



GRUPPI DI AUTO-AIUTO su WhatsApp

i Manuali di



E. Fiorini, Ottobre 2018

PREMESSA

Il presente manuale è la capitalizzazione di due Gruppi di Auto-Aiuto (G.A.A.) sperimentali che l'Associazione PaLiNUro ha creato e gestito tra 10 giugno a la fine del 2018.

Il contenuto si propone di essere una guida per la gestione di un <gruppo che per i proprio incontri si serve della piattaforma Whatsapp. Al fine di armonizzare il buon risultato e di godere di reciproca /comune soddisfazione di questo strumento di condivisione e supporto si infatti è reso necessario regolamentare sia le modalità comportamentali del GAA, sia quelle si fruizione del mezzo Whatsapp.

Principi di Un Gruppo di Auto - Aiuto

I Gruppi di Auto Aiuto (G.A.A.) sono unioni di persone che hanno in comune l'esperienza di una forma di disagio. Si costituiscono volontariamente per rispondere a un bisogno, per superare un problema, per ottenere un cambiamento attraverso l'aiuto reciproco.

I motivi principali che spingono una persona a parteciparvi sono tre:

1. La sensazione di sentirsi *sotto pressione*

La persona "colpita" si rende conto di trovarsi in una situazione difficile, che mette a repentaglio la sua vita. Ha la necessità di fare succedere qualcosa che migliori la situazione e per questo decide di aprirsi ad altri.

2. *Speranza*

La persona "colpita" spera che "facendo qualcosa" (proattività) potrà migliorare la sua vita attuale

3. *Possibilità di incontro e di reciprocità*

Il soggetto "colpito" cerca di trovare in altre persone che si trovano nella sua stessa situazione la possibilità di potersi confrontare, presentando le proprie problematiche e sentendo quelle degli altri

I Gruppi di Auto Aiuto sono una valida risposta a diversi momenti e problemi che affliggono la persona "fragile":

- Vi si possono superare crisi molto pesanti (depressione/isolamento/solitudine)
- Si mettono in comune le esperienze e imparare a si impara a parlarne
- Aumentano la fiducia in sé stessi e l'autostima
- Nel caso di malattie croniche danno la possibilità d'imparare a convivere molto bene
- Danno la possibilità di creare dei veri e propri network, anche con professionisti

Perché costituire un Gruppo di Auto Aiuto (G.A.A.)

Un Gruppo di Auto-Aiuto è un incontro *regolare* tra persone con la stessa patologia senza la presenza di figure esperte mediche né regolamento impositivi.

Ogni gruppo ha il proprio stile, la propria identità, le proprie caratteristiche e i propri obiettivi. I motivi per partecipare a un G.A.A dipendono da individuo a individuo e sono molto soggettivi. All'interno di un gruppo è importante che si parli delle proprie speranze, dei propri desideri, ma anche delle proprie paure e preoccupazioni.

Quali potrebbero essere i motivi che spingono una persona a partecipare a un GAA?...Li abbiamo già visti qui di sopra ma vale la pena di ripeterli ed approfondirli:

- scoprire come riuscire a riprendere coraggio dopo un periodo di debolezza
- il desiderio di conoscersi meglio attraverso l'incontro con altre persone
- voler reperire più informazioni in merito a una malattia/ un disagio ecc.
- cercare comprensione e supporto tra persone che si trovano nella stessa situazione
- stringere nuove amicizie
- supportare altre persone all'interno del gruppo
- pianificare attività
- superare l'isolamento
- riprendere in mano la propria vita nonostante le difficoltà attuali: malattia ecc.

La costituzione di un G.A.A. parte dal presupposto che ogni membro sia consapevole delle proprie problematiche, soprattutto in caso di malattia e sia in grado di convivere nel migliore dei modi.

Spesso le persone vivono in uno stato di paura perché non informate e rassicurate.

Il ruolo dei G.A.A. sta proprio nell'aiutare queste persone a superare momenti di crisi grazie alla condivisione della propria esperienza.

Il principio del “Dare e Avere”

I G.A.A. si distinguono da altri gruppi (esempio corsi/terapie ecc.) per la mancanza di un capo o di un esperto che si prende cura dei suoi pazienti.

In un G.A.A. esiste il principio del dare e avere, per cui ogni membro è allo stesso livello e dà o cerca consigli/supporti in base alla situazione in cui si trova in un determinato momento.

Per far sì che ci sia equilibrio è importante che ci si aiuti sempre reciprocamente.

È fondamentale che ogni membro contribuisca anche apportando le proprie capacità ed esperienze personali, indipendentemente dall'ambito e che tutti sappiano svolgere qualsiasi ruolo all'interno del gruppo. In questo modo, anche in caso di recessione improvvisa di una persona, il gruppo non ne risente.

