

5 étapes, chacune préparant l'étape suivante

Education sur la maladie

Développement des habiletés relationnelles

Gestion des émotions et pensées négatives rattachées

Développement de ressources

Approfondissement pour renforcer les apprentissages, la mise en application des savoir-faire

Réunion d'information (2h)
Accueil et évaluation initiale

Connaître la maladie
Connaître le traitement

Habiletés de communication 1
Habiletés de communication 2
Habiletés à poser des limites

Révisions

Culpabilité et anxiété
Habiletés à gérer ses émotions
Habiletés à gérer ses pensées parasites

Révisions et approfondissement

Apprendre à avoir des attentes réalistes
Savoir obtenir de l'aide
Développer un réseau de soutien et évaluation finale

Séance +3 mois : thème Cannabis + point sur le groupe
Séances à distance (6 mois- 1 an -1 ½ an – 2 ans)