

### Module 3

#### « Se construire des soutiens sociaux »

- Aborder les conséquences sociales de la maladie sur la vie relationnelle
- Comprendre l'intérêt de bénéficier de soutien social
- Développer des compétences pour se créer un réseau de soutien social

### Module 4

#### « Connaître ses droits et le réseau d'aide »

- Échanger autour de ses connaissances en matière de droits et sens large (soins, société etc...)
- Mieux connaître ses droits et se les approprier
- Comprendre comment exercer sa citoyenneté

"Vivre avec une maladie psychique, Connaître et renforcer ses compétences sociales"



### Plan d'accès de l'unité

Les séances se dérouleront à l'ATRIUM situé à Grande-Synthe, dans la salle « Clémentine »

ATRIUM – 26B Place de Lutèce  
59760 GRANDE-SYNTHÉ

### Jours d'Accueil

Le jeudi de 14h à 15h30

Prévoir d'arriver 15 min avant le début de la séance

### Nous contacter

#### Equipe de réhabilitation psychosociale du pôle 59G04

- Elise CATOIRE - éducatrice spécialisée
- Christelle BLEDEL - éducatrice spécialisée
- Claire ANTOINE- Infirmière
- Chloé DURET – Neuropsychologue

Contact Equipe 06 87 71 65 27 ou 06 85 27 38 31

[epsm-des-flandres.fr](http://epsm-des-flandres.fr)



## ÉQUIPE DE RÉHABILITATION PSYCHOSOCIALE

Secteur 59G04

Pôle Grande-Synthe / Gravelines

Programme d'éducation thérapeutique

Le programme d'éducation thérapeutique vous permet de participer activement à votre prise en charge. Il vous aide à maintenir et améliorer votre qualité de vie.

Le programme vous aidera à renforcer les compétences dont vous avez besoin pour gérer au mieux votre vie face aux conséquences de la maladie

Le programme comprend des séances pour vous. Elles sont conçues pour améliorer votre information et vos compétences.



## Mais comment font les autres pour être si naturels ?



Cette question, Gilles se la pose souvent lorsqu'il observe les autres personnes échanger aussi facilement entre elles...

Pour lui c'est toujours compliqué de savoir comment s'y prendre dans les conversations et de comprendre ce qu'on attend de lui. Du coup, il a tendance à rester à l'écart, à s'isoler des autres, et cela lui est aussi régulièrement reproché.

Les personnes présentant une psychose ont souvent des difficultés de communication et peuvent se retrouver en difficulté pour entretenir leurs relations avec les autres.

Le programme vous propose d'aborder ces questions et de les travailler au travers de 4 modules d'entraînement.

## Un programme en 4 modules

### Module 1 « Compétences »

- Se sensibiliser au développement des habiletés sociales
- Travailler ses compétences relationnelles
- Améliorer sa compréhension et sa communication dans une situation sociale
- Travailler sur les habiletés perceptives (comprendre les situations), les habiletés décisionnelles (donner des réponses appropriées, prendre des décisions), les habiletés comportementales (compétences pour mener à bien un échange)

### Module 2 « J'ai pas la Motiv' »

- Aborder les questions du manque d'initiative, de la perte d'entrain et de motivation dans la vie quotidienne
- Se sensibiliser au fait que le manque d'énergie, le manque de motivation et le retrait social peuvent accompagner la maladie
- Développer des aptitudes pour y faire face