



Groupe thérapeutique

Gestion des émotions



Pour qui ?

Toute personne intéressée par le thème de la séance

Description

Groupe effectué dans une approche cognitivo-comportementale (TCC) et ayant pour objectif d'apprendre à mieux gérer ses émotions au travers de diverses stratégies

Le groupe s'étend sur 6 séances qui auront lieu :

- Les mardis 23 et 30 août, et
- Les mardis 6, 13, 20 et 27 septembre 2022

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)