

# Informations pratiques

Le groupe est animé par **Mme MARTINEZ TERUEL, Axelle** (psychologue spécialisée en neuropsychologie) formées aux thérapies cognitives & comportementales, et à l'accompagnement de personnes avec autisme.

Un.e étudiante en master de psychologie peut y participer.

Attention Une assiduité à l'ensemble des séances est demandée afin de garantir vos progrès et la continuité et l'homogénéité du groupe.

## Période et dates

15 séances d'1h30 à raison de 2 à 3 séances par mois

Une attestation médicale de présence vous est remise si nécessaire.

## Tarifs & règlement

55 euros la séance (espèce ou chèque)

Deux possibilités de règlement

- en un fois (825 euros)
- En deux fois (412,5 euros x2)

Une évaluation de votre évolution avant et après le groupe, est comprise quelque soit le mode de règlement.

*Vous pouvez faire un ou deux chèques à remettre à la première séance de groupe. Le deuxième paiement se fera à la 8ème séance.*

## Coordonnées

Pour toute question et demande d'inscription, veuillez nous contacter :

[centroneurodeva@gmail.com](mailto:centroneurodeva@gmail.com)

## Informations

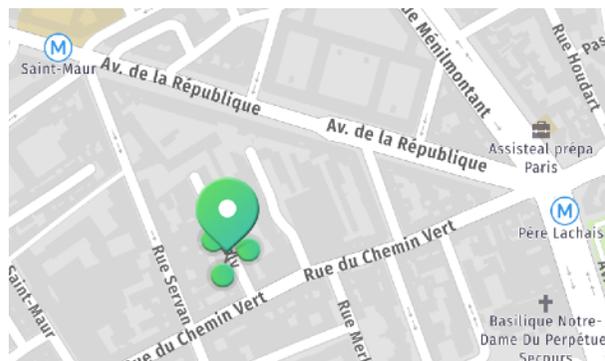
Le Centre NeurodevA vous accueille dans ses locaux situés au :

**Lieu : 4 rue Louis Nicolas Clérambault, 75020 Paris**

Métro Père Lachaise



Métro Saint-Maur



**Retrouvez les témoignages de nos anciens patients en p.4**



SPÉCIALISÉ DANS LES TROUBLES  
NEURO-DÉVELOPPEMENTAUX DE  
L'ENFANT À L'ADULTE

**Groupe d'entraînement  
aux habilités sociales**

*Pour adultes*

[WWW.CENTRENEURODEVA.COM](http://WWW.CENTRENEURODEVA.COM)

# Ce programme s'adresse aux adultes présentant un Trouble du Spectre de l'Autisme sans déficience intellectuelle.

## Pourquoi ce programme ?

Les personnes dans le spectre autistique, présentent notamment des difficultés dans **les interactions sociales**, dès la petite enfance jusqu'à l'âge adulte.

D'autres difficultés sont observées au niveau de la communication non-verbale, du développement des relations, de la compréhension des émotions et des intentions d'autrui.

Ces difficultés peuvent entraîner un isolement social ainsi que des troubles anxieux et dépressifs. Des stratégies de compensation sont souvent mises en place et sont extrêmement fatigantes. Le manque d'habiletés sociales devient un facteur influant sur l'épanouissement personnel, professionnel et relationnel.

L'accompagnement des personnes avec un trouble neurodéveloppemental est encore sous-développé. Pourtant, les groupes d'entraînement aux habiletés sociales sont reconnus pour leur efficacité et leur utilité. (HAS, 2012, [enfant](#) ; HAS, 2018, [adulte](#)).

## Pourquoi le groupe ?

Le groupe permet :

- de rencontrer des personnes avec un fonctionnement et un parcours de vie similaire, en empathie avec vos difficultés.
- de faciliter les échanges d'expérience de vie et de stratégies.
- de représenter la diversité des personnalités et des visions différentes d'une même situation.
- de permettre de jouer des situations de la vie réelle
- Adapter votre environnement, expliquer vos difficultés, comprendre vos besoins sociaux

**Le groupe est soumis à des règles de bienveillance et de confidentialité.**

Un **entraînement actif** avec des exercices sur vos **pensées, vos émotions vos croyances et vos comportements.**