È importante che il Gruppo sia in continuo movimento: le persone che partecipano costantemente e attivamente devono essere riconosciute per il loro operato e i “nuovi entrati” devono essere spronati e incoraggiati. I “veterani” invece, devono essere disposti a lasciar andare

le proprie esperienze e il *proprio sapere*, accettando il fatto che una determinata cosa possa essere detta anche da altre persone.

Creazione di un Gruppo di Auto Aiuto

Una volta appurato che c'è il desiderio di costituire un G.A.A. bisogna entrare nell'ottica di trovare altri compagni di avventura che abbiano esigenze simili. Come trovare dunque nuovi membri? È fondamentale creare la relazione con un certo numero di persone a cui proporre l'aggregazione. Si può veramente dare spazio alla fantasia:

- coinvolgere la propria cerchia familiare e fare passaparola
- Invitare pazienti assistiti dall'Associazione e bisogno di condivisione
- ricercare online se esistono forum → proprio in caso di ricerca online è importante proteggere i propri dati, rimanendo anonimi
- Invitare persone conosciute durante le proprie esperienze cliniche (compagni di malattia)
- passaparola
- Ecc...

La dimensione del gruppo

Entro le 12 persone è possibile confrontarsi liberamente e partecipare attivamente ad incontri di un G.A.A. che si svolgono di persona.....Figuriamoci in un G.A.A. che agisce su Whatsapp con tutti i possibili incroci o sovrapposizioni delle conversazioni!!... Quando il Gruppo è più numeroso si incorre nel rischio che alcune persone non abbiano la possibilità di esprimersi. Si rischia così che alcuni partecipanti si sentano messi in disparte e possano perdere l'interesse nel partecipare.

La gestione del gruppo

Molti pensano che in un G.A.A si parli esclusivamente di tematiche molto pesanti, ovvero di malattie ecc, Questo mito va sfatato. È infatti importante stabilire fin dall'inizio come è possibile creare un clima piacevole, favorevole e positivo.

Di seguito alcuni aspetti da chiarire durante i primissimi incontri:

- darsi del tu
- è possibile avere anche dei contatti telefonici tra membri del gruppo, quando il mezzo adottato o la profondità di quanto si sta discutendo sono limitati e viene richiesto maggiore approfondimento
- siamo in un G.A.A. democratico = siamo tutti uguali. Non ci sono membri di tipo A e di tipo B; siamo assolutamente tutti di tipo A.

Attività dei partecipanti e direzione del gruppo

Un G.A.A non può stare in piedi senza una guida, una direzione = Il moderatore!...

Moderare un gruppo significa tenere un livello di conversazione accettabile fra gli utenti. Il moderatore deve conoscere l'ambito di cui si deve occupare, proponendo spunti e contenuti al fine di coinvolgere tutti gli utenti della "chat".

Il moderatore deve fare rispettare le regole di comportamento redatte in questo *manualetto* affinché la vita della chat sia più libera possibile e rispettosa di tutti. Deve evitare pertanto che insorgano insulti né, tanto meno, prese in giro, commenti razzisti e messaggi blasfemi. Un moderatore comunque non deve mai fare pesare il proprio grado sull'utente. Questo atteggiamento farebbe scappare le persone o, peggio, creerebbe dei flame nella discussione. A volte, chi scrive, viene schernito dal primo utente che legge, o addirittura dal moderatore che risponde in un thread o addirittura da risposte saccenti e "altezzose".

Cos'è un flame?

Un flame (fiamma in inglese) significa creare un messaggio provocatorio nei confronti di altri utenti, il tutto per cercare di aizzare gli stessi contro. Questo discorso vale anche per i social network: chiunque può creare flame in qualunque ambito.

Cos'è un thread?

Nei social network invece i thread si possono considerare dei semplici post che vengono poi commentati direttamente dagli utenti, gli stessi poi vengono moderati dai vari moderatori della pagina o del gruppo nel social network.

All'interno dei G.A.A. Di PaLiNUro il Moderatore di un nuovo Gruppo è un membro esperto che ha già fatto esperienza in un Gruppo precedente e che ha letto, ha partecipato alla stesura e condivide il contenuto del presente documento.

Uno dei ruoli del moderatore è quello di ottenere il consenso del Gruppo per l'accesso di un nuovo membro e per la compilazione del relativo messaggio di presentazione e di benvenuto.

Quasi sempre la figura del Moderatore corrisponde a quella dell'amministratore del Gruppo su Whatsapp.

