

Editoriale

In molti contesti di sofferenza esistenziale consistente, da molto tempo sappiamo che se i soggetti interessati (direttamente in quanto cosiddetti utenti o indirettamente come familiari, parenti, amici, ecc.) riescono a riunirsi assieme, a parlare e dialogare circa le loro esperienze (non tanto di disagio, bensì di fronteggiamento e resilienza), se i soggetti bisognosi di aiuto si collegano tra loro e si relazionano per tener botta e resistere in prima battuta, ma poi anche per riorganizzare la loro vita e ritrovare equilibri soddisfacenti, pur nel persistere a volte della patologia sanitaria sottostante, allora queste persone, disponibili a mettere allo scoperto la loro vita e farla oggetto di attenzione comune dentro un gruppo sufficientemente affiatato, incassano benefici evidenti, documentati cioè dalle ricerche cliniche in tutto il mondo (evidence-based practices).

È questa l'esperienza dei gruppi di auto/mutuo aiuto, la cui logica fondamentale riguarda la mutualità o la reciprocità. Intuitivamente è facile da capire. Mutualità vuol dire che io faccio una cosa a te, e tu poi la fai a me. Io ti aiuto e tu mi aiuti, prima io e poi tu, oppure prima tu e poi io. Oppure simultaneamente: ci aiutiamo assieme entrambi allo stesso tempo. In un gruppo di auto/mutuo aiuto, mantenere un assetto mutuale viene relativamente facile. Avendo tutti i membri del gruppo la stessa esperienza di uno specifico disagio, quando io in gruppo prendo la parola e parlo di una mia difficoltà, posso aiutare gli altri compagni a comprendere meglio la loro, che è la stessa mia (per il principio noto come helper therapy). Al contempo loro, semplicemente standomi ad ascoltare e dandomi prova che mi stanno comprendendo, mi aiutano a comprendermi meglio mentre io parlo.

Da relazioni quasi perfettamente alla pari, i gruppi di auto/mutuo aiuto sprigionano, tramite la forza umana della mutualità, prodigiose dinamiche naturali di ordine terapeutico, dinamiche che difficilmente nei setting artificiali delle terapie formali possono essere eguagliate.

Ebbene, se ci chiediamo allora perché tutto questo ben di Dio a buon mercato non è tanto valorizzato a livello sistemico, cioè non è riconosciuto e incardinato nelle politiche pubbliche sociosanitarie, dobbiamo rispondere principalmente in questo modo. Dobbiamo dire che la logica elementare della mutualità cozza contro l'impostazione ideologica – contro lo spirito – dei sistemi di welfare moderni.

La logica dei gruppi di auto/mutuo aiuto andrebbe inquadrata in una concezione generale del welfare che va sotto il nome di welfare societario. Una concezione che da nessuna parte è tradotta in norme di legge sistematiche (qualche sperimentazione qua e

là nel mondo, al massimo) e che quindi possiamo trattare come un idealtipo, un pensiero astratto un po' utopistico, diciamo così.

La teoria relazionale o societaria afferma che un sistema di welfare locale potrebbe (utopia?) essere strutturato secondo l'idea di una piena sussidiarietà, ovvero di una sussidiarietà relazionale o reciproca (detta anche a volte orizzontale). In una situazione di manifesto disagio, i soggetti che si dispongono a darsi da fare per fronteggiare quel male(essere) dovrebbero disporsi sullo stesso piano orizzontale. Non c'è un salvatore in alto e un salvato in basso. Entrambi possono aiutarsi a cavarsela nella situazione della reciproca difficoltà.

In una tale concezione, il concetto di mutualità tra le parti dei sistemi sociosanitari troverebbe la massima evidenza. La reciprocità sarebbe un elemento strutturale fondante i sistemi stessi. Una concezione dunque in cui i gruppi di auto/mutuo aiuto potrebbero essere considerati a casa loro, pienamente integrati e legittimati, capaci persino di retroagire e infondere energia positiva e indirizzi costanti ai sistemi interi.

Sarà certamente una visione un po' utopica. Ma noi conosciamo la forza e il potere del mutuo aiuto. Sappiamo che, quando l'idea astratta della mutualità trova il modo di incarnarsi in una formula organizzativa semplice e chiara (un gruppo che si ritrova tutte le settimane a parlare, facilitato eventualmente da un «esperto» non delle risoluzioni bensì della fluidificazione degli scambi), quella idea «lavora» e produce benessere.

Tutti noi conosciamo storie bellissime di esperti che sono divenuti sempre più competenti, sempre più forti, sempre più sensibili nell'organizzare le terapie, sempre più a loro agio nello stare assieme alle persone vere, nella vita vera, in una parola sempre più umani, perché sono sempre stati curiosi di capire quale è la posizione dell'altro, che cosa l'altro ci può dire. Riguardo alla sua vita e riguardo alla nostra.

Fabio Folgheraiter
(Università Cattolica di Milano)