

Programme Connexions Familiales

Groupe de psychoéducation pour les proches de personnes avec dysrégulation
émotionnelle / trouble de la personnalité borderline

Session Janvier 2026 - Juin 2026

Le trouble de la personnalité borderline est majoritairement caractérisé par la difficulté à gérer des émotions intenses et rapidement changeantes. Des comportements impulsifs sont souvent mis en place pour apaiser ces émotions, parfois au détriment de l'image de soi et des relations interpersonnelles.

Le programme Connexions Familiales™ a pour objectif de :

- Mieux comprendre les symptômes et les comportements associés au trouble de la personnalité borderline et à ses traits caractéristiques, en s'appuyant sur les informations et les recherches les plus récentes
- Apprendre à mieux contrôler ses propres réactions émotives face aux situations
- 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
- Bâtir un réseau de soutien entre familles vivant des situations semblables

Référentiel théorique :

Ce programme s'inspire des fondamentaux de la thérapie comportementale dialectique (TCD) :

-Hoffman, P. D., Fruzzetti, A. E., Buteau, E., Neiditch, E. R., Penney, D. et al. (2005). *Family connections : a program for relatives of persons with borderline personality disorder*. *Family Process*, 44(2), 217-225

-Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder*, New York, NY Guiford Press

Organisation et informations pratiques :

Pour qui ? :

Les groupes s'adressent aux parents, enfants, frères et soeur, ami.e.s de personnes concernées par le trouble. Ils s'adressent **exclusivement** aux proches.

Les groupes sont des **groupes fermés** : les participants sont les mêmes pendant toute la durée du programme.

Quand ? :

Un mercredi sur deux pendant 12 séances de 2 heures. Selon le planning suivant :

Séance	Date	Horaires	Thématique
1	Mercredi 7 janvier	11h-13h	Présentation du programme et droits des proches
2	Mercredi 21 janvier	11h-13h	Psychoéducation du trouble de la personnalité borderline
3	Mercredi 4 février	11h-13h	Psychoéducation Familiale - Partie 1
4	Mercredi 18 février	11h-13h	Psychoéducation Familiale - Partie 2
5	Mercredi 4 mars	11h-13h	Pleine conscience relationnelle - Partie 1
6	Mercredi 18 mars	11h-13h	Pleine conscience relationnelle - Partie 2
7	Mercredi 1 avril	11h-13h	Compétences de l'environnement familial - Partie 1
8	Mercredi 15 avril	11h-13h	Compétences de l'environnement familial - Partie 2
9	Mercredi 29 avril	11h-13h	Compétences de validation - Partie 1
10	Mercredi 13 mai	11h-13h	Compétences de validation - Partie 2
11	Mercredi 27 mai	11h-13h	Résolution collaborative des problèmes - Partie 1
12	Mercredi 10 juin	11h-13h	Résolution collaborative des problèmes - Partie 2

Comment ? :

- **En présentiel**
- Suite à un entretien de rencontre
- Pour un bénéfice optimal de ce groupe, nous vous invitons à être présent.e.s à toutes les séances.
- Les séances seront animées par deux psychologues et encadrée par une infirmière. Notre hôpital est universitaire, il est possible que des stagiaires psychologues et/ou des internes en psychiatrie complètent l'équipe.
- **Inscription par mail : hdj.info.cch@aphp.fr**

Où ? :

Hôpital de jour La Collégiale
33 rue du fer à Moulin
Paris 75005