Come strutturare le conversazioni all'interno del gruppo

- Ognuno espone i propri problemi/ sentimenti e le proprie idee
- Ognuno deve aver la possibilità di potersi esporre
- È preferibile non incrociare le conversazioni: se si sta dibattendo un argomento è bene lasciare che si esaurisca, lasciando a tutti lo spazio per esprimersi in merito, prima di passare ad uno nuovo...è anche una forma di educazione reciproca!
- Non è ammesso parlare di terzi: ognuno può esporre e commentare solo la propria situazione
- Prendendo coraggio è possibile parlare anche di sensazioni spiacevoli
- Mai giudicare!...: non esiste il *giusto* o lo *sbagliato*
- Quando si tratta di superare momenti difficili "ognuno ha i suoi tempi"!...: È VIETATO METTERE LE PERSONE SOTTO PRESSIONE!

Come accogliere nuove persone all'interno di un gruppo

Quando si tratta di inserire nuove persone all'interno di un gruppo già esistente è importante parlarne e verificare che tutti siano d'accordo (vedi Moderatore). L'arrivo di nuove membri può infatti creare degli squilibri ed è opportuno scegliere il momento migliore per accogliere un nuovo compagno.

Un "nuovo arrivato" deve aver il tempo di poter decidere se far parte effettivamente del gruppo o meno e questo può farlo solo dopo aver partecipato a qualche conversazione.

Sviluppi all'interno del gruppo:

Alcuni membri decidono di far parte del Gruppo solo a tempo determinato; ovvero solo in un momento critico della propria vita. Una volta superata la difficoltà e ottenute le assicurazioni necessarie si sentono pronti per lasciare i compagni.

Può anche accadere che all'interno del gruppo si creino delle tensioni tali per cui una persona preferisce abbandonare la chat perché non riesce a trarne alcun beneficio.

Queste situazioni andrebbero ovviamente evitate. Pertanto è importante che fin dai primi cenni di malessere se ne parli e vengano presi provvedimenti.

Spesso si crea del malumore perché alcuni membri sono particolarmente iperattivi e altri, invece, siano del tutto passivi e non partecipano con interesse.

Soprattutto in queste fasi critiche è importante ricordarsi i principi di un G.A.A. : consolazione, comprensione, propensione al dialogo, aiuto reciproco, condivisione, solidarietà.

Primi segnali di cedimento all'interno di un gruppo:

La crisi all'interno di un gruppo inizia a essere evidente quando non si riescono a raggiungere determinati obiettivi e quando il numero di partecipanti inizia a diminuire drasticamente.

Proprio in questi casi è opportuno rivolgersi a persone esterne e a chiedere aiuto/supporto/consiglio.

In caso di "danni" irreversibili il gruppo è destinato a sciogliersi. Ad alcuni potrebbe andare bene perché sono comunque riusciti a raggiungere i propri obiettivi; per altri invece (soprattutto per le persone con malattie croniche o disabilità) potrebbe rappresentare un problema, in quanto non avrebbero più un gruppo di riferimento con cui confrontarsi... sprofondando nella solitudine

In questi casi dovrebbe essere chiesto l'aiuto esterno del Presidente dell'Associazione PaLiNUro che potrebbe intervenire soprattutto nei seguenti casi:

- supporto in fase di costituzione di un G.A.A.
- consulenza nel caso ci siano delle problematiche all'interno di un gruppo che non possono essere risolte autonomamente
- aiuto nel fare da tramite per raggiungere figure esperte (medici/psicologi)

Potrebbe anche essere che un G.A.A. contatti “compagni” di altri Gruppi: il confronto tra persone appartenenti a gruppi diversi può comunque essere uno stimolo in più.

Alcune regole di un G.A.A. di PaLiNUro in sintesi

- Tutti i membri del gruppo hanno gli stessi diritti
- Ogni membro è responsabile di sé stesso
- Bisogna sempre parlare in prima persona, sulla base della propria esperienza; mai generalizzare
- Ascoltare attentamente quello che dicono gli interlocutori, non interrompere durante le discussioni, non intraprendere monologhi
- Non fare domande troppo pungenti (mettere il dito nella piaga)
- Non interpretare/analizzare affermazioni di altri
- Non dare consigli; i suggerimenti sono ben accetti solo se richiesti esplicitamente
- Non comunicare a terzi quello che viene discusso all'interno del gruppo
- In caso non si possa più partecipare a un incontro è importante disdire la propria presenza

Auto Aiuto Virtuale

La nostra formula di G.A.A. realizza scambi tra persone, senza che ci sia un contatto diretto : il tutto avviene sotto forma di scrittura nell'ambiente di WhatsApp.

Questo tipo di approccio è preferito da diverse persone in quanto rimane un'esperienza virtuale; per altri questo è un modo per confrontarsi con esperienze su tutto il territorio nazionale pur rimanendo a casa propria.

Anche WhatsApp ha le sue regole...da integrare a quelle dei G.A.A.

