

A qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse à des personnes présentant un trouble psychique et des difficultés dans la reconnaissance de leurs émotions et de celles des autres.

Objectifs du programme :

- Comprendre ce que sont les émotions et leurs mécanismes.
- Acquérir et développer des compétences dans la reconnaissance des émotions et l'analyse des situations.
- Inscrire les participants dans un processus de rétablissement

Le programme :

- Séance 01 : Introduction
- Séance 02 : La joie
- Séance 03 : La joie (2)
- Séance 04 : La tristesse
- Séance 05 : La tristesse (2)
- Séance 06 : La colère
- Séance 07 : La colère (2)
- Séance 08 : La peur
- Séance 09 : La peur (2)
- Séance 10 : Le dégoût
- Séance 11 : Le dégoût (2)
- Séance 12 : La surprise
- Séance 13 : La surprise (2)
- Séance 14 : Reconnaître les émotions de base
- Séance 15 : Reconnaître mes propres émotions
- Séance 16 : Le bilan

Lieu :

Hôpital de jour adultes du secteur 67 G05
108 avenue de Strasbourg 67170 Brumath

Modalités :

- En groupe fermé de 6 à 8 personnes
- Une fois par semaine
- Pendant environ deux heures

Inscription :

- Sur demande de la personne
- Sur indication posée par le médecin/soignant avec l'accord de la personne

Coordination du programme :

Dr Sandrine Choffardet : psychiatre
Noémie Atzenhoffer : IPA
Maureen Baumann : neuropsychologue
Joelle Pflumio, Cyril Primard et Régine Lostetter : IDE

Contact :

Hôpital de jour du secteur 67 G 05
Tel : 03 88 64 77 27
Secrétariat du secteur
Tel : 03 88 64 61 05

L'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) est destinée à apporter de l'information, la plus juste possible et la plus adaptée à leurs demandes, à des personnes atteintes de maladie chronique, ainsi qu'à leur entourage.

Le programme ETP « Au fil des émotions » a été construit par l'équipe pluridisciplinaire de l'hôpital de jour du secteur 67G05.

Il vous accompagnera dans la compréhension de vos difficultés en lien avec les émotions et vous permettra d'acquérir des outils utiles pour les gérer au quotidien.

Il vous permettra de maintenir ou d'acquérir les compétences d'ajustement et d'adaptation nécessaires à un mieux-être ou à un mieux vivre au quotidien.

Les échanges au sein du groupe et le partage d'expérience font partie intégrante du programme (échange des différentes ressources et difficultés des participants). La confidentialité, les questionnements et les rythmes d'apprentissage de chacun seront respectés.



Votre programme ETP
pour mieux reconnaître
les émotions !

