

## Il gruppo di auto mutuo aiuto

Si tratta di un'esperienza di gruppo che consente a persone che vivono una stessa situazione di vita di incontrarsi, conoscersi e confrontarsi in una dimensione di reciproco sostegno, riservatezza e non giudizio.

I gruppi sono in genere formati da 8-10 persone che si incontrano periodicamente per esprimere i propri vissuti ed emozioni, scambiarsi informazioni e conoscenze, condividere difficoltà e trovare insieme le modalità per affrontarle, riscoprendo le risorse di ciascuno.

### Associazione A.M.A.

Via Taramelli, 17 - 38122 Trento

Tel: 0461-239640

[gruppi@automutuoaiuto.it](mailto:gruppi@automutuoaiuto.it)

[www.automutuoaiuto.it](http://www.automutuoaiuto.it)

Fb: Associazione AMA Auto Mutuo Aiuto  
onlus Trento

---

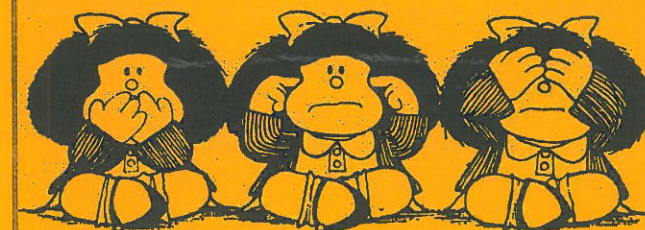
Quota associativa annuale: 30 euro

*L'A.M.A. è un'associazione di volontariato senza fini di lucro, che persegue il fine della solidarietà civile, culturale e sociale (art. 6 dello Statuto)*



# ...ma mi devo preoccupare?

**Gruppo di confronto  
per genitori di adolescenti  
con ritiro sociale o  
dipendenza da web/cellulare**



**Lunedì ogni 15 giorni  
ore 20.30  
Trento**

## Ritiro sociale e utilizzo del web

I giovani e giovanissimi sono posti di fronte alle comuni sfide della crescita, alcuni fanno più fatica di altri e iniziano a evitare sempre di più il mondo esterno, fino a scegliere l'autoreclusione in un universo minimo, fatto solo di una stanza.

Questi ragazzi hanno una forte avversione per tutti i tipi di attività sociali, dall'uscire con i coetanei alla pratica di sport di gruppo, e, soprattutto, una fobia scolare, non necessariamente motivata da brutti voti.

Può capitare poi che a saziare le esigenze di chi si taglia fuori dal mondo esterno ci pensi la "rete", che permette di costruire legami apparentemente senza troppi pericoli e di sfuggire al peso del confronto e della continua aspettativa che arriva dall'esterno, creando una sorta di "vita fuori dalla vita".



*Mia figlia Martina sta spesso chiusa in camera sua, qualche volta inventa scuse per non andare a scuola...*

*...mi devo preoccupare?*

## Perché un gruppo di confronto per genitori?

L'adolescenza è un passaggio delicato che vive ogni genitore accanto al proprio figlio, ma vedere una chiusura sempre maggiore verso il mondo esterno, l'isolarsi attraverso i videogiochi o altre attività sul web è un tema che non siamo abituati ad affrontare e non sappiamo come gestire.

Talvolta il genitore stesso rinuncia ad intervenire non sapendo come fare, rischiando di interrompere la comunicazione tra genitori e figli.

Nel gruppo vorremmo confrontarci per provare a capire qualcosa di più e facilitare la ripresa del dialogo, rispecchiandoci nelle esperienze degli altri e trovando insieme nuovi stimoli e strategie per affrontare le difficoltà.



*Leonardo sta sempre attaccato ai videogiochi, si porta il piatto in camera, se lo interrompo si arrabbia e risponde male...*

*...mi devo preoccupare?*



*Mi sono svegliata alle tre di notte, Michele era nella sua stanza ancora attaccato a internet... non è la prima volta. Forse per questo a scuola è spesso stanco...*

*...mi devo preoccupare?*

**Il gruppo si incontra  
il lunedì ogni 15 giorni  
ore 20.30  
presso l'Associazione A.M.A.  
Via Taramelli 17  
Trento**