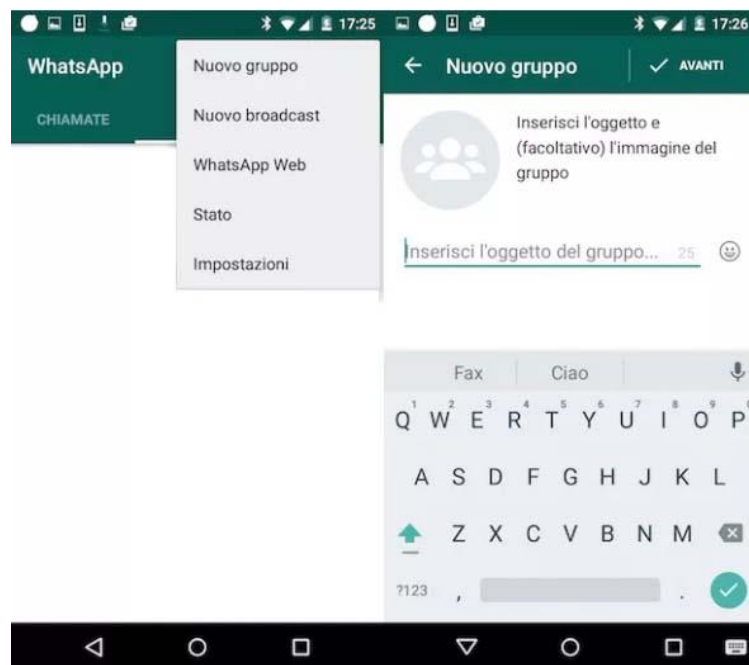
Un Gruppo di Auto Aiuto in chat può essere un utile strumento se utilizzato con criterio. Questo permette, infatti, di mettere in contatto più persone accomunate da un medesimo scopo o interesse ma può diventare una vera tortura. Affinché ciò non accada è bene tenere a mente alcune semplici regole:

- Evitare, anzitutto, i gruppi troppo grandi: una decina di partecipanti sono già al limite della gestibilità effettiva.
- Mantenere ben chiaro il tema principale della chat
- Evitare le polemiche
- Evitare i pettegolezzi
- Evitare le conversazioni 1 a 1, per questo esistono le chat private personali...oppure è possibile telefonarsi direttamente
- Evitare di creare chat troppo affollate
- Inviare messaggi solo ad orari consoni evitando le ore notturne e quelle notoriamente dedicate al riposo o ai pasti
- Non inviare per alcun motivo catene

- Fare ricorso ai messaggi vocali solo se brevi e se strettamente necessari
- Meglio non abusare delle faccine (emojicons)
- Non intavolare discussioni infinite ma essere sintetici
- Presentarsi quando si viene introdotti in una chat se non se ne conoscono tutti i membri
- Partecipare - anche solo saltuariamente o tardivamente - alle conversazioni in corso, per dimostrare un minimo spirito di adesione al gruppo (viceversa, salutando garbatamente, levare il disturbo)
- Congedarsi se si decide di abbandonare la chat
- A volte può capitare di non sentirsi più a proprio agio all'interno di un gruppo o può capitare che questo non sia per noi più utile. In tal senso si provvederà ad abbandonare la chat non prima, però, di aver salutato i presenti spigando sommariamente, o con frasi di circostanza, i motivi del nostro abbandono.
- Non è necessario essere troppo dettagliati e precisi, basterà semplicemente non autoeliminarsi nel totale silenzio perché equivarrebbe all'uscire da una stanza voltando le spalle a tutti e sbattendo la porta, atteggiamento certamente non educato.
- Il nostro abbandono potrebbe essere non capito o non accettato e dare adito a delle malelingue ma noi almeno avremo fatto il possibile per non mancare di rispetto a nessuno e non passare arbitrariamente dalla parte del torto.

