



Associazione Veneta per la Ricerca e la Formazione in Psicoterapia Analitica di Gruppo e Analisi Istituzionale  
CF: 92020100282; P.IVA: 00109830281

## Raccomandazioni per partecipare ai gruppi

### *Insieme nell'isolamento, con fiducia*

### **nell'ambito del Progetto di aiuto psicologico di gruppo per i cittadini del Comune di Padova posti in isolamento fiduciario domiciliare da COVID-19.**

Partecipare a un gruppo di aiuto psicologico prevede alcuni accorgimenti e il rispetto di regole di comportamento che consentono il buon andamento degli incontri.

- Arrivare *puntuali*, collegandosi 15 minuti in anticipo per prevenire eventuali difficoltà tecniche
- Attendere nella *sala d'attesa* virtuale l'ora prevista: il conduttore (host) vi darà accesso alla stanza
- Restare per tutta la durata degli incontri che sarà di *1 ora e 30*
- Partecipare a tutto il ciclo previsto di *4 incontri*, salvo impossibilità
- Comunicare al conduttore, rispondendo alla mail di invito, o scrivendo in anticipo alla mail del servizio, per comunicare eventuali *ritardi o assenze*
- Rispettare i *turni di parola* senza sovrapporsi e lasciando spazio a tutti
- Silenziare il proprio *microfono* quando non si desidera parlare per attenuare i rumori di fondo e il rimbombo
- Affinché ognuno si senta libero di esprimersi, *astenersi dal giudizio* su quanto si ascolterà
- Affinché ci si senta liberi di esprimersi, *mantenere la riservatezza* su quanto ognuno ascolterà dagli altri
- Accertarsi di avere a disposizione un *ambiente tranquillo* e sicuro dove nessun altro possa accedere o ascoltare quanto viene detto. L'utilizzo degli *auricolari* permette un migliore isolamento.

Se tutti noi cercheremo di rispettare queste raccomandazioni, nei limiti delle nostre possibilità, gli incontri procederanno più fluidamente e saranno più utili.

Collaborare insieme per la riuscita sarà un modo per iniziare a aiutarci.

Alla fine degli incontri di gruppo le invieremo un breve *questionario di valutazione* dell'esperienza.

*Vi ringraziamo per la collaborazione*  
*I conduttori dei gruppi ASVEGRA*