



Collana: *Strumenti per il lavoro psico-sociale ed educativo*

In libreria da gennaio 2010

Pietro Vigorelli

## IL GRUPPO ABC

*Un metodo di autoaiuto per i familiari di malati Alzheimer*

Fatica, rabbia, frustrazione sono i sentimenti del familiare che vive con una persona malata di Alzheimer. Dedicare tanto tempo ed energia per stargli vicino, per prendersi cura di lui nel modo migliore eppure questi non migliora, anzi, peggiora di anno in anno. Ai problemi della malattia si aggiunge un senso di impotenza e di inadeguatezza. Il familiare si chiede: "Faccio bene a comportarmi così?", "È colpa mia se peggiora?".

Queste considerazioni sono il punto di partenza per cercare delle soluzioni che permettano al familiare di ottenere un certo benessere e una *felicità possibile*, nonostante la malattia.

Come fare?

Il Gruppo ABC – di cui questo libro illustra il metodo – si propone come un gruppo di autoaiuto in cui i familiari, guidati da un conduttore, imparano a diventare dei curanti esperti. Le riunioni si svolgono in cerchio con un conduttore e 8-15 familiari; non si discute: ciascuno è libero di raccontare la propria esperienza, di ascoltare quella degli altri e di portare a casa le idee e i suggerimenti che per lui sono più importanti.

Al centro dell'attenzione ci sono le conversazioni della vita quotidiana, gli scambi di parole e di silenzi che costruiscono la relazione tra familiare e malato.

Nel corso degli incontri, il conduttore accompagna i partecipanti in un cammino, i Dodici Passi, che serve loro per diventare più competenti nell'affrontare i problemi di tutti i giorni. Partecipando al gruppo, il familiare ottiene dei cambiamenti piccoli ma significativi: se prima degli incontri si sente perso, insicuro e carico di sensi di colpa, dopo si sente meno solo e meglio equipaggiato per affrontare i problemi posti dalla malattia e riuscire ad essere più sereno.

Il volume si rivolge in primo luogo agli operatori che si occupano dei familiari: psicologi, medici, educatori, terapisti occupazionali e tutti i professionisti che operano nelle strutture per anziani; in secondo luogo proprio ai familiari, che ne possono trarre spunti utili per avviarsi verso una felicità possibile, seguendo il cammino dei Dodici Passi.

**Pietro Vigorelli** è medico e psicoterapeuta. Fondatore e presidente del Gruppo Anchise, associazione per lo studio, la formazione e la cura della persona anziana centrata sulla parola e la capacitazione. Docente al Corso di Laurea in Terapia Occupazionale della Facoltà di Medicina dell'Università di Milano, tiene corsi di formazione in tutta Italia, rivolti ai professionisti della cura degli anziani e ai loro familiari. Ha già pubblicato sull'argomento *La conversazione possibile con il malato Alzheimer*, (FrancoAngeli, 2004), e *Alzheimer senza paura. Perché parlare, come parlare*, (Rizzoli, 2008). È curatore del sito [www.gruppoanchise.it](http://www.gruppoanchise.it).

**Da gennaio 2010  
per acquistare rivolgersi a:**

Ufficio vendite  
vendite@francoangeli.it  
fax 02 26141958  
tel. 02 2837141

**www.francoangeli.it**

## **Indice**

**Prefazione**, di *Marco Trabucchi*, Presidente Associazione Italiana di Psicogeriatría  
**Presentazione**, di *Gabriella Salvini Porro*, Presidente Associazione Alzheimer Italia

## **Introduzione**

### **Prima Parte - Il Gruppo ABC**

Perché ABC  
I disturbi della parola  
L'Approccio Conversazionale e Capacitante  
La felicità come fine e come mezzo  
Che cos'è il Gruppo ABC  
La Carta ABC  
Le Tre Condizioni  
La costituzione del gruppo  
Lo svolgimento degli incontri  
Le Tradizioni  
Le tecniche di conduzione  
Alcuni problemi di conduzione  
Il primo incontro  
Il Gruppo ABC in sei incontri  
Il Gruppo ABC permanente

### **Seconda Parte - I Dodici Passi**

A proposito del dire  
A proposito del fare  
A proposito dell'essere

### **Terza Parte - Il conduttore**

Il conduttore esperto  
La formazione del conduttore  
Come si progetta un Gruppo ABC

### **Sintesi e prospettive**

#### **Biblio-Sitografia**

### **Appendici**

**La valutazione dei risultati**, di *Antonio Guaita, Angela Peduzzi, Pietro Vigorelli*  
**Schede per l'avvio e la conduzione dei Gruppi ABC**  
**Le Associazioni dei familiari e il Gruppo Anchise**