

GROUPE

Jeunes adultes en quête de sens

INFORMATIONS

Ce groupe se destine à de **jeunes adultes** traversant une **période de crise de sens** et de remise en question de leur identité, leurs valeurs, leurs choix, leur formation.

- Perte de repères, difficulté à se projeter dans l'avenir ou à s'orienter
- Sentiment de décalage avec les normes et les attentes de l'entourage, de la société
- Besoin de faire des choix alignés avec ses valeurs
- Questionnements sur son identité et ce qui compte pour soi.

Fréquence: un mercredi sur deux, de 16h15 à 17h45.

Approches utilisées: TCC et pratiques narratives.

LES OBJECTIFS

- ▶ Mieux comprendre la période de crise et de remaniement actuelle
- ▶ Explorer des pistes d'évolution cohérentes avec ses valeurs
- ▶ Développer ses compétences en affirmation de soi
- ▶ Echanger dans un espace accueillant toutes les diversités.

Lieu

Établissement de Lausanne

Avenue des Mousquines 4 | CH - 1005
Lausanne

8 participants **Groupe fermé**

1h30 **Toute l'année**

Les mercredis de 16:15 à 17:45

Àge minimum requis : **20 ans**

Groupe animé par :

Florence Lepdor

Psychologue

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