



GROUPE

Communication et affirmation de soi

INFORMATIONS

Le groupe s'adresse à toute personne ayant une maîtrise suffisante du français, à distance d'un épisode aigu ou d'un traitement entraînant une sédation trop importante.

LES OBJECTIFS

- ▶ Diminuer son anxiété et sa timidité face aux autres
- ▶ Savoir défendre ses intérêts sans dénier ceux des autres
- ▶ Développer ses compétences sociales
- ▶ Améliorer sa communication
- ▶ Avoir confiance en soi
- ▶ Améliorer le contrôle de soi
- ▶ Savoir exprimer ses besoins
- ▶ Communiquer de façon constructive



Lieu

Établissement de Sion

Rue de l'Industrie 10 | CH - 1950 Sion



8 participants

Groupe fermé



1h45

10 séances



Les jeudis

de 10:00 à 12:00



Âge minimum requis : **18 ans**



Groupe animé par :

Lise Giffo

Psychiatre

Sophie Sauthier

Assistante sociale

Merci de penser à l'environnement, n'imprimez pas inutilement ce document.