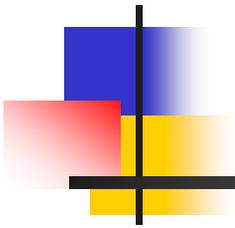


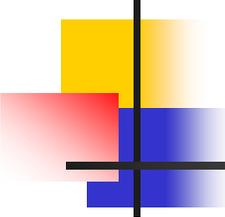
# Le groupe

## “Améliorer son estime de soi”



Une étape importante dans le processus  
de réadaptation en santé mentale

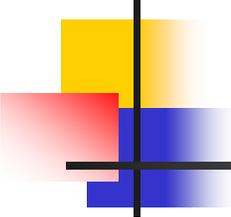
**Présenté par Nouchine Dardachti et  
Katarina Kovacevich, ergothérapeutes.**



# Trajectoire typique du client

---

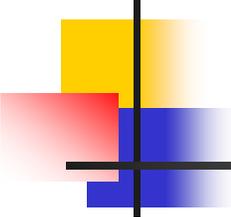
- Évaluation psychiatrique
- Référence par un professionnel de la santé
- Évaluation fonctionnelle initiale
- Plan d'intervention en collaboration avec le client
- Présentation du service de réadaptation
- Travail interdisciplinaire



# Présentation du groupe

---

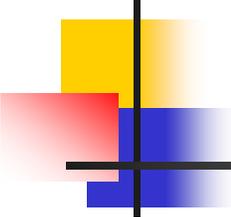
- Développé par des ergothérapeutes
- Approches cognitivo-comportementale et fonctionnelle
- Échelles de mesure utilisées: BDI-II, Rosenberg, estime de soi et questionnaire sur la satisfaction



# Présentation du groupe

---

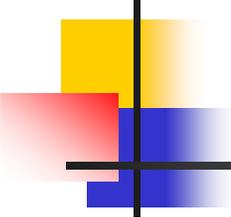
- Règles du groupe
- Responsabilités des clients
- Définition de l'estime de soi et ses avantages



# Présentation du groupe

---

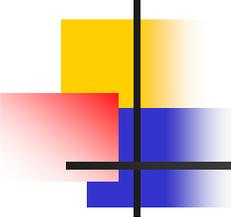
- Collage
- Choisir et prioriser ses buts
  - **Significatifs**
  - **Réalistes**
  - **Mesurables**
- Évènements positifs
- Les trois modules: affirmation de soi, restructuration cognitive, gestion de la colère



# Affirmation de soi

---

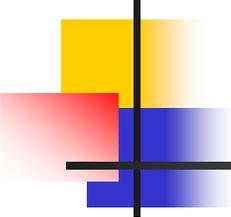
- Communication verbale et non- verbale
- Les types de comportements:
  - Agression directe
  - Agression indirecte
  - Passivité
  - Affirmation de soi
- Jeux de rôles



# Restructuration cognitive

---

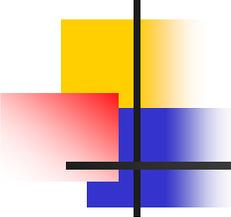
- Explication et exploration des distorsions cognitives
- Apprentissage de la restructuration cognitive
- Exemples et Quiz



# Gestion de la colère

---

- Exploration de la colère
- Étapes pour gérer la colère
  - Système APAC
- Mises en situations à partir du quotidien des clients



# Conclusion

---

- Projets futures
- Images d'estime de soi