



Principe du format

Sécurité

Un environnement fermé et des règles de groupe, à l'écoute et respectueux.

Rythme adapté

Des séances structurées permettant une progression confortable.

Bienveillance

Un accueil sans jugement, favorisant l'expression authentique.

Progression

Un cheminement évolutif, avec des objectifs clairs et atteignables.

Organisation



- **Format : Groupe fermé en présentiel**
 - 8 adolescents 14 - 18 ans
 - TSA Léger, Profil cognitif haut
- **Durée : 1h30** par séance
Goûter inclus
- **Tarif : 60eu/séance**
 - * Paiement possible au trimestre (300eu) ou au mois (100eu) Facture de prise en soin pour mutuelle et MDPH possibles
 - Inscription : à l'année scolaire complète soit 15 séances pour garantir progression et sécurité.
- **Animatrices** : Alexandra LAUCHET & Anaëlle JUZAN Psychomotriciennes
- **Localisation** : 1 rue du Languedoc Ramonville Saint Agne

Les dates 2026-2027

Les mercredis des semaines impaires
du 22 septembre au 1er juin
de 16h15 à 17h45

Contact et inscription

Je répondrai à vos questions

psychomot.lauchetalexandra@gmail.com

07 63 10 31 40

Plus d'infos sur le site



Groupe Habiletés sociales ADO "TSA de niveau 1"

IDENTITÉ & RELATIONS



Une approche non normative
respectueuse du
fonctionnement
neuroatypique, centrée sur le
consentement social (et non
l'adaptation forcée), attentive à
la question du masking
(suradaptation sociale
coûteuse)

Pourquoi ce groupe ?

Moins de
fatigue
sociale

Réduire mes
ruminations

Lire plus
finement les
signaux
sociaux

Me
reconnecter
à mes
besoins

L'objectif n'est pas de "normaliser" les comportements, mais de permettre à chaque adolescent de :

- mieux se comprendre

- mieux comprendre les autres

- faire des choix ajustés et respectueux de lui-même dans les situations sociales

LES OUTILS



LE RYTHME

Chaque séance est conçue pour progresser avec des temps de partage de vécus, d'expérimentation, d'observation, et de recentrage réflexifs favorisant la prise de recul.

Des points de psychoéducation sont donnés tous le long sur l'autisme et ses particularités relationnelles.

Nous travaillons au fil des séances sur :

- l'identité neuroatypique
- l'interoception et l'alexithymie avec la perception des états internes (émotions et fatigue)
- la reconnaissance et la différenciation des émotions
- la fatigue sociale et les besoins de récupération
- la déconstruction du masking
- la compréhension fine des dynamiques sociales
- le consentement et les limites dans les interactions