



Psychologie de la santé



Votre enfant est-il souvent stressé ? A-t-il des craintes à l'idée de ressentir de la peur ?

Si vous pensez que la réponse est **oui**, nous vous proposons de participer à un **module de psychoéducation à la gestion de l'anxiété pour des enfants entre 8 et 11 ans.**

Celui-ci permet de rencontrer, en même temps mais dans des groupes différents, les enfants et les parents. Vous, parents, étant des acteurs importants dans la vie de l'enfant, nous vous proposons d'être des collaborateurs dans la gestion de l'anxiété de votre enfant.

Objectif : Permettre à l'enfant de se créer une "boîte à outils" dans la gestion de ses peurs. Ces "outils" (meilleure connaissance des émotions et des sensations liées, relaxation,...) seront expliqués à la fois aux enfants et aux parents leur permettant ainsi de mieux comprendre comment ils peuvent aider leur enfant.

Structure : 7 séances animées par des thérapeutes professionnels: 1^{ère} séance individuelle (1h) afin de cibler les attentes de chacun ; 5 séances de groupe d'1h30 (un groupe parent et un groupe enfant, la dernière 1/2h : bilan de la séance avec parents et enfants ensemble) ; une dernière séance individuelle de feed-back (1h).

Où : Unité de Psychologie de la santé, Rue de l'Aunaie, 30-32 (B38 b), Sart-Tilman

Prix : 50 euros pour le programme complet

Quand :

- 1^{ère} séance individuelle (1h) : lundi 09/11 ou mardi 10/11 entre 16h30 et 18h30
- Séances de groupe : les mercredis 18/11, 25/11, 02/12, 09/12, 16/12 de 13h30 à 15h
- Séance individuelle feed-back (1h): lundi 18/01 ou jeudi 21/01/16 entre 16h30 et 18h30

Conditions d'accès : Présence d'au moins un des deux parents, participation à au moins 4 séances de groupe, les séances individuelles sont obligatoires.

Inscription et renseignements: auprès de Céline Stassart, Docteur en Psychologie, assistante dans le service de Psychologie de la santé.

Tél : 04/3662398 ou 0495/906750 ou Email : cstassart@ulg.ac.be