affrontare problematiche specifiche o situazioni particolarmente difficili.
- **Incontri di formazione comuni che sviluppino abilità nel lavoro con e nel gruppo**: si tratta di iniziative formative molto importanti perchè sviluppino le risorse dei membri. Importante è ad esempio la formazione sull'accoglienza nel gruppo e sul clima del gruppo.

Obiettivo della formazione non è quello di fabbricare degli "specialisti" per i diversi problemi affrontati (tossicodipendenza, alcolismo, disturbi mentali, separazioni, lutto, ansia, depressione ecc..) ma piuttosto formare persone che conoscono e che sviluppino capacità e competenze relative alla comunicazione, all'ascolto, alla relazione, alla motivazione, all'empatia e all'aiuto. Altro obiettivo della formazione è l'acquisizione di una competenza relazionale finalizzata in particolare alla capacità di instaurare legami e attivare programmi con le diverse realtà del territorio.

2) **MODELLO DELLA CONSULENZA:** è prevalentemente usato dai professionisti (non a uso esclusivo) anche se la loro presenza nei gruppi è prevista solo nella fase iniziale.

Si articola in **3 tipologie:**

- **Attivazione di un gruppo AMA:** i gruppi AMA presenti sul territorio nazionale sono stati attivati quasi completamente da operatori professionali che, in alcune esperienze, dopo la fase iniziale di attivazione del gruppo, hanno messo in atto un processo di "distacco", in maniera tale che il gruppo abbia poi potuto continuare a funzionare senza la sua presenza.

Negli ultimi anni di attività dell'Associazione AMA la fase di attivazione è stata curata insieme ai senior di gruppi già attivi.

Gli operatori possono dunque facilitare, nel momento iniziale, la costituzione dei gruppi e supportare, attraverso un livello organizzativo specifico, il loro consolidamento (vedi ad es. attraverso l'invio di nuovi membri, supporto al gruppo ecc..).

→ iniziale coinvolgimento diretto degli operatori e via via un progressivo coinvolgimento dei membri in tutte le fasi dell'attività dei gruppi.

- **Consulenza al gruppo AMA:** il consulente deve avere la consapevolezza che può fornire informazioni, consigli, indicazioni ma che non deve avere il potere di agire all'interno del gruppo o di controllare il "sistema gruppo". Da qui l'importanza che i gruppi conoscano molto bene l'operatore prima di chiedere la consulenza su determinati problemi specifici e nello stesso tempo che l'operatore stesso operi un'autovalutazione sul suo livello di conoscenza del gruppo e sulla sua competenza a fornire la consulenza ad un gruppo AMA.

Si possono identificare 2 forme di consulenza, che in linea di massima, seguono la fase di attivazione:

1) Consulenza di verifica: si tratta di un paio di incontri annuali programmati in cui il consulente incontra il gruppo e insieme ad esso si fa un riassunto del lavoro in corso. Si ascoltano tutti i partecipanti, chiedendo ad ognuno di raccontare come va l'esperienza di gruppo, mettendo in evidenza cosa funziona bene e cosa desiderano migliorare (si costruisce un bilancio di gruppo riguardante il clima di gruppo, il livello percepito di rispetto, fiducia e legame).

Il consulente non si limita, in questo caso a facilitare la comunicazione all'interno del gruppo, ma partecipa attivamente alla discussione, ponendo specifiche domande e fornendo il suo parere.

2) Consulenza ad hoc: si tratta di una consulenza richiesta esplicitamente dal gruppo, che nasce da situazioni di emparse e conflitto. La consulenza è fatta in gruppo e si "limita" al problema che ha motivato la richiesta, per cui dovrebbe risolversi in un unico incontro (perchè una delle sue caratteristiche principali è data dalla brevità, anche se non è sempre facile da realizzare).

Il consulente, dopo aver raccolto le informazioni utili, propone il suo parere.

- **Reflecting Team**: tecnica ideata da Tom Andersen (1995) terapeuta familiare norvegese nell'incontro con la Scuola di Milano.

Il gruppo su cui viene applicata tale tecnica è costituito da partecipanti di diversi gruppi AMA che si ritrovano con il consulente per discutere delle difficoltà che si incontrano nei gruppi o per approfondire alcuni aspetti che riguardano l'AMA.

L'incontro si suddivide in 3 tempi (tre ore):

-primo tempo: il consulente raccoglie informazioni con il gruppo dei partecipanti dei gruppi AMA, mentre un gruppo di osservatori si pone dietro lo specchio unidirezionale;

-secondo tempo: i partecipanti invertono la loro posizione, andando dietro lo specchio e gli osservatori iniziano ad esporre le loro osservazioni discutendone con il consulente;

-terzo tempo: riunione plenaria dove si scambiano feedback tra i due gruppi e il consulente.

