

SERVICE DE RÉHABILITATION PSYCHOSOCIALE ET DE REMÉDIATION COGNITIVE

GROUPE MICHAEL'S GAME

Le jeu des hypothèses



OBJECTIFS

- > **S'approprier** le raisonnement par hypothèses afin d'élargir sa lecture d'une situation
- > **Trouver** davantage de recul par rapport aux croyances que l'on peut avoir lorsqu'on expérimente des idées délirantes ou des hallucinations
- > **Identifier** les « sauts aux conclusions » que l'on peut faire et leur impact sur nos émotions, nos comportements et notre entourage
- > **Percevoir** les choses sous un autre angle et réduire ainsi sa souffrance

LIEU & CONTACT

- > Centre de réhabilitation psychosociale
10 rue Jean Jaurès 78360 Montesson
- > 01 30 09 65 00
- > plateforme.rehab78nord@th-rousseau.fr

COMMENT ?

Courrier médical et formulaire à envoyer sur :
plateforme.rehab78nord@th-rousseau.fr

Michael est un jeune homme qui se trouve souvent en difficulté dans son quotidien. Il a tendance à penser que les autres lui veulent du mal, entend ou voit parfois des choses que les autres ne voient pas, et cela l'angoisse beaucoup. Son entourage lui reproche souvent de tout surinterpréter, mais il ne sait pas comment faire autrement !

POUR QUI ?

Ce programme s'adresse aux personnes concernées par un trouble psychique avec des symptômes positifs résiduels (idées délirantes, hallucinations). S'il vous arrive d'interpréter certaines situations, générant du stress dans votre quotidien, ce groupe est fait pour vous !

Vous vous reconnaissez dans certaines difficultés que rencontre Michael ? Venez l'aider à s'apaiser en réfléchissant ensemble aux explications derrière ces situations difficiles.

DÉROULEMENT DU PROGRAMME

- > Avant de débiter le programme : une évaluation de vos objectifs et un questionnaire sont proposés au cours d'un entretien avec un soignant.
- > 1 séance de 2h par semaine en groupe de 4 à 6 pendant 12 à 15 semaines (environ 3 mois)
- > Ce programme utilise différents supports (cartes, paper-board)
- > En fin de programme : un second entretien d'évaluation sera réalisé pour évaluer l'atteinte de vos objectifs.

Si vous souhaitez plus d'informations,
scannez le QR code ci-contre ou allez sur :
www.th-rousseau.fr/plateforme-rehab78nord

