

## **NOM de la formació: GRUP DE SUPORT EMOCIONAL**

**Dinamitzadora del grup:** Fatima Larger, del Centre d'Assistència Psicològica de Sants

**Dies i hores:** dimarts, de 11:30 a 13.00 hores. Trobades quinzenals

**Activitat  
XIC**



<b>Finalitats</b>	<b>Objectius</b>
Crear un espai de suport psicològic, facilitant un punt de trobada on reunir-se per compartir dificultats, experiències i coneixements.	Compartir dificultats i experiències amb altres membres del grup
	Facilitar l'expressió de sentiments, angoixes i pors
Crear un espai on poder expressar les preocupacions, pors i dubtes	Adquirir noves habilitats que facilitin un millor afrontament de les dificultats del dia a dia
	Rebre confiança i recolzament
Crear un espai on poder trobar eines per afrontar i conviure amb les dificultats del dia a dia de la millor manera possible	Facilitar, intercanviar i clarificar informació
	Donar suport als i les altres membres del grup

**Nombre de sessions i durada:** Trobades quinzenals de 1'5 hores.

**Grandària màxima del grup:** 15 persones

**Metodologia:** És un grup obert amb la possible incorporació de nous membres i on els integrants del grup són els protagonistes.