



EST-CE QUE CE PROGRAMME EST POUR MOI?

Notre programme s'adresse aux jeunes qui éprouvent des difficultés à gérer leurs émotions ou leurs relations avec les autres.

Il arrive par exemple que l'on se sente envahi par des émotions ou des sensations difficiles à apaiser en nous ou que nous vivions des situations conflictuelles avec nos amis ou notre famille. Face à ce genre de situation, il peut être difficile de trouver un espace pour en parler ou pour y réfléchir.

Si tu te reconnais dans cette description et que tu apprécies les arts plastiques, cette démarche de groupe pourrait te convenir.

INFORMATIONS POUR TON PARENT

Lors des rencontres de groupe, les jeunes ne se sentent pas toujours à l'aise d'aborder certains sujets.

Il sera donc important que les parents demeurent alertes quant à l'état psychologique de leur enfant et qu'ils prennent les mesures appropriées au besoin pour assurer sa sécurité.

Des bilans en famille seront proposés à la fin de la démarche de groupe, afin de revenir sur le processus thérapeutique et faire le point quant aux besoins cliniques du jeune.

Responsable :

Dre Marie-Hélène Séguin, Ph.D.,
psychologue



Centre
de psychologie
Gouin

39, boul. Gouin Ouest,
Montréal (Québec) H3L 1H9

514 331 5530
info@cpgouin.ca

THÉRAP-ART

Groupe de thérapie par l'art
et la parole pour les
adolescents de 14 à 17 ans.





DANS QUOI EST-CE QUE JE M'EMBARQUE SI JE DIS "OUI"?

Le groupe aura lieu chaque semaine, les mercredis soirs de 18h15 à 19h45, de la mi-octobre 2025 au début de mai 2026.

Une collation sera servie. Il est important de signaler tes allergies et intolérances alimentaires à la responsable.

Les rencontres auront lieu au Centre de psychologie Gouin, au 39 bd Gouin Ouest.

Il y aura un.e interne en psychologie qui accompagnera la responsable.

En cas d'absence, il sera important de nous aviser au 514-331-5530.

Les projets artistiques te permettront de mettre en forme ce que tu portes à l'intérieur et qui est important pour toi.

Le but est d'explorer ce que tu vis, comme ton identité, tes liens aux autres et tes émotions. L'art et la parole te permettront de représenter et de partager ces contenus avec les intervenant.es et le groupe.

Lors des discussions en groupe, la prise de parole sera encouragée, mais pas obligatoire. Tu pourras prendre le temps qu'il faut pour te sentir à l'aise avant d'ouvrir sur ce que tu vis.



Durant les rencontres,

Les intervenant.es te proposeront différents projets artistiques individuels et collectifs utilisant différents médiums.

Tu pourras, si tu le souhaites, apporter ton propre matériel et tes idées de projet, si elles sont réalisables dans le cadre du groupe.

Il y aura également un temps de discussion en groupe, où tu pourras aborder les sujets qui te tiennent à cœur.

Des vernissages (expositions) seront organisés à différents moments dans l'année, pour que tu puisses partager ton travail et ton processus avec tes proches, si tu le souhaites.

COMMENT M'INSCRIRE AU GROUPE

Il suffit de téléphoner à la réception du Centre de psychologie Gouin, au 514-331-5530, et de nommer que tu souhaites t'inscrire au groupe.

La responsable te contactera pour te présenter la démarche et répondre à tes questions.

Lors de ce premier contact, nous aimerions que tu sois accompagné de l'un de tes parents.