

Changer de paradigme dans la clinique des troubles borderline

Dans ce manuel, Déborah Ducasse, psychiatre, et Véronique Brand-Arpon, infirmière, proposent un programme court et structuré de prise en charge des troubles borderline, basé sur des stratégies issues des Thérapies comportementales et cognitives (TCC) de 3^e vague.

• ***Vous décrivez le trouble borderline comme « un modèle extrême de fonctionnement humain ordinaire ». Pourriez-vous préciser cette conception ?***

En psychiatrie, les catégories diagnostiques, qui sont de simples noms attribués par les scientifiques au regard de manifestations symptomatiques, sont souvent réifiées, c'est-à-dire considérées comme existantes en tant que telles dans la nature, alors qu'elles relèvent finalement de constructions communes temporaires (1). L'évolution de la psychiatrie est au dépassement de ces étiquettes diagnostiques, et dans cette perspective, la littérature scientifique encourage une compréhension dimensionnelle des troubles. Cette approche souligne l'existence de traits psychologiques communs sous-tendant la souffrance humaine. Dès lors, il n'y a pas d'un côté des malades et d'un autre côté, des sujets totalement sains mentalement. En ce qui concerne les personnes souffrant d'un trouble borderline, une grande insécurité perçue dans les relations est au cœur de leur fonctionnement, qui conduit à une douleur existentielle importante (2). Elles recherchent avant tout, de façon compulsive, la valorisation et l'affection de proches et leur lutte intérieure peut prendre la forme du contrôle incessant de l'autre et de leurs propres comportements, pour recevoir l'affection tant désirée. Dans ce guide, nous mettons tout d'abord en lumière les ressorts psychologiques de la souffrance des personnes atteintes d'un trouble borderline, puis nous proposons des voies psychothérapeutiques pour se libérer progressivement de cette souffrance et s'ancrer, de façon stable, dans une vie qui ait du sens.

• ***À lire : Psychothérapie du trouble borderline. D. Ducasse, V. Brand-Arpon, Elsevier-Masson, col. Pratiques en psychothérapie, août 2019, 288 pages, 29,90 euros.***

• ***Vous proposez à ces patients un programme court, intégrant la thérapie comportementale dialectique (TCD) et la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT). Pourquoi ce choix ?***

Sur la base notamment des connaissances dérivées du bouddhisme sur le fonctionnement de l'esprit humain, les Thérapies cognitives et comportementales (TCC) de 3^e vague constituent une révolution de paradigme psychothérapeutique. La TCD et l'ACT, qui appartiennent à ces TCC de 3^e vague, visent à :

– développer une connaissance expérimentale de la manière dont la représentation mentale que l'individu a de lui-même (c'est-à-dire avec ses besoins pour se sentir confortable et/ou avoir de la valeur) se manifeste dans la vie quotidienne, *via* les pensées, les émotions, et les comportements habituels automatiques qui en découlent ;

– changer de relation par rapport à ces événements mentaux (pensées, émotions) : il s'agit de ne pas les prendre pour des vérités absolues ou des besoins à résoudre, mais pour des indicateurs de « là où nous sommes coincés » ;

– gagner en liberté de choix d'engagement dans le monde, sur la base de qui nous sommes au fond, ce qui donne réellement sens à notre vie. La question est finalement : s'il n'y avait pas toute cette lutte intérieure, de quelle manière j'entrerais en relation avec le monde ?

– ***Comment s'organise concrètement ce programme ?***

Ce programme se déroule en 2 temps de soin hebdomadaires pendant 6 mois : un entretien individuel et une séance de groupe d'acquisition de compétences (sur l'identification du fonctionnement habituel à l'origine de la lutte, l'identification

