

Dates et horaires

Le groupe des compétences sociales se réunit

le jeudi de 15h à 16h 15

bâtiment Pierre Janet – Hopital Saint-Jacques

Il est animé par Sarah-Hélène Lumineau, psychologue
et Laurence Ollivier, orthophoniste.

Renseignements auprès du secrétariat de l'unité.

Habiletés sociales

chez l'enfant
et l'adolescent



Hôpital Saint-Jacques

Unité universitaire de psychiatrie
de l'enfant et de l'adolescent

85 rue Saint-Jacques – bâtiment Pierre Janet
44093 nantes cedex 1

Secrétariat : 02 53 48 26 53

www.chu-nantes.fr / u2pea.free.fr

L'unité universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent du CHU de Nantes propose à votre enfant de participer à un groupe de compétences sociales, afin de développer et de travailler les habiletés sociales.

Habiletés sociales : qu'est-ce que c'est ?

Ce sont les différents **comportements, paroles et gestes** qui amènent à développer des **relations harmonieuses** avec les autres. Elles sont essentielles dans le **développement des relations sociales**.

À quoi ça sert ?

- à favoriser le développement de l'enfant ;
- à se sentir à l'aise en groupe ;
- à prévenir d'éventuels problèmes (ex : décrochage scolaire, toxicomanie, dépression, etc.) ;
- à se sentir apprécié et renforcer l'estime de soi ;
- à s'affirmer ;
- à développer sa sensibilité à l'autre ;
- à développer des stratégies et à juger de leur efficacité ;
- à s'adapter ;
- à améliorer la qualité de vie de la personne et de son environnement ;
- à développer un réseau social et affectif de bonne qualité.

Comment se développent-elles ?

- en offrant des modèles concrets ;
- en créant des occasions pour les pratiquer ;
- en encourageant les réussites et les progrès dans la vie de tous les jours ;
- en explorant différentes solutions pacifiques avec l'enfant ;
- en participant à un groupe de compétences sociales si leur émergence est difficile.

Que travaille-t-on dans un groupe de compétences sociales ?

Les habiletés relationnelles

- sourire ;
- regarder son interlocuteur ;
- saluer les autres ;
- adapter sa distance aux autres ;
- accepter ou initier une invitation de communication ;
- se présenter.
- offrir de l'aide...

Les habiletés de communication

- être capable d'écouter l'autre ;
- parler à l'autre dans un registre adapté ;
- inviter les autres enfants à jouer ;
- initier une conversation et savoir la maintenir...

Les habiletés d'expression et de compréhension des émotions

- exprimer et partager ses émotions ;
- reconnaître les émotions faciales et corporelles sur soi ;
- reconnaître les émotions des autres...

Les habiletés d'autocontrôle

- développer une bonne attitude d'écoute ;
- attendre son tour ;
- tolérer les frustrations ;
- reconnaître les signes d'agitation afin de ralentir ses élans moteurs et verbaux ;
- accepter le refus ;
- s'arrêter ;
- s'asseoir ;
- respirer ;
- se calmer ;
- être capable de trouver une solution...