Utilizzo di WhatsApp

Come creare un gruppo su WhatsApp

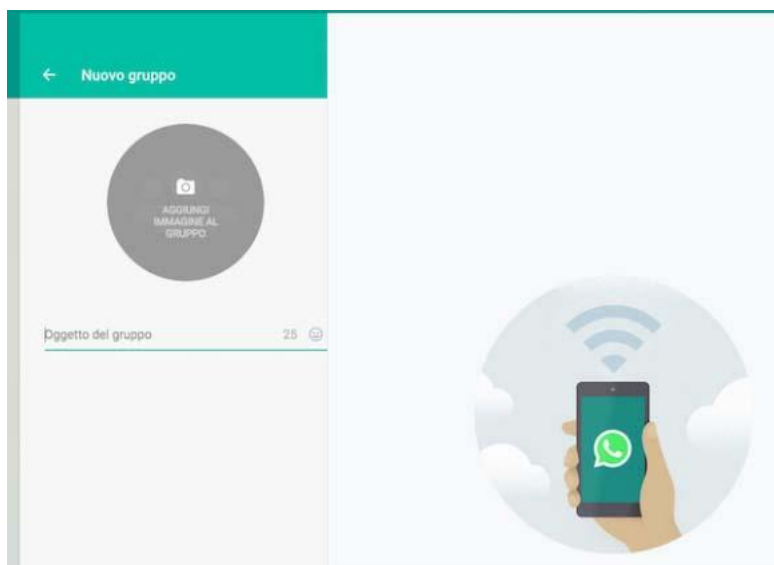


La procedura per creare un gruppo su WhatsApp è estremamente semplice. Non si deve far altro che accedere alla home screen dello stesso e avviare la applicazione istantanea facendo tap sulla sua icona. Una volta visualizzata la schermata principale dell'app, accedere alla scheda delle **Chat**. A questo punto, utilizzando uno smartphone Android, si deve pigiare sul pulsante raffigurante **tre puntini** collocato in alto a destra e selezionare la voce **Nuovo gruppo** dal menu che si apre. Utilizzando un iPhone, se deve semplicemente fare tap sulla voce **Nuovo gruppo** collocata in alto a destra.

Ora selezionare, dall'elenco che viene mostrato a schermo, i contatti che si desidera includere nel gruppo pigiando sull'apposita casella collocata accanto ai vari nomi dopodiché se utilizzando uno smartphone Android pigiare sulla **freccia verde** che appare in basso a destra mentre utilizzando un iPhone fare tap sulla voce **Avanti** presente in alto a destra. Tutti gli utenti selezionati si ritroveranno iscritti automaticamente alla chat.

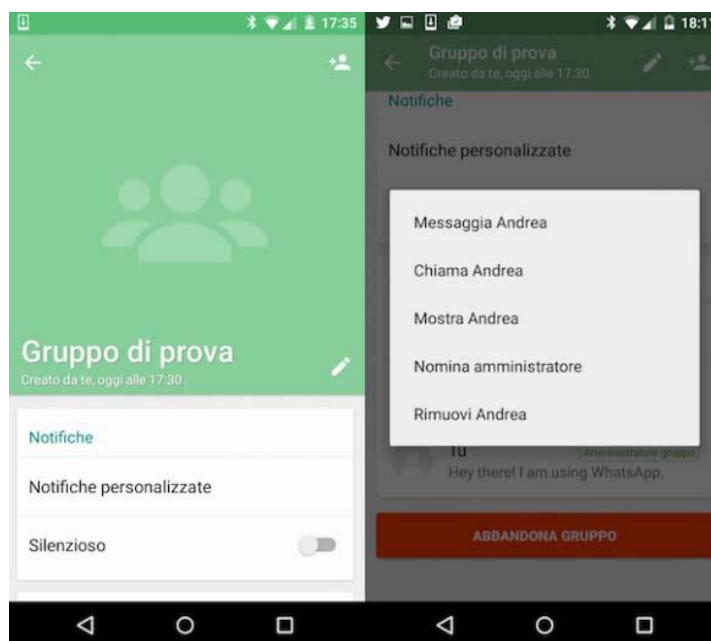
Digitare quindi il nome che intendete assegnare alla chat nell'apposito campo collocato in alto, fate tap sul **cerchio** collocato sempre in alto a sinistra per scegliere (o scattare) – se lo ritenete opportuno – una foto da usare come immagine di copertina dopodiché se utilizzate uno smartphone Android fate tap sul **pulsante verde raffigurante una spunta** presente in basso mentre se utilizzate un iPhone fate tap sulla voce **Crea** presente in alto sulla destra.

A conferma del buon esito dell'operazione vi ritroverete dinanzi la finestra della chat del gruppo e potrete subito cominciare a chiacchierare con tutti i partecipanti.



È possibile creare un gruppo anche utilizzando WhatsApp Web oppure l'app di WhatsApp per computer. È sufficiente cliccare sull'icona collocata nella parte in alto a destra dell'elenco delle conversazioni (i **tre puntini** su WhatsApp Web, la **freccetta rivolta verso il basso** su WhatsApp per computer) dopodiché fare clic sulla voce **Nuovo gruppo** annessa al menu che viene mostrato. Successivamente, scegliere un titolo per il gruppo digitandolo nel campo **Oggetto del gruppo**, selezionare – se lo ritenete opportuno – una foto per la discussione facendo clic sulla dicitura **Aggiungi immagine al gruppo** dopodiché pigiare sulla **freccia avanti** e selezionare i contatti da invitare nella chat.

