

« J'AI PEUR DU JUGEMENT  
DES AUTRES **AU POINT OÙ**  
ÇA **M'EMPÊCHE** DE VIVRE. »

...

« JE VOUDRAIS QUE ÇA **CHANGE**,  
**MAIS JE NE SAIS PAS COMMENT**  
M'Y PRENDRE. »

...

« MES **ÉMOTIONS SONT**  
**TELLEMENT ENVAHISSANTES**  
QU'ELLES MOBILISENT TOUTE  
MON **ÉNERGIE.** »

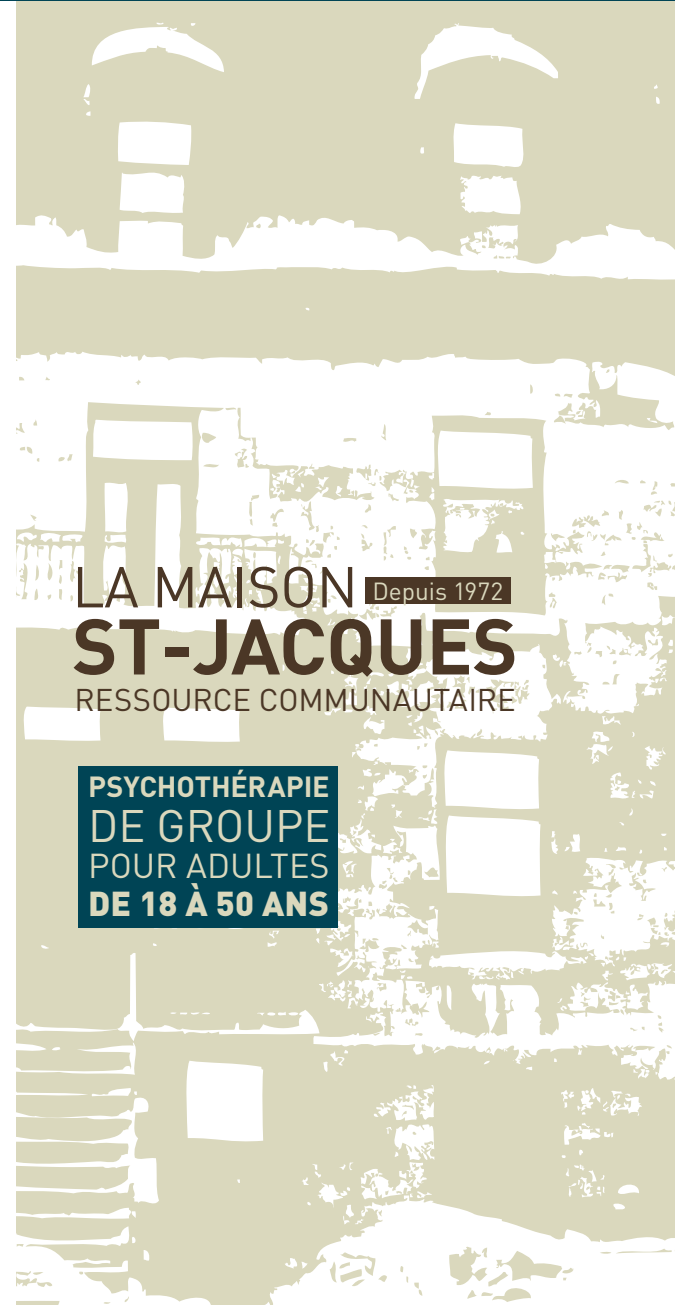
...

« MES **RELATIONS**  
**SONT TROP SOUVENT**, SINON  
TOUJOURS **CONFLICTUELLES.** »

### *La Maison St-Jacques*

- La Maison St-Jacques est une ressource communautaire non-sectorisée et autonome.
- Elle exerce des activités depuis 1972.
- Elle est subventionnée par l'Agence de santé et de services sociaux de Montréal.
- Le ministère de la Santé et des Services Sociaux lui a décerné le prix Persillier Lachapelle pour son travail d'intégration communautaire et pour l'amélioration des services en santé mentale au Québec.
- Son équipe de cliniciens offre une psychothérapie de groupe d'approche psychanalytique.
- L'équipe de la Maison St-Jacques est composée de cliniciens d'expérience qui ont tous une formation universitaire et post-universitaire.

1629, rue St-Hubert, Montréal (Qc), H2L 3Z1  
Tél. : 514 526-4132 | Tél. : 514 526-2731  
Site web : [www.maisonstjacques.com](http://www.maisonstjacques.com)  
Courriel : [info@maisonstjacques.com](mailto:info@maisonstjacques.com)



« J'EN AI ASSEZ **D'ÊTRE SEUL (E)**,  
**JE NE PARVIENS PAS** À AVOIR  
DES **RELATIONS STABLES.** »

...

« J'ACCUMULE LES **ÉCHECS.** »

...

« DES PROJETS, J'EN AI **PLEIN**  
LA TÊTE, MAIS **JE N'ARRIVE PAS**  
À LES RÉALISER. »

...

« **J'AI L'IMPRESSION** DE REVIVRE  
TOUT LE TEMPS LES **MÊMES**  
**PROBLÈMES.** »

Tél. : 514 526-4132 | SERVICE GRATUIT

LE GROUPE THÉRAPEUTIQUE,  
UN ESPACE *Où l'on...*

...  
parle librement à d'autres, et avec  
d'autres, de ses peurs et de ses  
émotions, de ce qui est difficile  
et souffrant.

...  
expérimente, explore et questionne.

...  
sonde ses aptitudes et ses ressources,  
ses relations avec soi et avec les autres.

...  
recherche le sens de ce qui nous  
échappe, se soustrait et s'embrouille...

## LES GROUPES THÉRAPEUTIQUES

### *Comment ça fonctionne ?*

- Les groupes thérapeutiques, avec des horaires différents, sont constitués d'hommes et de femmes de 18 à 50 ans.
- La démarche est axée sur l'expérience vécue au sein du groupe et l'expression des émotions. Elle vise la recherche de sens en permettant aux participants d'établir des liens entre leurs difficultés actuelles et la compréhension de leur histoire personnelle.
- Chaque groupe est constitué d'un maximum de 8 personnes.
- Les séances de thérapie de groupe ont lieu deux fois par semaine.
- Les groupes sont « ouverts » ; il peut donc y avoir de nouveaux participants qui s'y intègrent au courant de l'année.

*- La démarche de thérapie peut durer jusqu'à trois ans.*

*- Les services thérapeutiques sont gratuits.*

*- Pour être admis à un groupe thérapeutique, il faut d'abord prendre rendez-vous avec un intervenant du service des admissions.*