La supervisione e l'intervisione

-Per **supervisione** s'intende una sede di riflessione e di confronto per i facilitatori e/o i membri del gruppo, condotta da un supervisore esperto in gruppi A.M.A., su problematiche specifiche che il gruppo o il facilitatore richiedono.

-Il supervisore A.M.A. può avere delle competenze professionali adatte, quali: conoscenza e gestione delle dinamiche di gruppo, gestione dei conflitti, lavoro di rete, lavoro di comunità, ecc..., ma non può essere esente dall'esperienza A.M.A. e dall'approfondimento dei suoi nodi tematici e delle sue necessità.

-Per **intervisione** s'intende una sede di **confronto alla pari** tra facilitatori A.M.A. condotta secondo i modi dell'Auto Mutuo Aiuto ed è finalizzata al confronto sui vari aspetti dell'esperienza di facilitazione di un gruppo AMA (l'intervisione può essere considerata come una sorta di auto-supervisione, auto-organizzata e auto-gestita).

-Nelle sedi di **intervisione e supervisione**, i facilitatori hanno modo di correggere i propri errori, di trovare il sostegno e il contenimento di cui hanno a loro volta bisogno, di condividere dubbi e interrogativi.

-L'**intervisione** supera il puro concetto di supervisione applicando la dimensione dell'auto/mutuo aiuto in tutte le sue sfaccettature.

-L'**intervisione** è uno spazio sociale dove, attraverso relazioni di fiducia, di reciprocità, di genuinità e di dono, è possibile confrontarsi apertamente su questioni relative alla facilitazione dei gruppi *AMA*, senza ricevere in modo direttivo indicazioni e giudizi sul proprio operato.

Caratteristiche specifiche dell'intervisione

-L'Intervisione è un incontro gratuito, a cadenza circa mensile, che dura circa 90' (1 ora e $\frac{1}{2}$), e che è aperto a tutti coloro che sono stati facilitatori, che facilitano o che in futuro faciliteranno dei gruppi di auto mutuo aiuto.

-All'interno di questo incontro si può parlare della propria esperienza nei relativi gruppi con lo scopo di un reciproco sostegno nelle difficoltà incontrate.

Ciascun partecipante espone le proprie perplessità, dubbi, interrogativi rispetto alle situazioni incontrate di difficile gestione e gli altri membri del gruppo, attraverso un atteggiamento di ascolto empatico, danno i loro riscontri facendo riferimento alla propria esperienza, al proprio sapere e al proprio vissuto personale.

-Durante gli incontri avviene uno scambio orizzontale e paritario tra tutti i membri, che favorisce anche **momenti di auto - formazione**, accelerando processi di maturazione e di condivisione. Infatti attraverso l'incontro tra diverse esperienze e l'incrocio di saperi esperienziali, è possibile sviluppare e potenziare le risorse dei membri, e, con il confronto e il reciproco sostegno, mettere in secondo piano i nodi critici, superandoli (la mutualità dell'informazione e delle esperienze in generale, è ad oggi considerata la miglior risorsa di formazione costante a tutti i livelli).

-La riunione è facilitata a turno da uno dei partecipanti: non è presente alcun supervisore, tuttavia si può usufruire dell'esperienza dei facilitatori più esperti.

-La finalità del gruppo di intervisione non è quella di formare degli "specialisti" per i diversi problemi affrontati (maternità, disabilità, salute mentale, etc.), ma piuttosto persone aperte e disponibili all'acquisizione di abilità relazionali.

→ si tratta di promuovere in primo luogo le relazioni e interazioni che possano valorizzare le competenze personali e favorire un investimento nel processo dell'auto mutuo aiuto, processo che ha la caratteristica della orizzontalità e quindi della parità.

-Il gruppo di intervisione è quindi un gruppo **A.M.A.** a tutti gli **effetti** con tema aggregante "l'essere facilitatore": qui i facilitatori possono confrontarsi alla pari con chi condivide lo stesso percorso (anche se su tematiche differenti), con chi parla lo stesso linguaggio perchè ha vissuto in modo diretto la stessa esperienza, con chi condivide la ricchezza e a volte la fatica dello stare nel gruppo di auto-aiuto come facilitatore (nell'intervisione anche le emozioni sono libere di circolare ad un livello più elevato rispetto ad una qualsiasi riunione di lavoro).