Gestire un gruppo su WhatsApp

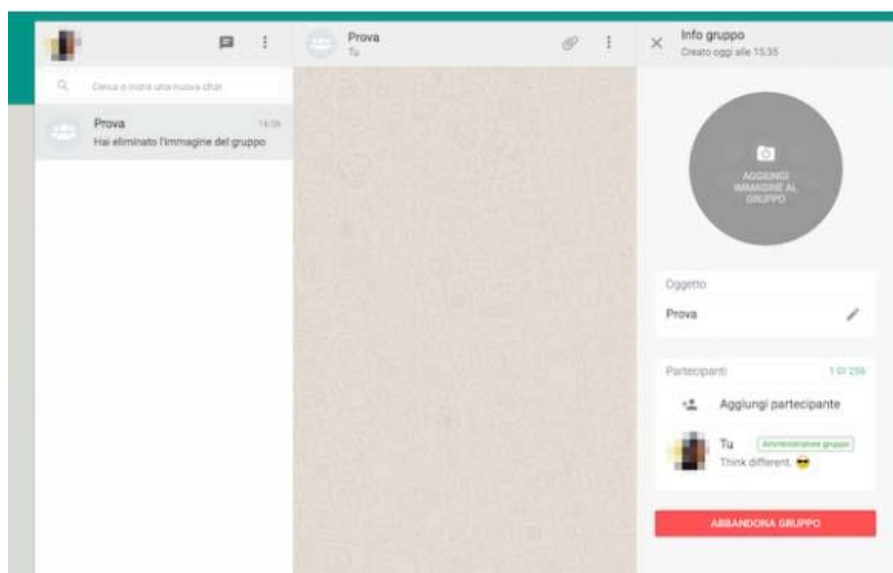


I gruppi di WhatsApp non sono “statici”. Si possono modificare in qualsiasi momento per aumentare o diminuire il numero dei partecipanti, nominare nuovi amministratori, cambiare l’oggetto della discussione (ossia il titolo) o applicare nuove immagini di copertina.

Per aggiungere un nuovo partecipante al gruppo andare nella scheda **Chat** di WhatsApp, selezionare l’oggetto della discussione e pigiare sul titolo collocato in cima allo schermo. A questo punto, se utilizzando uno smartphone Android pigiare sulla voce **Aggiungi partecipante...** mentre utilizzando un iPhone fare tap sulla voce **Aggiungi partecipanti** dopodiché selezionare i contatti da invitare nella chat e il gioco è fatto. Ricordiamo che quest’operazione è ad esclusivo appannaggio degli amministratori del gruppo e che il numero massimo di partecipanti è fissato a 256 utenti. La procedura per rimuovere un partecipante da un gruppo non è molto diversa da quella per aggiungere nuovi utenti. Dovete andare nella scheda **Chat** di WhatsApp, selezionare la discussione di cui siete amministratore e pigiare sul suo titolo. Dopodiché individuare il nominativo della persona da escludere, fare tap su di esso e selezionare la voce **Rimuovi [nome]** (al posto di **[nome]** trovate indicato il nome del contatto che avete selezionato) dal riquadro che si apre.

Per i Gruppi di Auto Aiuto di PaLiNUro su WhatsApp è previsto un unico amministratore. Il sistema tuttavia permette ad ogni gruppo può avere un numero illimitato di amministratori.

Infine, potete cambiare titolo e immagine di copertina di un gruppo semplicemente pigiando sul suo titolo e selezionando l’elemento da modificare. Nel caso del titolo basta selezionare quest’ultimo e applicare la modifica desiderata. Per quanto concerne l’immagine di copertina, per modificarla, dovete fare tap prima sulla foto e poi sul pulsante **Modifica** in alto a destra.



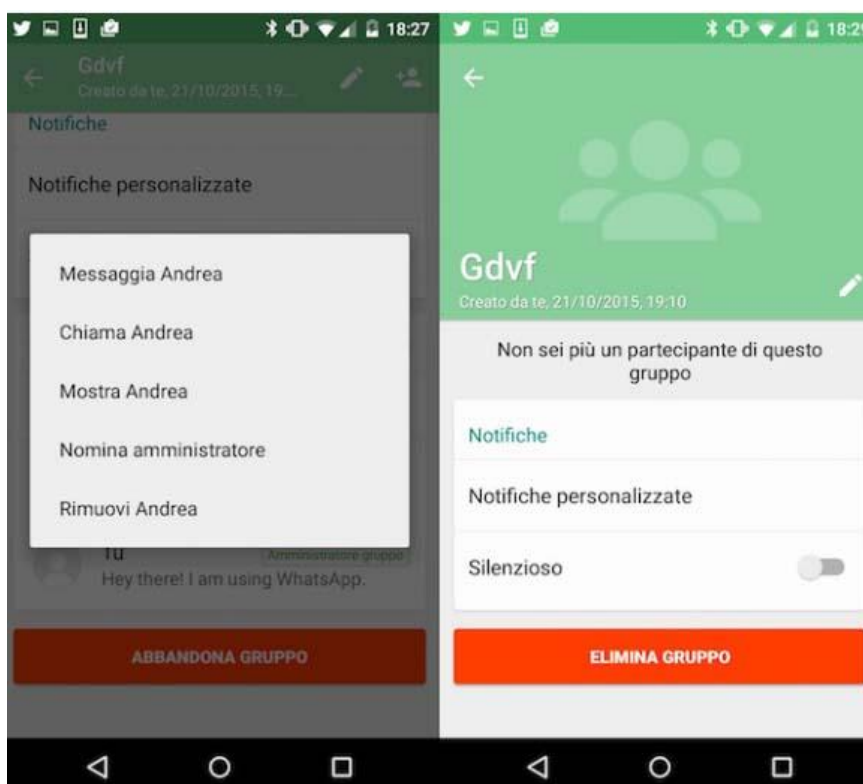
Gestire un gruppo creato su WhatsApp è un’operazione che può essere effettuata senza alcun tipo di problema anche tramite WhatsApp Web oppure mediante la versione dell’applicazione per computer.

