

Zeitschrift:	Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera
Herausgeber:	Parkinson Schweiz
Band:	- (2019)
Heft:	133: Umfeld : Wert der Selbsthilfegruppen = Entourage : la valeur des groupes d'entraide = Entourage : il valore dei gruppi di auto-aiuto
Artikel:	"I gruppi di auto-aiuto sono fonti di conoscenze"
Autor:	Dignös, Ruth / Robmann, Eva
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-1034884

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

«I gruppi di auto-aiuto sono fonti di conoscenze»



Ruth Dignös. Foto: Iris Häberli

Ruth Dignös è pedagogista sociale e operatrice sociale. Dal 2003, è responsabile dei gruppi di auto-aiuto di Parkinson Svizzera nella Svizzera tedesca.

Eva Robmann ha parlato con Ruth Dignös, responsabile dei GAA di Parkinson Svizzera

Ruth Dignös, da 15 anni lei è responsabile dei gruppi di auto-aiuto di Parkinson Svizzera. Cosa sono i gruppi di auto-aiuto e perché sono necessari?

Le persone che si trovano a vivere una situazione simile – ad esempio perché hanno la stessa malattia – possono riunirsi in gruppi di auto-aiuto (GAA), in seno ai quali si aiutano, si sostengono e si rinforzano reciprocamente. Grazie all'auto-aiuto, malati e coniugi non solo sperimentano la solidarietà, ma partecipando attivamente si assumono anche la responsabilità di sé stessi. Inoltre i gruppi di auto-aiuto sensibilizzano l'opinione pubblica parlando della malattia e informando su diversi temi connessi al Parkinson.

Quando lei ha iniziato a lavorare in questo settore, Parkinson Svizzera contava già 58 gruppi di auto-aiuto. Adesso ce ne sono 77, ovvero ben 19 in più.

Questi numeri vanno considerati tenendo presente che i gruppi sono organismi viventi. Dopo la fondazione segue una fase di stabilità, e prima o poi arriva anche l'ora dello scioglimento. I membri dei gruppi invecchiano insieme, e insieme compiono un lungo percorso. In realtà, i gruppi di auto-aiuto creati in questi 15 anni sono perciò ben più di 19. È bello che Parkinson Svizzera sia rappresentata con dei gruppi di auto-aiuto sia in Ticino, sia in Romania e nella Svizzera tedesca.

Cosa rende unici i gruppi di auto-aiuto?

I membri dei gruppi diventano esperti nel proprio campo. Il bagaglio d'esperienza del gruppo non può essere sostituito dalle conoscenze degli specialisti. I gruppi di auto-aiuto sono vere e proprie fonti di conoscenze in materia di Parkinson. Il loro scopo consiste principalmente nel sostenere i cambiamenti che intervengono nelle condizioni di vita di ogni membro. Essi aiutano le persone colpite direttamente o indirettamente – par-

kinsoniani e coniugi – a trovare una via d'uscita dal loro isolamento personale e psicologico. Conversando, i membri dei gruppi si scambiano le esperienze fatte con la malattia. Questo è aiuto all'auto-aiuto. Lo scambio promosso in seno a un GAA rinforza e stimola lo sviluppo personale di ognuno. Essendone ben consapevole, Parkinson Svizzera supporta i gruppi a livello ideale e finanziario.

Oltre ai gruppi per i parkinsoniani e per i coniugi, a quelli misti e ai gruppi SCP e PSP esistono anche gruppi per giovani parkinsoniani. Come mai?

Nel caso ideale, la conduzione dei gruppi di auto-aiuto è affidata a parkinsoniani o familiari. Se sorgono interrogativi particolari, occasionalmente questi ultimi coinvolgono degli esperti. Dato che spesso si trovano ancora nel pieno della vita lavorativa e hanno figli in età (pre)scolastica, i giovani parkinsoniani devono occuparsi di argomenti supplementari, come l'educazione dei figli e la professione. La richiesta di gruppi per giovani parkinsoniani è costante, però bisogna sempre creare di nuovi, poiché a un certo punto i membri raggiungono l'età della pensione e le problematiche cambiano. Un grande ostacolo che si frappone alla fondazione di nuovi gruppi risiede purtroppo nella stigmatizzazione della malattia in seno alla società. Sovente i giovani parkinsoniani stentano a trovare il coraggio di rivelare la loro malattia.

Esprima un desiderio riguardante il suo lavoro.

Vorrei che i gruppi di auto-aiuto diventassero più coraggiosi e osassero di più. Con il loro lavoro di sensibilizzazione e informazione, essi offrono un contributo notevole alla nostra società. D'altra parte vorrei che noi tutti, che siamo la società, trattassimo i gruppi di auto-aiuto su un piano di parità e rispettassimo il loro diritto all'autodeterminazione, considerandoli un importante pilastro del settore sanitario.