

QU'EST-CE QUE LE SOUTIEN SOCIAL?

Le soutien social est une expression qui définit l'ensemble des actions et des comportements qui proviennent des personnes qui vous aident et qui vous soutiennent. Cette aide ou ce soutien peut revêtir différentes formes:

Émotionnel

Il s'agit du réconfort des autres qui prend forme lors du partage d'expériences et de sentiments. Ce type de soutien apporte des sentiments de compréhension et d'amour.

Tangible ou matériel

Ce type de soutien implique une assistance directe, par exemple : le don ou le prêt d'argent ou de biens matériels, des services d'aide tels que, aller chercher vos médicaments, préparer vos repas, dispenser des soins physiques.

Informatif

Le soutien informatif consiste en un partage d'information sous forme de conseils, de suggestions ou de propositions.

L'intégration sociale

C'est un terme qui désigne l'accompagnement d'autres personnes ayant des intérêts communs, par exemple, lors d'activités récréatives.