Per aggiungere un nuovo partecipante al gruppo, andare nella sezione di WhatsApp in cui sono raggruppate tutte le conversazioni in corso, selezionare l’oggetto della discussione e cliccare sul

titolo collocato in alto a destra. Per finire, cliccare sulla voce **Aggiungi partecipante** e selezionare i contatti che desiderate invitare nella chat.

Se invece desiderate rimuovere un partecipante da un gruppo, non si deve fare altro è che andare nuovamente nella sezione di WhatsApp Web o WhatsApp per computer in cui risultano raggruppate tutte le conversazioni, selezionare la discussione di cui siete amministratori e fare clic sul titolo. Successivamente individuate il nominativo della persona che intendete escludere, cliccare su di esso e selezionare la voce **Rimuovi [nome]** (al posto di **[nome]** troverete indicato il nome del contatto che avete selezionato) dal riquadro che si apre.

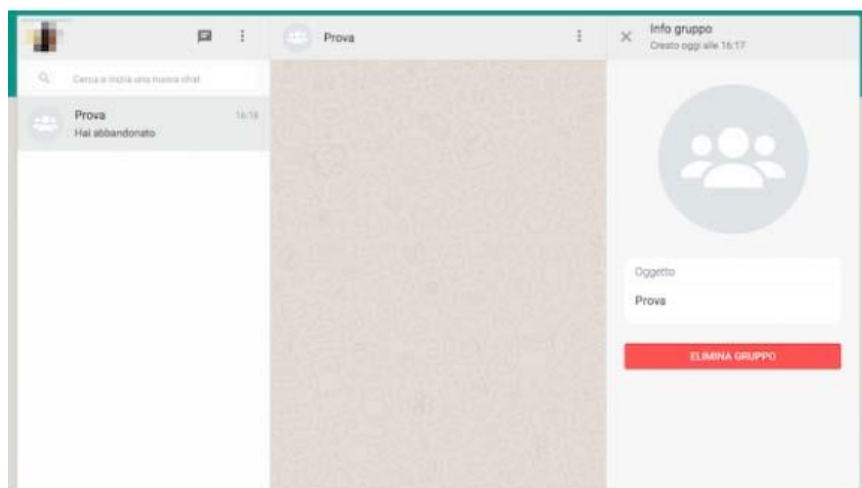
Cancelare un gruppo su WhatsApp



Dopo aver provveduto a creare un gruppo su WhatsApp potreste avere la necessità di cancellarlo. In tal caso, dovrete prima rimuovere tutti i partecipanti dalla conversazione e poi abbandonare in prima persona la chat.

Per cancellare i partecipanti dal gruppo fate affidamento alle indicazioni che abbiamo fornito prima: pigiare sul titolo della discussione, selezionare i nominativi dei partecipanti e fare tap sull'opzione **Rimuovi [nome]** (al posto di **[nome]** trovate indicato il nome del contatto che avete selezionato) presente nel riquadro che si apre. Gli amministratori possono eliminarsi reciprocamente, non ci sono problemi.

A questo punto, pigiare sul pulsante **Abbandona gruppo** che si trova nella schermata di gestione della chat, confermate la vostra volontà di lasciare la discussione, pigiate su **Elimina gruppo** e date conferma della vostra volontà di eliminare il gruppo selezionato facendo tap sull'apposita voce visualizzata a schermo per eliminare definitivamente la conversazione a cui avevate dato vita.



Se invece utilizzate WhatsApp Web o WhatsApp per computer e vi interessa capire in che modo procedere per poter eliminare un gruppo sulla famosa app, i passaggi da effettuare sono pressoché simili a quelli già visti per la variante smartphone. Per riuscire nel vostro intento dovete infatti provvedere innanzitutto a rimuovere tutti i partecipanti dalla conversazione e poi abbandonare in prima persona la chat.

