



Newsletter

N.1 - 11/2021

FORMAZIONE PER FORMATORI

Imparare a realizzare i laboratori “Ascolta la mia storia”

Nel maggio 2021 il partenariato, sotto la guida di Alzheimer Hellas, è stato coinvolto in una sessione di formazione di tre giorni finalizzata al trasferimento di conoscenze e competenze per implementare in tutti i paesi i workshop basati sulla narrazione per caregiver familiari originariamente sviluppati in Grecia.

Alzheimer Hellas, ha sviluppato una serie di linee guida combinando l'esperienza maturata implementando laboratori simili all'interno dell'organizzazione, ma anche tenendo conto dei risultati del report **“Parlami di te”** sui bisogni e le esperienze dei diversi membri del nucleo familiare coinvolti nelle attività di cura, redatto nel quadro del precedente progetto SINCALA. In effetti, l'Unità che si occupa dei caregiver all'interno dell'associazione di Salonicco ha sviluppato un gruppo di supporto utilizzando la poesia e la letteratura come stimoli e la narrazione e la scrittura espressiva come strumenti creativi per aiutare le famiglie di persone con demenza a esprimere i propri pensieri, sentimenti ed esperienze e dare un senso alla loro situazione. I caregiver utilizzano la letteratura e la poesia per scambiare pensieri ed esperienze, per rispondere ad alcune delle loro domande sulla demenza e sul caregiving e per trovare infine un nuovo punto di vista sul proprio ruolo.

Il modello si basa su studi precedenti che dimostrano che l'uso della lettura di poesie e dell'espressione emotiva scritta può avere benefici psicologici per i caregiver (Kidd et al, 2011; Swinnen, 2014; Butcher et al, 2016).

Durante la formazione, i facilitatori delle organizzazioni partner sono stati formati all'applicazione e all'adattamento di questo modello, ma è stata anche offerta loro l'opportunità di testare su se stessi le sensazioni e l'esperienza ad esso connesse. Tutti i partecipanti sono rimasti entusiasti dell'approccio e hanno condiviso il desiderio di sperimentarlo presto a livello nazionale.

IL PROGETTO

In Europa, l'80% di tutti i malati cronici è curato da caregiver familiari, cioè persone che forniscono assistenza non retribuita al di fuori di un quadro professionale o formale. Anche se prendersi cura di una persona cara può essere fonte di grande soddisfazione personale, potrebbe anche creare difficoltà a causa del carico di cura, dello stress, della fatica e dei problemi di conciliazione con la vita professionale o personale. Pertanto, è importante promuovere e sostenere una relazione funzionale tra il caregiver e l'assistito. Inoltre, persone appartenenti a fasce di età diverse e con legami diversi con la persona assistita (figli, nipoti, coniugi) possono avere esperienze e prospettive diverse sul carico di cura, quindi è necessario tenerne conto. Per poter fornire un supporto completo ed efficace. Il programma “SINCALA - INFORMAL CARERS: A WHOLE-FAMILY & LIFECOURSE APPROACH” finanziato da Erasmus+ affronta queste sfide tramite un programma di intervento basato sulla narrazione che può essere utilizzato dai professionisti che lavorano con i caregiver per aiutarli a costruire resilienza per mantenere la capacità di cura.

Il supporto della Commissione Europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei suoi contenuti, che riflettono solo le opinioni degli autori. La Commissione non può pertanto essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

I LABORATORI “ASCOLTA LA MIA STORIA”

Utilizzo della letteratura per suscitare e condividere emozioni legate al caregiving

Il modello si basa su sessioni di circa 90 minuti ciascuna, tutte con una struttura simile: il gruppo prima legge un testo letterario o poetico selezionato dal conduttore. Quindi, ogni partecipante parla dei pensieri e delle sensazioni che scaturiscono spontaneamente dalla lettura, senza concentrarsi su un'analisi letteraria, ma solo sulla componente emotiva. I sentimenti che possono sorgere sono diversi (ad esempio tristezza, rabbia, felicità, stress, soddisfazione), a seconda dello stimolo, delle esperienze di vita precedenti o dell'attuale stato psicologico di ciascun partecipante. Dopo la condivisione spontanea, i facilitatori chiedono ai caregiver di provare ad associare i sentimenti emergenti a qualcosa che hanno sentito o sperimentato nella loro vita quotidiana di cura del familiare anziano. Il passo successivo è che i caregiver scrivano le proprie storie, dando voce ai propri pensieri ed emozioni e utilizzando tecniche di scrittura espressive e spontanee. Alla fine di ogni sessione, i caregiver disposti a farlo, leggono le loro storie al gruppo.

E ADESSO?

La partnership SINCALA sta ora lavorando su due fronti principali: da un lato ogni partner avrà la responsabilità di pilotare i laboratori “Ascolta la mia storia” a livello nazionale rivolgendosi a tre gruppi specifici di caregiver: coniugi, figli adulti e nipoti/giovani caregiver.

Parallelamente, i partner – sotto il coordinamento del capofila UWAH – stanno completando un altro output, ovvero una guida per facilitatori che guideranno i workshop basati sulla narrazione per aiutarli a identificare e affrontare i problemi che emergono tra le famiglie, come i casi di burnout del caregiver, abuso sugli anziani o altre forme di violenza domestica.

Per essere aggiornato sui nostri progressi visita: <https://sincala.eu/>

LA PARTNERSHIP

Il programma è realizzato da una partnership tra organizzazioni non governative e precisamente:

- Women's Support and Information Center (Estonia), coordinatore del consorzio, insieme a
- Università di Tartu (Estonia)
- Union of Women Associations of Heraklion (Grecia)
- Alzheimer Hellas (Grecia)
- Anziani e non solo (Italia)
- CASO50+ Centro de Atendimento e Servicos 50+, Associacao (Portogallo)
- Spominčica - Alzheimer Slovenija (Slovenia).



www.sincala.eu | [#sincalaproject](https://twitter.com/sincalaproject)