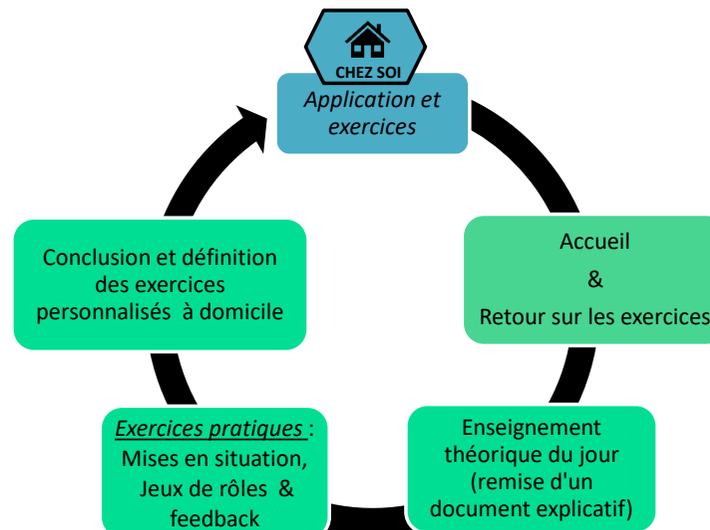
- Des **jeux de rôle**, des analyses de vidéos et d'images.
- **Discussion libre** sur des situations sociales, recherche de stratégies adaptées
- **S'entraîner à converser**, en verbalisant les règles de conversation
- **Entraînement individuel dans la vie quotidienne** pour généraliser les acquis du groupe dans votre vie, à travers des exercices personnalisés.

## Accompagnement et suivi

**Avant le début du programme**, une première séance permet de signer ensemble un contrat thérapeutique, de mieux cibler vos objectifs personnels dans la thérapie et établir une ligne de base de votre fonctionnement

**A la fin du programme**, une évaluation est menée afin voir votre évolution, faire le point sur vos objectifs personnels et comment nous pouvons vous accompagner dans votre projet de vie global.

## Déroulement d'une séance :



## LE PROGRAMME

Nous aborderons des thèmes de difficultés croissantes :



- Identifier et partager les émotions
- Les habiletés conversationnelles
- La communication non verbale
- Les différents types de relations



- Affirmation de soi dans les différentes situations :  
*Au travail, en famille...  
Conflits, limites, compliments...*
- Téléphoner, mails, messages
- Evoquer ses particularités en fonctions des interlocuteurs

## DATES DU GROUPE D'ENTRAÎNEMENT AUX HABILITÉS SOCIALES



Mardi de 17h30 à 19h

Groupe d'avril à octobre 2024

Mardi de 17h30 à 19h

*Groupe d'octobre 2024 à 2025*

Séance 1 : Présentation - *Comprendre mon TSA - enjeux du groupe EHS : l'équilibre entre stratégies et aménagements*

Mardi 23 avril 2024

Mardi 24 septembre 2024

Séance 2 : Communication non verbale

Mardi 30 avril 2024

Mardi 8 octobre 2024

Séance 3 : Emotions

Mardi 7 mai 2024

Mardi 22 octobre 2024

Séance 4 : Identifier et Réguler les émotions

Mardi 21 mai 2024

Mardi 29 octobre 2024

Séance 5 : Théorie de l'esprit & Empathie

Mardi 28 mai 2024

Mardi 5 novembre 2024

Séance 6 : Conversation à deux

Mardi 4 juin 2024

Mardi 12 novembre 2024

Séance 7 : Conversation de groupe

Mardi 11 juin 2024

Mardi 26 novembre 2024

Séance 8 : Relations sociales

Mardi 18 juin 2024

Mardi 3 décembre 2024

Séance 9 : Cercles sociaux et niveaux d'intimité

Mardi 25 juin 2024

Mardi 10 décembre 2024

Séance 10 : Initier et Maintenir des relations

Mardi 2 juillet 2024

Mardi 17 décembre 2024

Séance 11 : Affirmation de soi et Définir mes limites, mes besoins, droits dans différentes relations

Mardi 9 juillet 2024

Mardi 7 janvier 2025

Séance 12 : Compliments

Mardi 23 juillet 2024

Mardi 14 janvier 2025

Séance 13 : Demande/ Refus

Mardi 10 septembre 2024

Mardi 21 janvier 2025

Séance 14 : Conflits/critiques

Mardi 17 Septembre 2024

Mardi 4 février 2025

Séance 14 : Conflits/critiques

Mardi 1er octobre 2024

Mardi 11 février 2025

Séance 15 : Séance optionnelle au choix (se présenter, entretien d'embauche, téléphoner; Relations amoureuses, & consentement) // Bilan du groupe

Mardi 15 octobre 2024

Mardi 18 février 2025

## CONTRAT THERAPEUTHIQUE

Monsieur / Madame \_\_\_\_\_, vous souhaitez participer au programme d'Entraînement aux Habiletés Sociales se déroulant au centre NeurodevA, 4 rue Louis Nicolas Clérambault, 75020

L'intervention de groupe se déroulera pendant plusieurs mois, le mardi soir. Les dates données seront sous réserve de modification. La séance sera facturée 55 euros. Le règlement sera possible en une ou deux fois (en une fois, 825 euros ; en deux fois, 412,5 euros x2).

Avant le début du programme, une évaluation via quelques questionnaires est menée afin de mieux présenter les objectifs fonctionnels de la thérapie et de préciser vos attentes et vos objectifs personnels.

