



## **Grups de suport per a persones en situació de dol arran dels esdeveniments vinculats a la crisi sanitària de la Covid19 i el confinament.**

Pensem en un espai de suport mutu per a persones afectades per la crisi sanitària de la Covid19, on conduïdes per una especialista se les facilitarà un context idoni per a poder expressar pensaments i vivències relacionades amb la situació de dol per la que passen i per a poder reflexionar , analitzar i elaborar aquests pensament i vivències, tanmateix se les acompanyarà per a buscar noves formes d'estar i funcionar tot i la situació viscuda.

### **Funcionament**

Es faran Grups de 6 persones com a màxim.

S'utilitzarà la Plataforma online "Google meet".

12 sessions – inici 19 d'Octubre i fins al 18 de gener –Els dilluns de 10 a 11h del matí.

La primera presa del contacte amb la Psicòloga i Musicoterapeuta conductora del grup de suport serà per mitjà d'una entrevista personal a cada participant d'uns 50 minuts, on la finalitat serà poder conèixer de forma primerenca la situació emocional i psicològica en la que es troba la persona, tanmateix s'aportaran els coneixements necessaris per a l'ús i adaptació a la plataforma online. Aquesta entrevista podrà ser per Videotrucada whatsapp o telefònica.



Un cop efectuades aquestes entrevistes individuals que tindran lloc del 11 d'octubre al 18 d'octubre, s'iniciaran les trobades grupals que tindran la durada de 60 minuts.

### **Estructura de les trobades**

-Presentacions

-Orientació a la realitat i expressió lliure de les vivències i pensaments vinculats al fet concret.

-Ús de la música i/o la paraula per a facilitar l'expressió d'aspectes lligats a les vivències i realitat psíquica i emocional de cada participant.

Farem ús de tècniques a l'audició musical per a que les persones del grup puguin trobar formes d'expressar quelcom que els evoca la música.

Farem ús de la música per a poder verbalitzar sobre el fet concret i pròpies les vivències, per a evocar el propi estat emocional, per a promoure la reminiscència, per a recordar l' ésser estimat o expressar records vinculats a la persona que ha marxat.

-Generarem un espai de suport entre els participants per a buscar solucions que millorin l'estat emocional i el funcionament de les persones usuàries del servei.

-Espai per a l'acomiadament del ésser estimat. A través de musiques, poemes i / o verbalitzacions.

-Relaxació.

-Tancament.

Pensem en aportar un suport emocional i un espai de suport entre usuaris que els faciliti la elaboració i verbalització dels aspectes psicològics , emocionals



vinculats a la situació viscuda per tal que pugui elaborar el dol de forma més positiva i regulada, un espai que els aporti recursos i estratègies per a la millora de la seva funcionalitat i el seu estat emocional.

### **Honoraris**

Preu sessió entrevista individual inicial (per persona): 50€

Preu sessió virtual (per persona) : 20€

Un màxim de 6 usuaris durant 12 sessions.

**Inscripcions trucant al 622336690 i /o [contacte@psicologiamusicoterapiabcn.com](mailto:contacte@psicologiamusicoterapiabcn.com)** Abans del 11 d'octubre.

### **Especialista que condueix els grups**

#### **Cristina Villafranca Garreta**

Psicòloga general sanitària col·legiada 21692, amb habilitació sanitària pel Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya.

Psicoterapeuta

Musicoterapeuta (UB-IL3) ACMT Acreditació com a Musicoterapeuta Professional a Catalunya (MTAC-21)

Membre del grup de treball de Musicoteràpia adscrit a la Secció clínica del COPC (Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya)

Formació continuada a la Secció clínica de Barcelona - Institut del camp Freudiana i en Salut Mental (varies entitats).



Directora, terapeuta i formadora de “Musicoteràpia BCN Psicologia i Musicoteràpia Clíniques”

Psicòloga clínica i Musicoterapeuta a C.A.S.M Benito Menni, Hospital Psiquiàtric Benito Menni Sant Boi.

Psicòloga clínica i Musicoterapeuta a U.T.E Salut mental Gràcia (GRUP ATRA)

Psicòloga clínica i Musicoterapeuta a Salut Mental Catalunya

Psicòloga i Musicoterapeuta a la Fundació Comtal amb infants en situació de de vulnerabilitat amb projecte de La fundació la Caixa.

Docent en el Màster de Musicoteràpia Isep Bcn- UVic