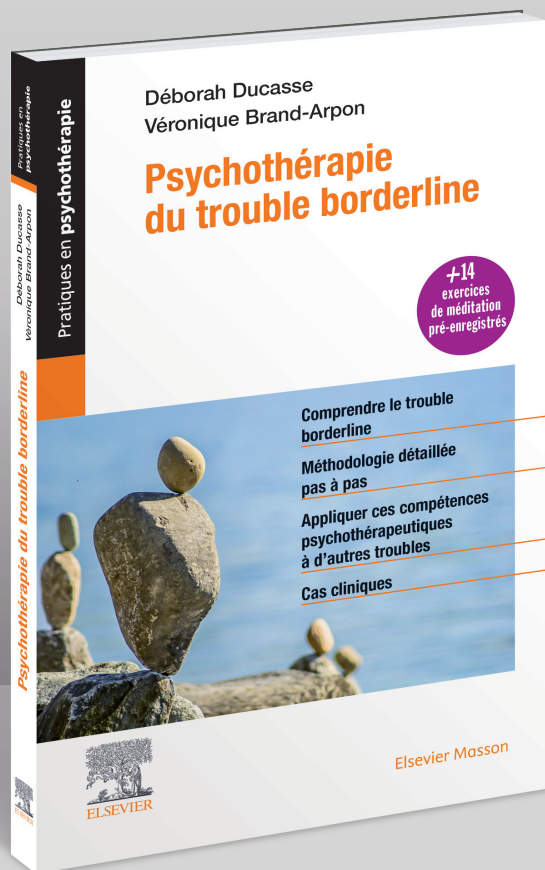
valide de qui nous sommes, la régulation émotionnelle, la tolérance à la détresse, l'efficacité dans les relations interpersonnelles...). Les stratégies psychothérapeutiques présentées peuvent cependant être utilisées en dehors de cette structuration formelle. Bien loin d'une pilule miracle, il s'agit d'une voie pragmatique, avec des outils concrets, que les patients s'approprient progressivement.

• ***Vous introduisez l'ouvrage par la présentation de quatre patientes, d'âge et de profils différents. Pouvez-vous préciser votre approche pédagogique ?***

D'une part, le choix de ces quatre patientes permet de montrer la diversité des profils rencontrés en pratique clinique. D'autre part, il illustre de façon très concrète comment s'adaptent les stratégies psychothérapeutiques à ces singularités. Chaque clinicien en santé mentale peut trouver dans ce manuel des pratiques guidées « clés en main », des méthodologies d'accompagnement psychothérapeutique applicables quel que soit le retour d'expérience de l'usager. Nous avons également consacré une partie à la façon d'appréhender les idées et comportements suicidaires, très fréquents chez ces patients et qui peuvent insécuriser bon nombre de soignants. De par la compréhension dimensionnelle des troubles mentaux, ces stratégies psychothérapeutiques peuvent être proposées à tout patient.

1– Hyman SE. The diagnosis of mental disorders : the problem of reification. *Annu Rev Clin Psychol* 2010;6:155-179.

2– Ducasse D, Van Gordon W, Brand-Arpon V, et al. Borderline personality disorder : from understanding ontological addiction to psychotherapeutic revolution. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci* 2019;4.



Nouveauté

Psychothérapie du trouble borderline

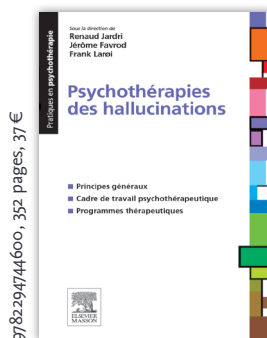
9782294762413 - 288 pages - 29,90 €

Ce guide pratique permet de comprendre les origines et processus psychologiques à l'origine de la souffrance des patients et de mettre en place des processus psychothérapeutiques issus de la TCD (Thérapie Comportementale Dialectique) et de l'ACT (Thérapie d'Acceptation et d'Engagement).

Il détaille les stratégies ciblant :

- Le sens de la vie ;
- La prise de décision efficace ;
- La régulation émotionnelle ;
- La tolérance à la détresse ;
- L'efficacité dans les relations interpersonnelles ;
- La gestion des idées et comportements suicidaires.

Dans la même collection *Pratiques en psychothérapie* :



9782294744600, 352 pages, 37 €



9782294758928, 328 pages, 35 €



À découvrir en librairie ou sur www.elsevier-masson.fr