Per cancellare i partecipanti dal gruppo fate affidamento alle indicazioni precedenti: pigiare sul titolo della discussione, individuare il nominativo della persona che intendi escludere, cliccare su di esso e selezionare la voce **Rimuovi [nome]** (al posto di **[nome]** troverete indicato il nome del contatto che avete selezionato) dal riquadro che si apre.

A questo punto, pigiate sul pulsante **Abbandona gruppo** che si trova nella schermata di gestione della chat, confermate la vostra volontà di lasciare la discussione facendo clic sul bottone **OK**, pigiate su **Elimina gruppo** e date conferma della vostra volontà di eliminare il gruppo selezionato facendo clic sull'apposita voce in modo tale da poter eliminare definitivamente la conversazione a cui avevate dato vita.

Come nominare amministratore sul gruppo di WhatsApp



- entrare nel gruppo WhatsApp
- premere sul nome del gruppo in alto
- selezionare i partecipanti che volete nominare
- premere il pulsante nomina amministratore
- il partecipante è stato aggiunto tra gli amministratori del gruppo

Se non riuscite a nominare un nuovo amministratore con le precedenti istruzioni rapide procedete nel seguente modo: aprite l'applicazione WhatsApp ed entrate nel Gruppo che volete modificare.



Nella schermata iniziale del gruppo premete sul nome del gruppo in alto per accedere al pannello di controllo.



Scorrete la schermata fino alla posizione *Partecipanti* poi premete sul nome della persona che volete nominare amministratore del gruppo.

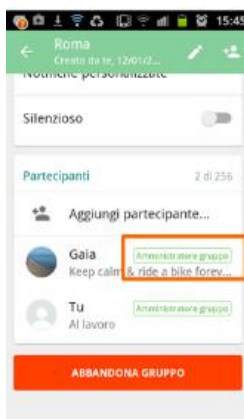


Ora seleziona la voce **Nomina Amministratore**



La persona è stata aggiunta tra gli amministratori del gruppo su WhatsApp.

Nell'elenco dei partecipanti del gruppo vicino al nome della persona viene aggiunta la dicitura in verde **“amministratori gruppo”**.



FAQ

Chi può nominare un nuovo amministratore?...Soltanto gli amministratori del gruppo possono aggiungere o cambiare un amministratore

Chi può essere nominato amministratore del gruppo?...Qualsiasi partecipante del gruppo può essere nominato amministratore del gruppo

Come diventare amministratore del gruppo?...Per diventare un amministratore di un gruppo si deve chiedere e ricevere la nomina da parte di un altro amministratore

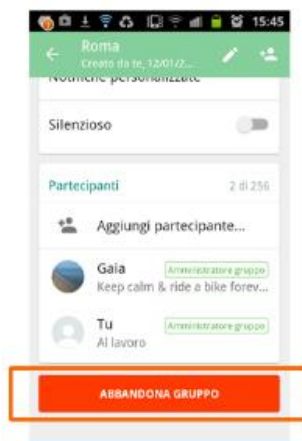
Come rifiutare la nomina di un amministratore

Se vi hanno nominato amministratore del gruppo contro la vostra volontà e non volete esserlo, per rifiutare la nomina dovete **abbandonare il gruppo**.

Entrate nel gruppo e **premete sul nome del gruppo** in alto



Scorrete lo schermo verso il basso fino alla fine dell'elenco dei partecipanti del gruppo.
Premete sul pulsante **abbandona il gruppo**



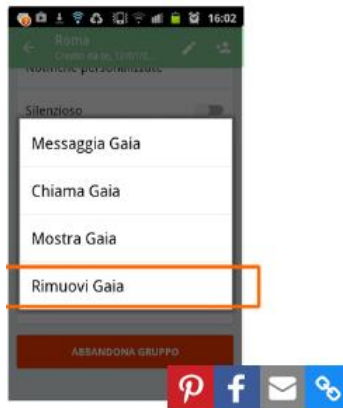
poi confermate la scelta premendo su **abbandona**.
In questo modo cessate di essere sia un partecipante che un amministratore del gruppo.

Come eliminare un amministratore del gruppo

Per rimuovere uno degli amministratori del gruppo aprite il gruppo e premete sul nome del gruppo in alto.



Premete sul nome della persona nell'elenco dei partecipanti.
Poi selezionate la voce **rimuovi**.



Nella schermata seguente WhatsApp vi chiederà di confermare la rimozione dell'eliminazione dell'amministratore del gruppo.

Premete OK per procedere con la sua espulsione



Avete così eliminato un amministratore del gruppo.