

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

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

Une attestation de présence vous est remise si nécessaire.

Tarifs & modalités

Avant toute participation, Un entretien d'admission pour vous présenter le groupe, de la thérapie cognitivo-comportementale, et évaluer la possibilité d'intégrer le groupe en fonction des attentes et de l'état de santé du patient

55 euros la séance ; Deux possibilités de règlement

- en un fois (1045 euros) (**espèce ou virement à la première séance**)
- En trois fois (**348,3 euros, 3 chèques en caisses à la 1ère, 8ème et 14 séances ; chèques à remettre à la première séance**)

Une évaluation de votre évolution (rdv post groupe avec orientation) après le groupe, est comprise quelque soit le mode de règlement.

Coordonnées

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

centroneurodeva@gmail.com

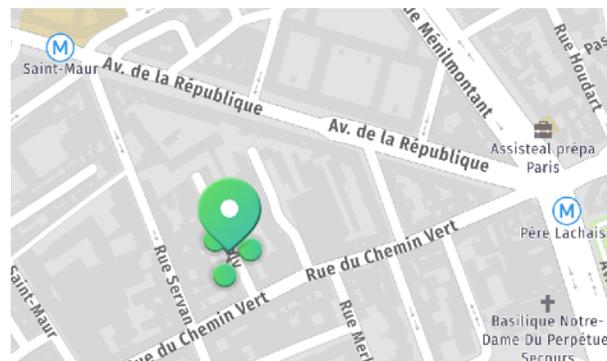
Préciser « groupe EHS » dans l'objet du mail

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
NEURODÉVELOPPEMENTAUX DE
L'ENFANT À L'ADULTE

**Groupe d'entraînement aux
habilités sociales**

Pour adultes avec TSA sDI

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 peuvent perturber l'identification des besoins. 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.**

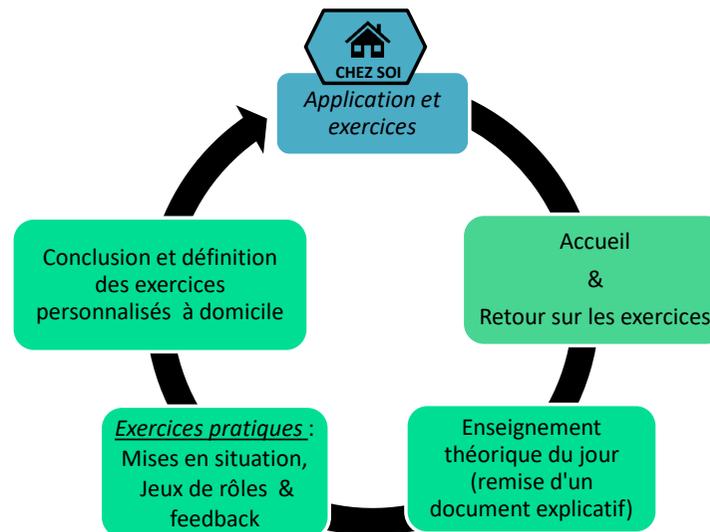
- Des **jeux de rôle**, des analyses constructives.
- **Discussion libre** sur des situations sociales, recherche de stratégies adaptées
- **S'entraîner à converser**, en verbalisant les règles de conversation
- **Entraînement individuel dans la vie quotidienne** pour généraliser les acquis du groupe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

Mardi de 17h30 à 19h

Groupe De septembre 2025 à mars 2026

Séance 1 : Présentation - <i>Comprendre mon TSA - enjeux du groupe EHS : l'équilibre entre stratégies et aménagements</i>	Mardi 2 septembre 2025
Séance 2 : Communication non verbale	Mardi 9 septembre 2025
Séance 3 : Emotions et alexithymie	Mardi 23 septembre 2025
Séance 4 : Identifier les émotions et les besoins	Mardi 30 septembre 2025
Séance 5 : Réguler et utiliser les émotions	Mardi 7 octobre 2025
Séance 6 : Communication non verbale - Exprimer et utiliser les émotions	Mardi 14 octobre 2025
Séance 7 : Théorie de l'esprit & Empathie	Mardi 21 octobre 2025
Séance 8 : L'écoute et la réciprocité	Mardi 28 octobre 2025
Séance 9 : Conversation à deux	Mardi 4 novembre 2025
Séance 10 : Conversation de groupe	Mardi 25 novembre 2025
Séance 11 : Cercles sociaux et niveaux d'intimité	Mardi 2 décembre 2025
Séance 12 : Identifier mes besoins et mes centres d'intérêt dans les relations	Mardi 9 décembre 2025
Séance 13 : Les signaux sociaux positifs : Initier et Maintenir des relations positives et réciproques	Mardi 16 décembre 2025
Séance 14 : Affirmation de soi et Définir mes limites, mes besoins, droits dans différentes relations	Mardi 13 janvier 2026
Séance 15 : Compliments - Cadeaux	Mardi 20 janvier 2026
Séance 16 : Demande/ Refus	Mardi 3 février 2026
Séance 17 : Conflits/critiques	Mardi 10 février 2026
Séance 18 : séance de rattrapage (si absence)	Mardi 24 février 2026
Séance 19 : Séance optionnelle au choix (se présenter, entretien d'embauche, téléphoner; Relations amoureuses, & consentement) // Bilan du groupe	Mardi 3 mars 2026

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 le mardi soir. Les dates données seront sous réserve de modification. La séance sera facturée 55 euros.

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



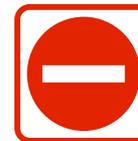
Je peux :

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



J'ai le devoir de :

- Respecter le temps de parole
- De ranger mon téléphone au maximum
- Respecter la parole et le vécu de chacun
- Être ponctuel.le
- Prévenir de mes absences
- Réaliser les exercices de mon mieux



Je ne dois pas:

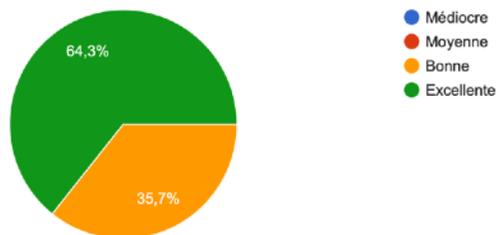
- Monopoliser ou couper la parole
- Être violent
- Me moquer, rabaisser
- Juger autrui
- Reprendre mes camarades
- Divulguer les documents en dehors du groupe

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

Empty dashed box for signature.

Témoignages de nos Participant.e.s (année.s 2023, 2024)*

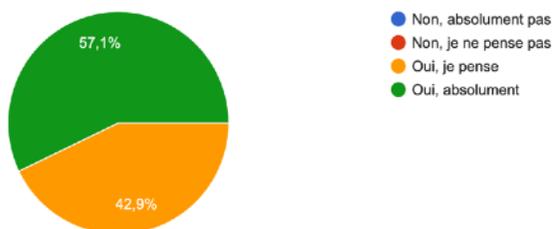
Comment évaluez-vous la qualité du soin que vous avez reçu ?



« Le suivi m'a permis de mieux comprendre mes spécificités et d'acquérir 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 patient.e.s (moyenne d'âge 26 ans)