-L'eterogeneità dei membri del gruppo di intervizione (es. giovani e adulti con diversi anni di esperienza nei gruppi AMA) favorisce una maggiore **azione riflessiva**: attraverso la contaminazione delle idee, si rafforzano le capacità empatiche, l'abilità di cambiare prospettiva per capire l'altro e capirsi nella relazione (dare e ricevere come movimento continuo circolare).

-**Ogni membro del gruppo "si aiuta" mentre aiuta gli altri.**
Con le parole di F. Folgheraiter: "L'essere attivo in una relazione di fronteggiamento giova a me stesso perchè ciò che giova all'altro di ciò che io faccio "torna indietro" verso di me. Questo effetto è teorizzato nel noto principio dell'helper therapy, il quale evidenzia appunto la "terapia" che chi aiuta produce su se stesso" (Folgheraiter F., 2007, *La logica sociale dell'aiuto*, Trento, Erickson).

-Gli argomenti che si affronteranno nell'intervisione possono anche essere stabiliti prima dell'incontro chiedendo al gruppo di facilitatori di confrontarsi (anche via mail), oppure all'interno di un incontro di intervisione è possibile preparare una scaletta dei temi che verranno man mano affrontati nei successivi incontri di intervisione.

Esempi di tematiche che possono essere affrontate sono:

- le regole del gruppo;
- come gestire la sofferenza nel gruppo;
- come mantenere la memoria del gruppo (quali strumenti per documentare la storia e il percorso di un gruppo ama);
- come gestire le divagazioni dalla problematica del gruppo;
- pregiudizi/aspettative del facilitatore;
- il colloquio di accoglienza (ingresso nel gruppo);
- la gemmazione ecc...

-E' fondamentale poi la restituzione all'interno del gruppo di ciò che emerso dall'intervisione (oltre al verbale che resta come strumento del gruppo intervisione).

-All'intervisione possono partecipare non solo i facilitatori, ma anche membri del gruppo delegati motivati (membri che hanno esperienza nel gruppo e che desiderano magari in futuro diventare facilitatori).

-Se per qualche motivo di forza maggiore, il facilitatore non può presentarsi all'intervisione, in sua vece, può partecipare un membro del gruppo delegato (è bene che però tale membro delegato non cambi ogni volta ma che sia sempre la stessa persona).

Alcune testimonianze di membri di gruppi di intervizione...

“La prima sensazione è di essere dentro una rete che ci sostiene sia umanamente, sia 'formandoci' in un apprendimento continuo. Questo diffonde sicurezza, una sicurezza che viene trasferita anche all'interno del gruppo AMA che si facilita. È un luogo dove il sapere esperienziale di ognuno - a prescindere dalla formazione professionale e dalla competenza esperienziale che si ha - viene comunque valorizzato e mai giudicato”.

“L'esigenza di un confronto su alcune questioni legate all'auto mutuo aiuto (es. aspettative del gruppo, investimento emotivo, accoglienza, reciprocità, abbandono, etc.) è nata da quando ho iniziato a facilitare il gruppo. L'impegno nella relazione di aiuto spesso ci mette di fronte a situazioni emotivamente difficili, che comportano un certo grado di imprevedibilità.

Avevo partecipato a vari corsi e ad altre occasioni formative, ma mi mancava uno spazio di rielaborazione in cui condividere il percorso di aiuto intrapreso. L'opportunità di vivere l'esperienza di intervisione è stata pertanto una occasione di crescita personale e umana, che ha migliorato la mia capacità di analisi delle situazioni e consolidato le competenze relazionali".

"In questo gruppo così eterogeneo per età, esperienza, modi di lavorare ho trovato altre persone che credono nella potenza del gruppo, nella necessità di confrontarsi per acquisire nuove competenze, nella voglia di farsi contagiare dall'entusiasmo che sento arrivare dai partecipanti. Per la prima volta non sono la più giovane del gruppo, ma mi trovo tra persone con tanta esperienza di vita e giovani donne che hanno iniziato da poco a facilitare gruppi AMA; mi fa sentire in equilibrio, in buona compagnia. Per ora ho partecipato solo a pochi incontri, ma lo sento già come un momento importante di riflessione.

Mi piace l'idea che dai ragionamenti che nascono dal gruppo si possa trovare spazio di collaborazione, di conoscenza personale e professionale. Quest'esperienza è fortemente in contrasto con l'esperienza di auto mutuo aiuto che avevo avuto fino ad ora, in cui tutto rimaneva nel gruppo e non si faceva uscire niente da quel contenitore. Qui sento che c'è lo spazio di rimettere in circolo energia e pensiero".

"Secondo me, in questo gruppo di intervizione avviene un continuo processo di crescita dato dall'intrecciarsi dell'ignoranza e della competenza di ciascuno di noi. Questo gruppo di confronto è 'vita'".