



## PROGRAMME DE PSYCHOEDUCATION **CONNEXIONS FAMILIALES**

### **UNITE D'AIDE AUX AIDANTS VILLETTE – 69003 LYON**

Le programme est organisé pour permettre aux participants d'acquérir :

- des informations actualisées sur le trouble de la personnalité limite (aussi nommé borderline),
- des compétences relationnelles par leur mise en application grâce à des échanges ouverts en petit groupe.

Le programme se déroule sur **12 séances hebdomadaires de 2 heures.**

Il vise à :

- 1) 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
- 2) Apprendre à mieux contrôler ses propres réactions émotionnelles face aux situations.
- 3) Développer des compétences individuelles et familiales pour gérer les réactions émotionnelles négatives en contexte de groupe :
  - Aptitudes relationnelles de pleine conscience
  - Aptitudes à la communication efficace
  - Stratégies de validation
  - Compétences en gestion de problèmes
- 4) Bâtir un réseau de soutien entre familles vivant des situations semblables

Le programme associe dans l'idéal l'expertise des familles des personnes atteintes d'un trouble de la personnalité limite à celle de professionnels depuis plus de 20 ans.

Mais étant donné que nous le proposons pour la 1<sup>ère</sup> fois sur l'unité, il sera animé uniquement par des soignants et éclairé par les nombreux témoignages expérientiels des participants.

Le programme est co-animé :

- par des professionnels de santé confrontés et formés à ce type de trouble

1<sup>ère</sup> session organisée du 21/09 au 21/12/2023



Lieu :

**Pôle Centre Rive Gauche Unité Aide aux Aidants**

**70, rue Etienne Richerand – 69003 LYON**

**Tel. : 04-26-73-86-40**

**Mail : [aidantspolecentrerivegauche@ch-le-vinatier.fr](mailto:aidantspolecentrerivegauche@ch-le-vinatier.fr)**

**Jour et horaires : les jeudis de 14h30 à 16h30**

**Composition de l'équipe de co-animatrices :**

- D<sup>r</sup> Vêrane BREYNAERT, psychiatre responsable de l'ambulatoire
- M<sup>me</sup> Anne-Laure BOURGEOIS, psychologue clinicienne
- M<sup>mes</sup> Sylvie MAGAUD et Camille COLLINET, Infirmières spécialisées en psychiatrie