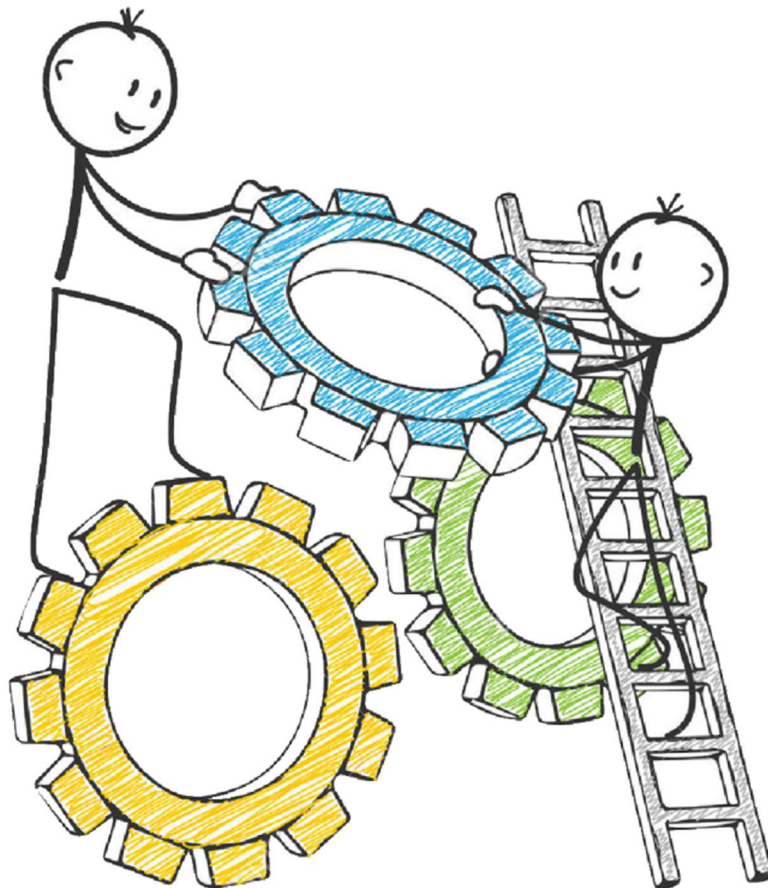


Groupes d'Habilités Sociales

2023-2024



B-aba Autisme – Association à but non lucratif
Maison de la vie Associative et Citoyenne du 20^e - Boîte n°70
18-20, rue Ramus, 75020 Paris
RNA : W751208620 / SIRET : 538 931 445 00018
baba.autisme@gmail.com
www.baba-autisme.com

Que sont les habiletés sociales ?

Nous utilisons les habiletés sociales chaque jour, dès que nous sommes amenés à interagir avec quelqu'un. Elles représentent un ensemble de comportements, de gestes et de paroles qui nous permettent de vivre en société et de nous adapter aux différents contextes que nous rencontrons dans le but de vivre en harmonie avec les autres. Elles regroupent également des aptitudes socio-affectives qui nous permettent de comprendre une situation sociale et de prendre en compte la perspective des autres : leurs pensées, leurs croyances, leurs sentiments...

Les personnes présentant un TSA de haut niveau et/ou un TDA/H (trouble du déficit de l'attention, avec ou sans hyperactivité) ont besoin de soutien pour favoriser le développement de leurs habiletés sociales, et donc améliorer la qualité de leurs relations en favorisant par ce fait leur intégration et leur bien-être.

Qu'est-ce que le TSA « de haut niveau » ?

Il s'agit des troubles du spectre de l'autisme qui n'affectent pas l'efficacité intellectuelle (Autisme de haut niveau, syndrome d'Asperger), mais qui impactent la communication et la compréhension des comportements sociaux. Au quotidien, les personnes présentant ces troubles rencontrent des difficultés à comprendre et à émettre les comportements verbaux et non-verbaux. Cela peut nuire à leur intégration ainsi qu'à leur adaptation sociale.

Il est donc essentiel pour ces personnes d'apprendre à compenser ces difficultés, de manière à pouvoir s'adapter au mieux à leur environnement en évitant des sources de stress et d'anxiété qui peuvent naître de l'incompréhension et des difficultés dans la manière d'appréhender diverses situations de la vie.

Qui sommes-nous ?

L'association:

B-aba Autisme est une association loi 1901 ayant pour vocation d'aider les enfants présentant des Troubles du Spectre Autistique et leurs familles, en menant des actions visant l'épanouissement de l'enfant, l'évolution de son autonomie et son intégration sociale.

L'animation du groupe:

Les groupes sont coanimés par Oxane Stoianov et Sandra Esteves, Psychologues du Développement, toutes deux formées à l'accompagnement des personnes avec autisme et à l'entraînement aux habiletés sociales.

Informations pratiques

Pour qui?

Pour des enfants, adolescents, et jeunes adultes, ayant entre 8 et 23 ans, présentant un TSA de haut niveau, un syndrome d'Asperger, et/ou un TDAH.

Où?

