

Inauguration du Centre de Thérapies des Troubles de l'Humeur et Emotionnels/Borderline du CHU de Montpellier

Les troubles de l'humeur (trouble dépressif unipolaire ou trouble bipolaire) et les troubles émotionnels (dont le trouble de la personnalité borderline) sont fréquents et invalidants. L'Hôpital De Jour des 2 Lions (avenue du Père Soulas à Montpellier) et l'Hôpital De Jour Eurydice (chemin de Moulares à Montpellier) ont donné naissance à une nouvelle structure au sein de l'hôpital de la Colombière : le Centre de Thérapies des Troubles de l'Humeur et Emotionnels/Borderline qui incarne une psychiatrie moderne, visant une identification optimale de soi-même : résiliente, empathique et créative.

Le travail de cette unité a été repéré par l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) comme une innovation majeure (travail qui sera présenté lors de la rencontre des Nations Unies à Genève en juin 2021), et a fait l'obtention d'une chaire universitaire (Fondation Université de Montpellier).

Des troubles fréquents

Les troubles de l'humeur et le trouble de personnalité borderline sont fréquents. En effet, au cours de leur vie, **15% des personnes sont susceptibles de présenter une dépression unipolaire et 5% un trouble bipolaire.**

Le trouble de personnalité borderline est un trouble émotionnel, et concerne 2 à 6% de la population générale, 10% de la population consultant en ambulatoire en psychiatrie, 20% de la population hospitalisé en service de psychiatrie générale, et jusqu'à 50% de la population ayant fait une tentative de suicide dans les deux dernières années et étant hospitalisée dans un service de prise en charge de la crise suicidaire. **Ces troubles sont sous diagnostiqués, sous traités et associés à une surmortalité par suicide.**

Pourquoi la création de ce centre ?

L'objectif de ce nouveau centre est bien sûr **une augmentation des capacités d'accueil afin de répondre aux fortes demandes de soins et diminuer les délais d'attente.**

Mais l'objectif est également de cibler une **identification de soi correcte** dans les soins psychothérapeutiques et éducatifs, grâce à une équipe spécialisée en **Thérapies Cognitives et Comportementales (TCC) de 3^{ème} vague (thérapies basées sur la méditation)** qui présente une renommée nationale et internationale dans le domaine.

Grâce à un approfondissement en TCC de 3^{ème} vague, une identification progressive correcte de soi est ciblée.

Par l'alliance entre éducation aux troubles mentaux et TCC de 3^{ème} vague, chaque personne

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

est accompagnée à ne plus se sentir limitée par son trouble mental, mais pouvoir vivre une vie plaisante, épanouissante et utile aux autres à partir de ses caractéristiques personnelles.

Le travail de cette unité s'adresse à la fois aux personnes présentant un trouble de l'humeur et/ou émotionnel, mais également **aux proches, aux familles**, à qui sont également **offerts des programmes d'éducatifs et d'enseignements psychothérapeutiques**.

L'adoption de la visio-conférence mis en place dans le contexte de crise sanitaire actuel offre à présent une plus grande accessibilité de soins aux patients et aux familles.

Les TCC de 3^{ème} vague : la méditation

A partir d'une investigation méthodique du fonctionnement de l'esprit humain, les TCC de 3^{ème} vague utilisent cette science de l'esprit qu'est la méditation afin de dépasser les apparents bon-sens, les habitudes intellectuelles, les dogmes, les préconceptions, et cibler un enjeu fondamental : la base à partir de laquelle l'être humain fait toutes ses expériences quotidiennes : la perception de soi-même.

Par un travail d'identification de soi visant à changer les narrations traumatisantes et limitantes sur soi-même, en des narrations résilientes et créatives, l'approfondissement en TCC de 3^{ème} vague tel que proposé dans cette unité a été repéré par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) comme une innovation majeure. Cette équipe est à ce titre invitée à présenter son travail lors de la rencontre des Nations Unies à Genève en juin 2021.

C'est donc une conception valide de soi-même qui est rendue plus manifeste, et :

- A laquelle est appliquée la thérapie permettant de vivre une vie plaisante, épanouissante et utile aux autres
- A laquelle est apportée une éducation sur les troubles mentaux spécifiques de cette filière de soins, tels que le trouble dépressif unipolaire, le trouble bipolaire et le trouble borderline.

« Devenir expert de son trouble mental, à partir d'une identification correcte de soi, afin de ne plus se sentir limité par ce trouble, mais même pouvoir se réaliser et aider les autres grâce à ce trouble ».

Le Dr Déborah Ducasse a expliqué ce travail de résilience plus en détail dans l'émission « La Conversation Scientifique », sur France Culture, en septembre 2020.

L'importance de l'identification correcte de soi

Dans un article publié dans le célèbre Journal of Affective Disorders, cette équipe, en collaboration avec le Pr William Van Gordon, expert international en Thérapies Cognitives et Comportementales (TCC) de 3^{ème} vague, publiait : « Si la compréhension du « Moi je » (ou notre sentiment d'identité) est erronée, alors toutes les interventions visant à diminuer la souffrance de ce « Moi je » seront donc erronées !... C'est pourquoi, l'identification correcte de soi est d'une importance capitale ». « La perception de soi est la base à partir de laquelle nous faisons toutes nos expériences... »

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Ce travail approfondi sur l'identification correcte de soi a fait l'objet de l'obtention d'une chaire universitaire, attribuée par la Fondation Université de Montpellier. Cette plateforme donnera naissance à des conférences, des interventions éducatives et thérapeutiques, et des projets de recherche au service d'une vision sociétale collaborative, créative, et empathique.

Quelques chiffres clés

En 2019 : 2944 actes activités groupes/consultations

En 2020 : 4207 actes activités groupes/consultations

Sur une semaine en moyenne :

- 100 personnes en groupe de TCC de 3^{ème} vague de premier niveau (méditation de pleine conscience)
- 80 personnes en groupe de TCC de 3^{ème} vague basé sur l'identification de soi (recoupant l'ensemble des 3 niveaux de TCC de 3^{ème} vague)
- 15 personnes en groupe de proches de personnes présentant un trouble borderline
- 35 personnes vues en consultations d'évaluation du trouble borderline.

► **Le Dr Déborah Ducasse, responsable du service, est disponible pour répondre à vos questions sur le sujet.**

Contact Presse

CHU Montpellier – presse@chu-montpellier.fr

Louise POTREL – Attachée de presse – 06 71 60 72 62.