



Groupe thérapeutique :

Travailler l'image négative de son corps – Aller vers l'acceptation de son corps



Pour qui ?

Toute femme qui présente une image négative de son corps / une insatisfaction corporelle élevée

Description

Groupe fermé de 15 séances s'étendant entre le 5 avril 2022 et le 9 août 2022, auxquelles s'ajoute deux séances individuelles avec l'animatrice du groupe (c-à-d. pour l'inclusion dans le groupe et le bilan final).

Ce groupe utilise une approche TCC (thérapie cognitivo-comportementale) et a pour objectif d'amener aux participantes :

1. Une meilleure compréhension : [a] des facteurs ayant joué un rôle dans le développement de l'image négative de leur corps, ainsi que [b] de leur fonctionnement actuel et des cercles vicieux cognitivo-affectivo-comportementaux qui maintiennent l'image négative de leur corps ;
2. Un apprentissage des stratégies de base permettant d'améliorer l'image de leur corps.

Quand et où ?

- Le mardi de 8h00 à 9h30 (durée 1h30)
- Dans les locaux de la Ligue Pulmonaire Neuchâteloise (135, Rue des Poudrières – 2000 Neuchâtel)

Animatrice du groupe

Joanna Bec-Moussally (docteure en psychologie, psychologue-psychothérapeute TCC)

Remboursement

Selon la LAMal.

Inscription

(a) Sur indication de votre thérapeute référent(e) si vous êtes déjà suivie par l'unité de psychothérapies intégrées de la LPNE

ou

(b) En contactant l'animatrice du groupe par mail (joanna.bec-moussally@hin.ch) – après discussion avec l'animatrice du groupe, vous aurez alors un rendez-vous avec Dr. Crionnet (psychiatre à la LPNE) pour permettre le remboursement par la Lamal (modèle de délégation)