

Département de psychiatrie

**Groupe thérapeutique
« Entraînement aux
habiletés
métacognitives »**

Section "Eugène Minkowski"
et Unité de Réhabilitation



Entraînement aux habiletés métacognitives

Quoi?

Ce programme basé sur la thérapie comportementale et cognitive cible son action sur les erreurs cognitives communes ainsi que sur les biais pouvant s'immiscer dans le processus de résolution de problèmes. Les sessions ont pour but d'amener les participants à s'ouvrir, à réfléchir sur leurs croyances de manière critique et à compléter ou à changer leur répertoire actuel de résolution. Les séances ciblent des erreurs cognitives communes et des biais de résolution de problèmes qui peuvent, à eux seuls ou combinés, conduire au développement et au maintien de fausses croyances, jusqu'au délire.

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 souffrant de ruminations, 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.