

**GRUP DE TERÀPIA PER A ADULTS:  
“Compartint amb altres”**

La depressió, l'ansietat, la solitud i el narcisisme són símptomes predominants d'una societat fragmentada i digitalitzada com l'actual, la major part d'aquests símptomes són conseqüència de la falta d'habilitat de les persones per relacionar-se.

El descontentament de les persones és generalitzat i els professionals de la salut mental hem de posar èmfasi en l'aprenentatge interpersonal com a mecanisme curatiu fonamental.

A Atia estem convençuts que el grup de teràpia és una eina per aconseguir aquest aprenentatge interpersonal i el considerem el lloc natural per al tractament dels trastorns emocionals. El grup es presenta com un espai segur per a afavorir l'escolta de l'altre i d'un mateix, disminuir els sentiments de solitud i incomprensió, enfortir la pròpia autoestima i identificar aquells aspectes d'un mateix i de les mateixes circumstàncies que puguin dificultar les relacions.

**El grup va dirigit a persones d'entre 25 i 60 anys** amb ganes de participar d'una experiència d'intercanvi amb uns altres i d'aprendre de l'experiència d'estar en un grup.

**El grup esta conduït per dues psicòlogues grupoanalistas.**

**El grup és setmanal i té una durada d'una hora i quart.**

Prèviament a la incorporació es realitzarà una entrevista individual amb la finalitat de valorar la idoneïtat al grup i d'informar sobre el seu funcionament.

**Informació**

Magda Sallés

630.292.360

[info@atiapsicologia.com](mailto:info@atiapsicologia.com)