Le programme du groupe d'entraînement aux habiletés sociales comprenant deux modules, un premier axé sur la compréhension du TSA et la gestion de la communication non verbale et des habiletés conversationnelles et le second ayant pour objectif de développer vos capacités à résoudre des problèmes sociaux et à vous affirmer de manière positive et efficace. Vous trouverez le détail du programme et les objectifs associés ci-dessus.

Pour l'accomplissement et l'épanouissement de chacun :

- A chaque séance, votre présence et participation sont demandées.
- La réalisation d'exercices entre les séances est également nécessaire.
- L'ensemble des membres du groupe s'engage à respecter les règles de fonctionnement du groupe.
- Des documents seront partagés en ligne, mais sont confidentiels et la propriété de la psychologue menant le groupe.

Au cours de chaque séance, un temps sera accordé pour répondre à vos interrogations concernant le groupe. Différentes notions et outils vous sont présentés. Un document écrit personnel vous est remis afin de résumer les habiletés évoquées et de vous indiquer les exercices à réaliser à domicile.

A la fin du programme, afin d'évaluer l'impact des séances et d'avoir votre retour sur le groupe, une évaluation est réalisée puis quelques mois après pour en apprécier le maintien.

En cas de problématique majeure, un entretien personnel pourra vous être proposé. En cas d'absence, une séance individuelle vous sera offerte, ou la possibilité de participer à une séance du prochain groupe. Il est possible que d'anciens membres de groupes participent donc ponctuellement à votre groupe.

## REGLES DU GROUPE



Je peux :

- Demander de l'aide
- Ne pas savoir et me tromper
- Poser des questions
- Encourager autrui
- Évoquer mes expériences personnelles



J'ai le devoir de :

- Respecter le temps de parole
- Respecter la parole et le vécu de chacun
- Être ponctuel.le
- Prévenir de mes absences



Je ne dois pas :

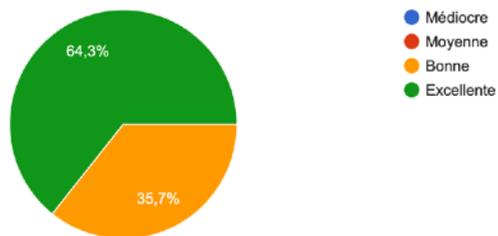
- Monopoliser ou couper la parole
- Être violent
- Me moquer, rabaisser
- Juger autrui
- Reprendre mes camarades
- Divulguer les documents en dehors du groupe

En signant ici, vous montrez votre accord aux conditions globales du groupe.

Empty dashed box for signature.

## Témoignages de nos anciens patients \*

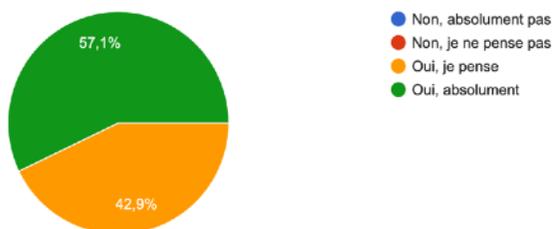
Comment évaluez-vous la qualité du soin que vous avez reçu ?



« Le suivi m'a permis de mieux comprendre mes spécificités et d'acquiescer des méthodes de gestion de stress et d'émotions. J'ai appris beaucoup de choses sur les comportements sociaux et sur les outils à utiliser en société pour compenser mes difficultés. »

« J'ai apprécié le fait qu'on discutait autour d'une tasse de café ; cela rendait les discussions encore moins formelles et facilitait donc le dialogue. Je ne sais pas si je regrette qu'on n'ait toujours pas créé de groupe de discussion. Je n'ai pas d'autre remarque particulière à faire. »

Si un de vos ami.e.s avait besoin d'une aide similaire, lui recommanderiez-vous ces soins?



« Très satisfaisant dans l'ensemble, même si quelques points du programme n'ont pas pu être abordés par manque de temps. »

« J'ai apprécié la manière dont les conversations ont été modérées, que les participants ne soient pas forcés de faire les jeux de rôles quand ils étaient mal à l'aise, qu'il y ait de la place pour l'humour au sein du groupe. J'aurais apprécié un peu plus de séances. »

Si un de vos ami.e.s avait besoin d'une aide similaire, lui recommanderiez-vous ces soins?



« J'ai apprécié le travail en petit groupe sur les forces et les faiblesses à identifier ainsi que les discussions d'entraînement entre deux et trois personnes pour faire un exercice réel. Les documents étaient un plus nécessaire pour maintenir un suivi post-groupe. Ce groupe de suivi est une bonne idée et un outil de soutien très utile dans les discussions et les échanges en dehors. »

\*Questionnaire de satisfaction anonyme rempli par 14 patients (moyenne d'âge 26 ans)