

PROGRAMME CONNEXIONS FAMILIALES

Psychoéducation de proches de personnes avec dysrégulation émotionnelle / trouble de la personnalité limite

Contexte

Le trouble de la personnalité **borderline** ou trouble de la personnalité limite est un **trouble psychique** caractérisé par une **difficulté majeure à gérer les émotions**.

Ces difficultés de gestion émotionnelle peuvent être associées à **des comportements impulsifs** et **affecter sérieusement les relations interpersonnelles**.

Les proches sont souvent directement touchés par ces difficultés et peuvent se sentir **démunis** et **impuissants** face à une telle intensité émotionnelle.

Démarche et contenu du programme

Le programme de formation est organisé en **11 séances hebdomadaires de deux heures**, chacune comportant schématiquement **deux grandes parties** :

1) Une partie de partage en groupe

car le vécu de chacun enrichit grandement les autres et permet de créer du lien entre familles vivants des situations semblables.

2) Une partie d'enseignement sur le trouble borderline et les comportements à adopter

Une partie d'enseignement sur le trouble borderline et les comportements à adopter : incluant des exercices pratiques à domicile pour faciliter l'acquisition de ces techniques

Pour QUI ?

Ce programme s'adresse **uniquement aux proches** — parents, conjoints ou autres membres adultes de la famille — **d'adolescents** ou **d'adultes** présentant une **dysrégulation émotionnelle** ou un **trouble de la personnalité limite (borderline)**. Il se déroule **sans la présence de la personne concernée** et requiert une **bonne maîtrise du français**, à l'oral comme à l'écrit.

Pour QUOI ?

La finalité du programme est d'aider les proches à mieux **appréhender le trouble borderline** et à acquérir des compétences afin **d'améliorer la qualité de vie familiale**.

Qui ANIME ?

- Une psychiatre
- Une neuropsychologue
- Une bénévole proche concernée par le trouble

Cette équipe a été formée par **Connexions Familiales**.

Objectifs

Mieux comprendre les symptômes et les comportements associés au trouble de la personnalité limite et à ses traits caractéristiques, en s'appuyant sur les informations et les recherches les plus récentes

Apprendre à mieux contrôler ses propres réactions émotives face aux situations

Développer des compétences individuelles et familiales pour gérer les réactions émotionnelles

**RENDEZ-VOUS TOUS LES
MARDIS SOIRS DE 17H30 A 19H30**

En présentiel, dans les locaux de P2R95,
Bâtiment Ferenczi - premier étage
Centre Hospitalier d'Argenteuil,
69 rue du Lieutenant-Colonel Prudhon
95100 ARGENTEUIL

Inscriptions auprès de

Mme MARCHAND

Sur l'adresse mail

etpsantementale@ch-argenteuil.fr