



Réappivoiser son anxiété, ses peurs et sa panique à l'aide de la réalité virtuelle



Modalité: 5 séances de groupe de 17h00 à 19H00 (max. 6 personnes)

Chaque séance comporte l'apprentissage de compétences émotionnelles et la mise en pratique de ces dernières grâce à la Thérapie par Exposition à la Réalité Virtuelle (TERV). La finalité de cette activité est de développer de manière sécurisée et progressive les moyens nécessaires au réappivoisement autonome de l'anxiété, des peurs et de la panique dans le réel de la vie quotidienne.

Dates: Les mardis 12/03/24, 19/03/24, 26/03/24, 09/04/24 et 24/04/24

Un entretien individuel préalable et l'engagement à participer aux cinq séances est obligatoire.

Tarif: 2,5€ par séance

Cette activité de groupe est organisée dans le cadre des Soins Psychologiques de 1ere Ligne et est financée par l'Inami.

Lieu: Université de Liège site du Sart Tilman

Bâtiment B33, CPLU. Place des Orateurs, 1. 4000 Liège.

Intervenants: Yasemin Ayhan et Julien Goin, Psychologues

Infos et inscription: 0476/754407 (Julien Goin)

