



Département de psychiatrie
Service de psychiatrie communautaire

Habiletés sociales et affirmation de soi

Un module du groupe « se rétablir »

C:UV

BUT DU GROUPE

- Développer son aisance dans la communication
- Développer ses habilités conversationnelles
- Acquérir des stratégies de communication efficaces
- Développer le sentiment d'efficacité personnelle et de réalisation sociale
- Appliquer dans son environnement quotidien les savoir-faire et savoir-être développés lors des séances
- Les objectifs sont individualisés pour chaque participant

POUR QUI ?

Ce groupe s'adresse à toutes les personnes qui rencontrent des difficultés dans les relations sociales ou qui désirent simplement améliorer leurs compétences relationnelles.

QUAND ET COMMENT ?

10 séances de 1h30

Chaque jeudi de 9h30 à 11h

animé par une infirmière, Elsa Gjorgjevski, une ergothérapeute, Mélanie Rutz et une psychologue, Pauline Hausmann, à la salle de colloque (4^{ème} étage, Place Chauderon 18, 1003 Lausanne)

THEMES ABORDES

Les participants s'entraînent directement sur les situations sociales qu'ils désirent améliorer dans le cadre de jeux de rôles brefs. D'autres techniques sont employées, comme les discussions, l'enseignement de stratégies de résolution de problèmes interpersonnels et techniques d'affirmation de soi, ainsi que l'utilisation du jeu de compétences.

CONTACT ?

Infirmière Coordinatrice de l'Unité de Réhabilitation

021 314 27 51

pco.ces.admission@chuv.ch

