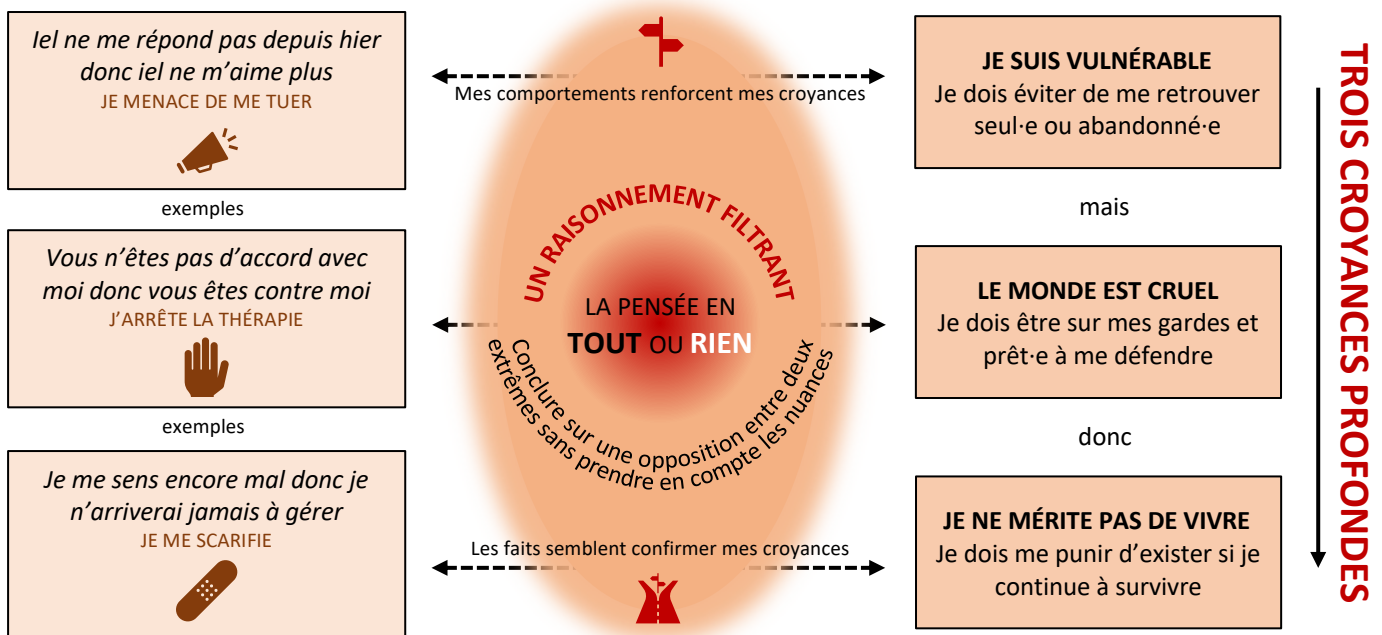


# LE TROUBLE DE LA PERSONNALITÉ BORDERLINE

Le trouble de la personnalité borderline, autrement appelé limite ou émotionnellement labile, représente un fonctionnement qui dévie notablement de ce qui est attendu dans la culture de la personne concernée. Il est caractérisé par des états émotionnels intenses, survenant brusquement et souvent difficiles à contrôler (ex. colère, angoisse, sentiments de vide ou de désespoir). Certains comportements impulsifs (ex. les automutilations) permettent de gérer ces émotions trop douloureuses et intolérables mais deviennent parfois compulsifs et addictifs.

## 9 CRITÈRES DONT AU MOINS 5 SUFFISENT AU DIAGNOSTIC

<b>JE CRAINS QU'ON M'ABANDONNE</b> Au point d'en arriver à des efforts effrénés pour ne pas me retrouver seul-e, rejeté-e ou abandonné-e	<b>J'AI DES PROBLÈMES RELATIONNELS</b> Mes relations sont fusionnelles et conflictuelles, et je change souvent d'opinion sur les autres	<b>JE NE SAIS PAS QUI JE SUIS</b> Je change souvent d'avis et je ne sais pas ce que je veux vraiment à court ou à long terme
<b>JE SUIS IMPULSIF-IVE</b> J'ai des conduites à risques (dépenses, sexualité, substances, médicaments, boulimie etc.)	<b>JE ME FAIS DU MAL</b> Je me blesse volontairement, j'annonce que je vais me tuer ou me faire du mal, j'essaie de me tuer	<b>JE CHANGE TOUJOURS D'HUMEUR</b> Je peux me sentir brutalement très triste, anxieux-se, irritable pendant quelques heures à quelques jours
<b>JE ME SENS VIDE</b> J'ai souvent le sentiment douloureux de ne plus rien ressentir, de ne plus avoir d'existence	<b>J'EXPLOSE</b> J'ai souvent des accès de colère si intenses que j'ai beaucoup de mal à me contrôler	<b>JE ME SENS BIZARRE OU PARANO</b> Dans les situations de stress, j'ai l'impression qu'on cherche à me nuire ou je me sens déconnecté-e



## UNE THÉORIE BIO-PSYCHO-SOCIALE

<b>VULNÉRABILITÉ ÉMOTIONNELLE</b> Hypersensibilité : mes émotions montent plus facilement et plus vite Hyperréactivité : Mes émotions montent plus haut et sont plus douloureuses Retour lent au niveau de base : mes émotions mettent plus de temps à redescendre	+	<b>ENVIRONNEMENT INVALIDANT</b> Enfant, je n'ai pas suffisamment appris à reconnaître et à exprimer mes émotions Lorsque je le faisais, mes propos et mes actes étaient souvent rejetés ou disqualifiés J'ai donc appris à considérer mes émotions comme mauvaises et injustifiées
---	---	---