

# CENTRE DE SANTÉ MENTALE ET DE BIEN-ÊTRE ELSPETH MCCONNELL

Programme de thérapie  
axée sur les  
traumatismes

Le Programme de thérapie axée sur les traumatismes est un programme de psychothérapie spécialisée visant à surmonter l'impact des traumatismes survenu durant l'enfance et à l'âge adulte.

À l'aide de thérapie de groupe et de thérapie individuelle, le programme cherche à renforcer la résilience et à promouvoir le rétablissement de l'état de stress post-traumatique et de l'état de stress post-traumatique complexe, en vue de permettre aux gens de renouer avec eux-mêmes et leurs communautés.

## MODALITÉS THÉRAPEUTIQUES

Le programme combine plusieurs approches thérapeutiques afin d'adapter le traitement aux besoins et aux objectifs des clients :

- Thérapie sensorimotrice
- EMDR
- Pleine conscience
- Thérapie cognitive comportementale
- Thérapie des processus cognitifs
- Thérapie comportementale dialectique
- Psychoéducation
- Thérapie psychodynamique
- Thérapie relationnelle
- Thérapie basée sur la mentalisation
- Thérapie par les arts
- Thérapie par le yoga

« Comme vous possédiez tout ce dont vous aviez besoin pour survivre, vous possédez tout ce dont vous avez besoin pour guérir. »

- Janina Fisher

## L'ÉQUIPE

- Psychiatre
- Psychologue
- Stagiaires multidisciplinaires



La référence d'un médecin est nécessaire pour accéder au programme.

Afin d'être éligible au programme, vous devrez assister à une session d'orientation essentielle.

Hôpital général juif  
3755, chemin de la Côte-Sainte-Catherine  
Pavillon B, 6e étage  
Montréal, QC  
514 340-8222, ext. 25633  
elspethmccconnell.centre.ccomtl@ssss.gouv.qc.ca

*Ce programme accueille des personnes de toute origine culturelle et raciale, nationalité, orientation sexuelle, identité du genre et foi religieuse.*



Hôpital général juif

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
du Centre-Ouest-  
de-l'Île-de-Montréal

Québec

Une initiative des Fondations Daggone et de l'HGJ