

COMMENT INTERAGIR AVEC SON PROCHE?

- Être sensible à la détresse sous-jacente aux comportements excessifs et valider leur sentiment sans cautionner les gestes.
- Être capable de compassion et de soutien tout en étant capable de confronter, de mettre ses limites et de parler au « je ». Offrir un cadre clair en étant constant et prévisible quant à ce qui est attendu de notre proche.
- Se retirer ou inviter l'autre à se retirer lorsque la situation escalade. Éviter d'argumenter et choisir un moment où vous êtes tous les deux calmes pour discuter.
- Se donner du temps pour réfléchir ou réagir. Ne pas répondre à l'urgence de l'autre. Recadrer la demande de l'autre sur l'essentiel du message et ne pas focaliser sur l'intensité et l'urgence qui l'accompagnent.
- Se souvenir qu'une demande n'est pas une exigence. On peut répondre oui, non, ou encore faire un bout du chemin et demander à l'autre de faire le reste.
- Ne pas jouer au thérapeute. Leur exprimer son attachement, mais aussi ses limites. Les inciter à aller chercher de l'aide professionnelle et en faire de même pour soi.
- Comprendre que leurs attaques verbales ne sont souvent pas personnelles même si elles viennent toucher vos points sensibles. Elles parlent davantage de leur grande souffrance et de leur difficulté à l'exprimer de façon adéquate.
- Adopter une position d'adulte à adulte avec son proche. Accepter qu'il fasse ses choix, mais l'inviter à assumer les conséquences de ceux-ci. Éviter de prendre en charge et miser davantage sur l'autonomie.



ÉCLUSIER
Accueillir • Aider • Accompagner

144, rue Jacques-Cartier Nord
Saint-Jean-sur-Richelieu, Qc, J3B 6S6

Téléphone: 450 346-5252
Courriel: info@eclusierhr.ca
www.eclusierhr.ca



1-855-Craquer

TROUBLE DE LA PERSONNALITÉ LIMITE

**SYMPTÔMES CLINIQUES
ET
COMMENT INTERAGIR AVEC
SON PROCHE**



ÉCLUSIER
Accueillir • Aider • Accompagner

Centre d'intervention psychosocial
destiné aux proches d'une personne
ayant un trouble de santé mentale

MANIFESTATIONS DU TROUBLE DE LA PERSONNALITÉ LIMITE

SYMPTÔMES RELATIONNELS

1-Efforts effrénés pour éviter les abandons réels ou imaginés (N.B. : Ne pas inclure les comportements suicidaires ou les automutilations énumérés dans le critère 5.)

3-Perturbation de l'identité : instabilité marquée et persistante de l'image ou de la notion de soi.

Exemples : orientation sexuelle, objectifs à long terme ou choix de carrière, type d'amis recherchés, choix de valeurs.

SYMPTÔMES COGNITIFS

9- Survenue transitoire dans des situations de stress d'une idéation persécutoire ou de symptômes dissociatifs sévères.

Peut aller jusqu'à la psychose quoique cette dernière ne fasse pas partie des critères diagnostiques.

SYMPTÔMES IMPULSIFS

5- Répétition des comportements, de gestes ou de menaces suicidaires ou d'automutilation.

4-Impulsivité dans au moins deux domaines potentiellement dommageables pour le sujet (Ex: dépenses, sexualité, toxicomanie, conduite automobile dangereuse, crise de boulimie). (N.B. : Ne pas inclure les comportements suicidaires ou les automutilations énumérés dans le critère 5.)

S'il y a présence d'impulsivité dans seulement un domaine, on ne peut pas utiliser ce critère diagnostic.

2-Mode de relations interpersonnelles instables ou intenses caractérisées par l'alternance entre des positions extrêmes et d'idéalisation excessive et de dévalorisation.

Tout est blanc ou tout est noir ; il n'y a pas de nuances

SYMPTÔMES AFFECTIFS

6- Instabilité affective due à une réactivité marquée de l'humeur (Ex: dysphorie épisodique intense, irritabilité ou anxiété durant habituellement quelques heures et rarement plus que quelques jours).

Ne pas confondre avec le trouble bipolaire dont les épisodes durent beaucoup plus longtemps ainsi qu'avec la cyclothymie où se succèdent des périodes euphoriques et des périodes dépressives.

8-Colères intenses et non appropriées ou difficulté à contrôler sa colère (Ex: fréquentes manifestations de mauvaise humeur, colère constante ou bagarres répétées).

Peuvent être confondus avec d'autres troubles tels que : TDAH, SGT, etc.

7- Sentiment chronique de vide
Estime de soi à zéro