

Aujourd'hui, notre société a un grand besoin de réflexion, de calme et de moments pour mieux comprendre ce que nous vivons et/ou ressentons. Ces moments peuvent nous éclairer sur nos façons d'être, sur nos capacités à analyser des faits de société. Je vous invite à venir vous découvrir davantage et dans le respect de chacun, à acquérir de nouvelles grilles de lecture pour la gestion de votre quotidien. Lors de ces cours, la parole est libre. Prendre soin du rythme de chacun et du groupe reste ma priorité.

Le cours de psychologie se décline de la façon suivante :

- ***Le contenu de cours de première année de psychologie*** balaye les différents courants psychologiques (psychanalyse, courant humaniste, systémique, comportementaliste) en les repositionnant dans l'histoire de la société. Différents concepts sont abordés : Le conscient-inconscient, les mécanismes de défense, la psychologie générationnelle, l'écoute active, la communication non violente, l'approche systémique et ses balises pour comprendre les tensions familiales et de couple, vaincre son stress.... Les thématiques peuvent aussi venir du groupe et de nos échanges au fil des semaines. Le cours est jalonné d'exercices concrets ou de lectures d'articles venant soutenir la réflexion ou la connaissance de soi. ***Ce cours se déroule de début octobre à fin mai, tous les vendredis matin de 9h-10h30 au 78, rue de Bruxelles (local 2.06). Premier rendez-vous : le 2 octobre 2026***

- ***Le contenu de l'année de l'Approfondissement*** aborde différentes thématiques autour de la santé : évolution de la Santé (patient-responsable-acteur-usager, l'e-santé...), les phénomènes de groupe (alliance, bouc-émissaire...), problématiques des comportements impulsifs, troubles des conduites, différentes phobies et troubles alimentaires, la question du genre et de l'identité, les diverses facettes de la communication et ses pièges : rôle des influenceurs, manipulateurs, harceleurs, les phénomènes d'emprise. Le cours est jalonné de lectures d'articles, vidéos et surtout se construit avec les différents échanges venus du groupe et ce, dans les attentes et respect de chacun. ***Ce cours se déroule toute l'année, tous les vendredis matin de 10h40- 12h10 au 78, rue de Bruxelles (local 2.06). Premier rendez-vous : 2 octobre 2026***

- ***Le cours-débat*** permet d'aborder des questions de société en s'appuyant sur la lecture d'un livre proposé à l'avance. Durant l'année 2025-26, nous avons abordé les nouvelles configurations familiales, les troubles bipolaires, l'assertivité, vivre avec son passé, le tatouage et piercing, l'emprise Sur base de lecture d'articles, de livres, visionnement vidéo/film proposés, à l'avance à tous et toutes, nous partagerons nos réactions et façons d'analyser ces faits de société. J'approfondirai la thématique du jour en m'appuyant sur des apports psychologiques. Je proposerai au départ les thématiques mais les propositions sont les bienvenues. Grâce aux échanges et apports théoriques, j'espère que ce cours-débat apportera à chacun d'entre nous, de nouvelles pistes pour une appréhension nouvelle de certains faits de société. ***Le cours est ouvert à tout le monde (aucune obligation d'avoir suivi les cours de psychologie). Il s'organise en 8 rendez-vous mensuels de 3h, d'octobre à mai, le vendredi après-midi de 13h30-16h30 au 78, rue de Bruxelles (local 2.17). Premier rendez-vous : 16 octobre 2026***