

GROUPE PSYCHOÉDUCATION POUR LES PROCHES

autour du trouble borderline



Pour toute personne ayant
un proche souffrant de trouble
borderline (enfant, fratrie,
conjoint(e), ami(e) proche...)



Centre de Thérapies
Troubles de l'Humeur et
Émotionnels/Borderline



Votre proche souffre d'un trouble borderline ?

- Le diagnostic a été identifié.
- Vous vous questionnez sur le trouble de votre proche.
- Vous êtes à la recherche d'informations précises sur ce trouble, son évolution, ses conséquences et ses traitements.
- Vous vous sentez seul(e) ou démuni(e) face aux réactions de votre proche.
- Vous avez du mal à communiquer avec votre proche.
- Vous ne savez pas quoi faire en cas de crise.



À quoi sert ce programme de psychoéducation ?

Ce programme vous aidera à :

- Devenir expert du trouble, à travers un enseignement pédagogique des connaissances scientifiques.
- Développer des compétences psychologiques pour :
 - Comprendre vos propres émotions et celles de votre proche.
 - Gérer les moments de crise.
 - Rétablir des relations familiales apaisées.
 - Se constituer un réseau de soutien de qualité.
 - Partager votre expérience dans un climat de groupe compréhensif et soutenant.



Quel contenu ?

- Délivrance des connaissances scientifiques actuelles sur le trouble borderline, de façon pédagogique
- Enseignement de compétences de communication pour mieux se relier, mieux aider, sans s'épuiser

Quel format ?

Groupe, en visio, 2 heures par semaine pendant 10 semaines

Quelle ressource ?

«*Le trouble borderline expliqué aux proches*» : auteurs : Dr Déborah Ducasse et Véronique Brand-Arpon - éditions Odile Jacob

Responsable :

Dr Déborah DUCASSE

Contacts et renseignements :

Equipe du Centre de Thérapies Troubles de l'Humeur et Emotionnels/Borderline
Hôpital la Colombière CHU de Montpellier

troubles-humeur-borderline@chu-montpellier.fr
Tél : 04 67 33 28 29

N'hésitez-pas à nous contacter pour vous inscrire ou nous poser vos questions.

