



PROGRAMME THÉRAPEUTIQUE

Groupe d'entraînement

aux compétences de régulation

émotionnelle pour adolescents



Du 14 mars au 13 juin 2023

RENSEIGNEMENTS | INSCRIPTION

Laura Haeggi, psychologue,
psychothérapeute rec. niv. féd.
Laura.Haeggi@rfsm.ch
T. 026 308 17 62

LIEU

RFSM FRIBOURG
Centre de pédopsychiatrie CPP
Chemin des Mazots 2, 1700 Fribourg

THÉRAPEUTES DU GROUPE

Dorothee Piek, psychologue,
psychothérapeute rec. niv. féd.
Laura Haeggi, psychologue,
psychothérapeute rec. niv. féd.
Florence Guenot, psychologue,
psychothérapeute rec. niv. féd.
Estelle Mockers, psychologue assistante

Groupe d'entraînement aux compétences de régulation émotionnelle pour adolescents

Public cible

Ce groupe, inspiré par la thérapie comportementale dialectique, est destiné à des adolescents âgés de 13 à 18 ans qui présentent une instabilité émotionnelle et des comportements auto-dommageables. Les séances ont lieu en présence des jeunes et leurs parents.

Contenu et objectifs du groupe

Ce groupe propose de travailler sur l'acquisition et l'entraînement de nouvelles stratégies de gestion et de régulation des émotions au travers d'exercices pratiques basés sur les difficultés vécues par les participants au quotidien. Les stratégies travaillées dans le groupe concernent les thèmes relatifs à la régulation des émotions, la gestion de la détresse, les relations sociales, la prise de conscience et l'acceptation de soi. Ce groupe vise la diminution des comportements auto-dommageables.

Toutes les séances se déroulent en présence des parents afin de travailler sur des stratégies de communication parent/référent-adolescents soutenant et favorisant l'acquisition des compétences travaillées dans le groupe.



CONDITIONS DE PARTICIPATION

Engagement préalable + prise en charge individuelle régulière auprès d'un thérapeute du centre de pédopsychiatrie durant les 12 séances



DATES ET DURÉE DU GROUPE

12 séances du 14 mars au 13 juin 2023 (en dehors des vacances scolaires)
Les mardis de 16 h à 17 h 30



FRAIS

Pris en charge par l'assurance maladie de base, déduction faite de la franchise et des quotes-parts.