

GRUPPO DI AUTO-MUTUO AIUTO

Tema trattato:

*L'ANSIA E LE SUE RIPERCUSSIONI SULLA VITA SOCIALE,
LAVORATIVA E SESSUALE*

Il gruppo di auto mutuo aiuto è finalizzato alla condivisione di esperienze simili, senza pregiudizi e senza essere giudicati. Ogni partecipante può raccontare la propria esperienza rispetto al tema trattato (in questo caso riguarda l'ansia), esprimendo i propri dubbi, le proprie paure e timori, e spiegando anche come eventualmente riesce ad affrontare le situazioni più critiche. Il ruolo dello psicologo è quello di mediare e dare indicazioni utili alla gestione del problema affrontato. Condividere e verbalizzare i propri sentimenti e le emozioni con qualcuno che vive gli stessi disagi, aiuta l'individuo a non sentirsi solo ed incompreso.

Numero di incontri previsti: 6 con cadenza settimanale

Numero di partecipanti: 4 - 6

Costo di ogni singolo incontro: € 40

Durata di ogni incontro: 1 ora

Gli incontri si terranno presso il CENTRO MEDICO PIFFETTI
Via Piffetti 33/C, Torino

Per informazioni e per prenotazioni, telefonare alla psicologa
Dott.ssa Monica Cappello: Tel. 3397712301