

## Groupe d'entraînement aux habiletés sociales



### **Pour qui ?**

Les adolescents ou jeunes adultes (de 16 à 25 ans) voulant améliorer leur communication et interaction avec les autres.

### **Avec qui ?**

Une orthophoniste (Emeline Garrigues) et un éducateur (Maxime Boutillot)  
Chloé Bedel (en remplacement si besoin)

### **Où ?**

L'Esperluette  
48 ter Rue Louis Plana  
31500 Toulouse

Ou

Salle prêtée par la Mairie (quartier Soupetard)

### **Pour tout renseignements :**

Émeline 07 85 74 99 52

[emelinegarrigues@yahoo.fr](mailto:emelinegarrigues@yahoo.fr)

### **Pourquoi ?**

Développer des compétences pour améliorer la qualité des relations avec les autres en décryptant mieux les subtilités du langage verbal et non verbal, en étant plus adroit dans la communication verbale et non verbale, en réagissant mieux dans les situations sociales qui peuvent être difficile aujourd'hui, en identifiant mieux les émotions dans les situations sociales.

### **Comment ?**

Grâce à la médiation des jeux de rôle, d'exercices pratiques, de jeux, de supports vidéos, ...

### **Quel format ?**

Une douzaine de séances de groupe à raison d'une séance 1 semaine sur 2 hors vacances scolaires.

#### **Le mardi de 15h30 à 16h30.**

Groupe de 3 à 6 ado-jeunes adultes.

Tarif : 20€/personne/séance (entre 4 et 6 participants) ou 25€ si 3 participants.

### **Objectifs des différentes séances :**

- La communication :

Se présenter

Engager et maintenir une conversation simple (règles conversationnelles, écouter

et être écouté, être sûr de comprendre et d'être compris)

Maîtriser la communication non verbale (regard, posture, ...)

- Les émotions :

Les connaître, les identifier, les réguler, les exprimer

- Le langage implicite :

Les finesses du langage (expressions, sens figuré, ...)

L'humour

- Autour des interactions sociales :

Comment demander de l'aide ou en proposer.

Avec les amis : Entrer en contact, vérifier la disponibilité d'autrui, se comporter en groupe, entretenir une relation, proposer et organiser une sortie/activité.

- Autour de situations sociales :

Faire une demande, savoir refuser/ dire non

Réagir face à l' échec, à la déception.

Gestion et résolution des conflits.

Pouvoir exprimer une incompréhension.

Donner et recevoir un compliment.

La première séance permettra d'adapter le programme en fonction des désirs, des priorités et des difficultés de chacun.