

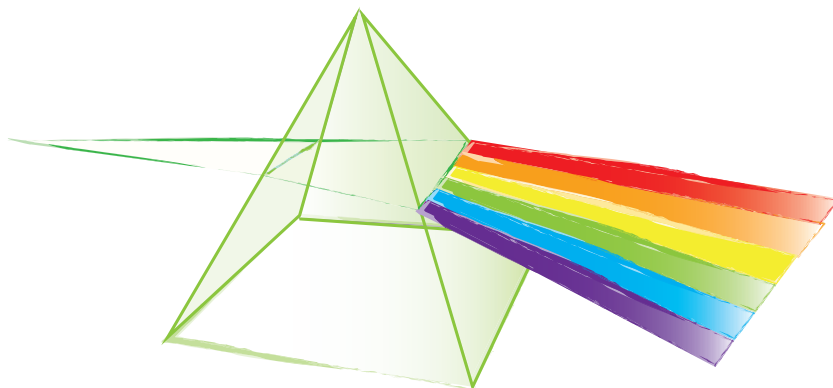


RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

## PROGRAMME THÉRAPEUTIQUE

# PRISME: programme de régulation de l'impulsivité et stratégies de modulation des émotions

Selon l'approche TCD



### CONTACT

#### **Florence Guenot**

Psychologue FSP, psychothérapeute rec. niv. féd.  
Responsable du programme

**Florence.Guenot@rfsm.ch**

#### **Chrystelle Nolde**

Psychologue FSP, psychothérapeute rec. niv. féd.  
Coordinatrice du programme

### LIEU

#### **RFSM FRIBOURG**

**Consultation ambulatoire**  
Chemin du Cardinal-Journet 3  
1752 Villars-sur-Glâne  
T. 026 305 78 00



## PRISME, QU'EST-CE QUE C'EST?

Le centre ambulatoire francophone du Réseau fribourgeois de santé mentale (RFSM) offre depuis plusieurs années un programme de thérapie comportementale dialectique (TCD) pour les patients souffrant d'un trouble de personnalité borderline. Basé selon la méthode de M. Linehan, ce programme propose aux patients d'apprendre à gérer leurs émotions et les difficultés qui en découlent (par ex. automutilations, conduites à risque, difficultés relationnelles, etc.) de manière plus adaptée. Selon cette auteure, la dysrégulation émotionnelle dont ils souffrent proviendrait d'une vulnérabilité émotionnelle biologique qui serait elle-même renforcée par un environnement social invalidant. Les comportements dysfonctionnels et/ou autodommageables (automutilation, consommation de psychotropes, anorexie, boulimie, etc.) peuvent par conséquent être considérés comme des réponses comportementales à des émotions intolérables.

# LA PRISE EN CHARGE AU RFSM

La prise en charge comportementale dialectique des patients souffrant d'un trouble de personnalité borderline dans les services ambulatoires du RFSM offre depuis 2012 un programme complet comprenant un suivi thérapeutique individuel hebdomadaire et la participation à un groupe d'entraînement aux compétences. De plus, le RFSM propose une prise en charge par une équipe pluridisciplinaire, composée de psychiatres, de psychologues, d'assistants sociaux et d'infirmiers, permettant une intervention globale, visant la stabilisation de patients présentant souvent des difficultés à différents niveaux, pour qui un suivi ambulatoire chez un thérapeute privé n'est souvent pas suffisant.

# ASPECTS PRATIQUES

Une première phase d'évaluation permettra de déterminer l'indication à ce programme. Dès l'admission dans le programme, la thérapie individuelle et groupale hebdomadaire débute pour une durée d'une année.

## **Personnes concernées**

Ce programme est destiné aux adultes souffrant d'un trouble de la personnalité de type borderline, présentant des comportements à risque comme des automutilations, des idées ou passages à l'acte suicidaires, l'usage de substances psychotropes à visée de régulation émotionnelle, etc.

## **Conditions**

Chaque participant doit être prêt à s'engager dans un processus d'une année, visant la diminution des comportements auto-dommageables, et également à interrompre son suivi ambulatoire privé durant cette période.

## **Les familles et proches**

Les familles et proches des patients sont invités à participer s'ils le souhaitent à un groupe psycho-éducatif (informations sur le trouble, les comportements à adopter, échanges avec d'autres proches concernés par ce trouble).

# LES 3 VOLETS DU PROGRAMME

## 1.

### **Le suivi psychiatrique et psychothérapeutique individuel,**

dont le but est la gestion des crises et l'application aux situations du quotidien des stratégies apprises dans le groupe. Une condition pour la participation à ce programme est l'interruption d'un autre éventuel suivi psychiatrique ou psychothérapeutique ambulatoire.

## 2.

### **La participation à un groupe d'entraînement aux compétences**

visent l'apprentissage et l'acquisition de nouvelles stratégies. Ces dernières s'articulent principalement autour des thèmes relatifs à la régulation émotionnelle, la gestion des crises, les relations sociales, la prise de conscience et l'acceptation de soi. L'acceptation et, par conséquent, la capacité à tolérer et à supporter les situations de détresse, constituent ainsi l'un des objectifs essentiels de ce groupe. Ce groupe se déroule sur une année à raison d'une séance par semaine, en dehors des vacances scolaires.

## 3.

### **La consultation téléphonique**

permet au patient de contacter le thérapeute principal en cas de détresse afin que le thérapeute le soutienne dans l'application des stratégies.

---

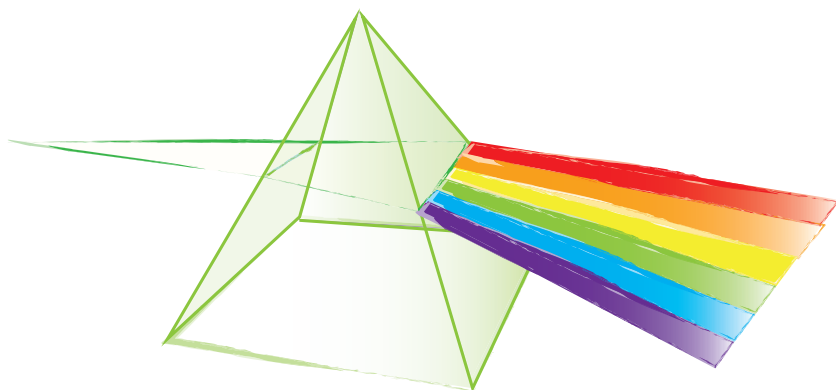
De plus, l'équipe de thérapeutes du programme intensif se réunit une fois par semaine pour discuter des situations individuelles (**consultation d'équipe**).

Enfin, toutes les **consultations auxiliaires** (par ex. médecin généraliste, traitement de substitution, suivi social, thérapie de couple, etc.) peuvent se poursuivre en parallèle du programme.



# PRISME: programme de régulation de l'impulsivité et stratégies de modulation des émotions

Selon l'approche TCD



## INSCRIPTION

RFSM FRIBOURG | Consultation ambulatoire  
T. 026 305 78 00



## DURÉE

Une année. Possibilité d'intégrer le programme à différents moments dans l'année.



## LIEU

RFSM FRIBOURG | Consultation ambulatoire  
Chemin du Cardinal-Journet 3  
1752 Villars-sur-Glâne  
T. 026 305 78 00



## FRAIS

Pris en charge par l'assurance maladie de base, déduction faite de la franchise et des quotes-parts