Dans les locaux de l'association de B-aba Autisme, situés au 172 rue Pelleport, 75020 Paris (métro Télégraphe - ligne 11)

Quand?

| Âge | Jour | Horaire |
|-------------------------|------------------|---------------|
| 8 / 10 ans | 2 Samedis / mois | 9H30 - 11H |
| 10 / 12 ans | | 11H15 - 12H45 |
| 13 / 17 ans (Garçons) * | | 13H15 - 14H45 |
| 13 / 17 ans (Filles) * | | 15H - 16H30 |
| 17 / 23 ans (adultes) | 1 Samedi / mois | 16H45 - 18H15 |

* Groupes non mixtes sous réserve des demandes

Le calendrier détaillé de l'ensemble des séances sera transmis une fois établi (courant juin 2023)

Tarif

Groupes Enfants / Ados : Forfait de 750€ à l'année, engagement pour 20 séances d'1H30.

Paiement en 4 fois possible (4 x 187,5€)

Groupe Adulte : Forfait de 375€ à l'année, engagement pour 10 séances d'1H30

Paiement en 2 fois possible (2 x 187,5€)

Contacts



Oxane STOIANOV

Psychologue du Développement
stoianov.oxane@gmail.com



Sandra ESTEVES

Psychologue du Développement
sandra.esteves.psy@gmail.com

Le Programme (enfants et adolescents)

Septembre : Présentations

- Se présenter au groupe et écouter les présentations des autres.
- Comprendre ce qu'est le groupe, ce qui va y être travaillé et de quelle manière.
- Prendre connaissance des règles du groupe et du matériel, énoncer ses attentes vis-à-vis du groupe.

Octobre / Novembre : Communiquer

- Respecter des tours de rôle lors d'une conversation et ne pas monopoliser le temps de parole.
- Poser des questions et faire des commentaires sur un thème de discussion défini.
- Être capable d'identifier les thèmes de discussion adaptés.
- Différencier et la communication verbale et non-verbale.
- Maintenir l'intérêt de l'autre, repérer la lassitude et changer de sujet de conversation.
- Prendre connaissance des sujets délicats à ne pas aborder avec n'importe qui.

Décembre : Les émotions

- Identifier les émotions de base et complexe à l'aide de supports imagés et vidéo.
- Exprimer les émotions de base et complexe à travers le biais de jeux ludiques.
- Identifier l'événement causant une émotion en prêtant attention au contexte.
- Réagir de manière adaptée à une émotion chez l'autre, faire preuve d'empathie.

Janvier : S'ajuster aux autres

- Identifier ses propres goûts et intérêts, prendre conscience des intérêts des autres.
- Construire un projet de groupe en faisant des compromis et en s'ajustant aux autres.
- Adopter le bon comportement lors de situations sociales pouvant être rencontrées autour du jeu.

Février / Mars : Les relations sociales

- Différencier les cercles de relation sociale, ajuster son comportement en fonction du degré d'intimité.
- Nouer et entretenir des liens avec les autres.
- Gérer les conflits relationnels, les moqueries et les violences avec les autres.

De 11 à 17 ans :

- Prendre conscience de l'importance de l'apparence.
- Comprendre ce que sont la séduction et les relations amoureuses.
- Internet et les réseaux sociaux

Mars / Avril : Le faire-semblant et l'implicite

- Imaginer des histoires et faire des jeux de rôles.
- Comprendre ce qu'est l'humour et le reconnaître.
- Comprendre la différence entre mensonge, exagération, bluff et blague.
- Percevoir et réagir à l'ironie et aux taquineries.

Mai : Résolution de problème et Théorie de l'esprit

- Exprimer son point de vue et réagir à un point de vue divergent, émettre et recevoir une critique.
- Percevoir les pensées et sentiments chez les autres, savoir faire preuve d'empathie.

Juin : Retour sur les séances passées

- Énoncer et discuter autour des séances, ce qui a été apprécié/moins apprécié, facile/difficile. Jeux ludiques et scénarios sociaux autour des thèmes abordés au cours de l'année.

Le Programme (adulte)

Se connaître :

- Savoir se présenter selon les contextes
- Identifier et exprimer ses goûts, intérêts, qualités et défauts
- TSA, TDAH : connaissances, vécu du diagnostic, particularités sensorielles
- Image de soi : rapport au corps, regard de l'autre, auto-jugement
- Majorité : cadre légal, autonomie et responsabilités

Communiquer :

- Les différents types de communicants
- Communication non violente : assertivité, demandes, critiques et débats

Gérer ses émotions :

- Stress et anxiété
- Stratégies d'auto-régulations
- Empathie : identification des ressentis des autres, ajustements

Relations sociales :

- Différencier les types de relation en fonction des degrés d'intimité
- Développer des relations : savoir créer des relations cordiales, maintenir de vraies relations amicales
- Séduction, relations amoureuses et consentement
- Réseaux sociaux, échanges et relation en ligne
- Gérer les désaccords et les conflits relationnels

L'implicite :

- Perception et compréhension de l'ironie, l'humour et les sous-entendus, savoir y réagir
- Perception du mensonge, de la tromperie, de la manipulation, et savoir s'en protéger.