

Département de psychiatrie

**Groupe thérapeutique
d'entraînement aux
habiletés sociales et
affirmation de soi**

Section "Eugène Minkowski"
et Unité de Réhabilitation



Entraînement aux habiletés sociales et affirmation de soi

Quoi?

A travers des situations personnelles concrètes de difficultés d'interactions sociales amenées par les patients, nous allons entraîner en groupe ou en individuel différents aspects de communication, d'affirmation de soi et des biais de pensées.

A travers la mise en pratique de jeux de rôle et de discussions nous allons aborder les problématiques suivantes :

- Comment commencer, poursuivre ou arrêter une conversation
- Comment exprimer un refus
- Comment accepter ou refuser un compliment
- Comment exprimer des émotions positives ou négatives de manière affirmée
- Etc.

Ce module en 10 séances fait partie du programme Explore. Il peut être suivi seul ou dans le cadre entier du programme.

Pour qui?

Pour toute personne ayant des difficultés au niveau de la communication, des relations sociales et de l'affirmation de soi dans un contexte de troubles anxieux, de symptômes dépressifs ou des symptômes psychotiques persistants et envahissants.

Par qui?

Par des psychologues spécialisé(e)s en Thérapie Comportementale et Cognitive et/ou d'autres intervenants de la Section « E. Minkowski » et de l'Unité de Réhabilitation.

Contact et inscription?

Merci de nous contacter à la Consultation de Chauderon en passant de préférence par votre référent médical (médecin, infirmier, psychologue, etc.):

Tél.: 021 314 00 50

Lieu?

Consultations de Chauderon – Place de Chauderon 18 – 1003 Lausanne.