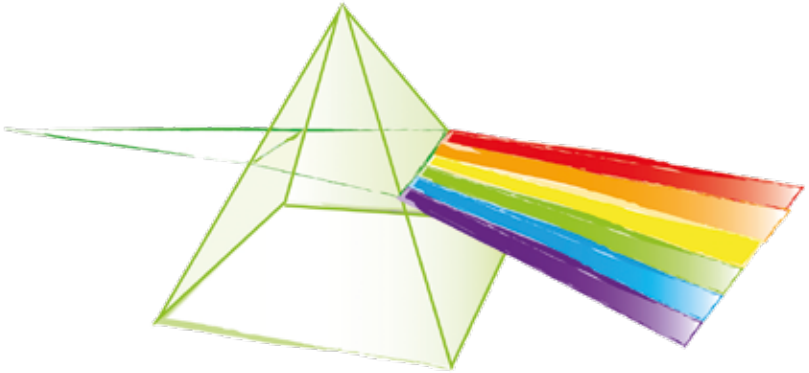
RÉSEAU FRIBOURGEOIS
DE SANTÉ MENTALE
FREIBURGER NETZWERK
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

PROGRAMME THÉRAPEUTIQUE

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



RFSM Fribourg, Chemin du Cardinal-Journet 3, 1752 Villars-sur-Glâne, www.rfsm.ch
Renseignements: T. 026 308 17 76, Chrystelle.Nolde@rfsm.ch. Responsable: Florence Guenot, T. 026 308 17 71, Florence.Guenot@rfsm.ch

SOMMAIRE

Thérapie comportementale dialectique (TCD) 5

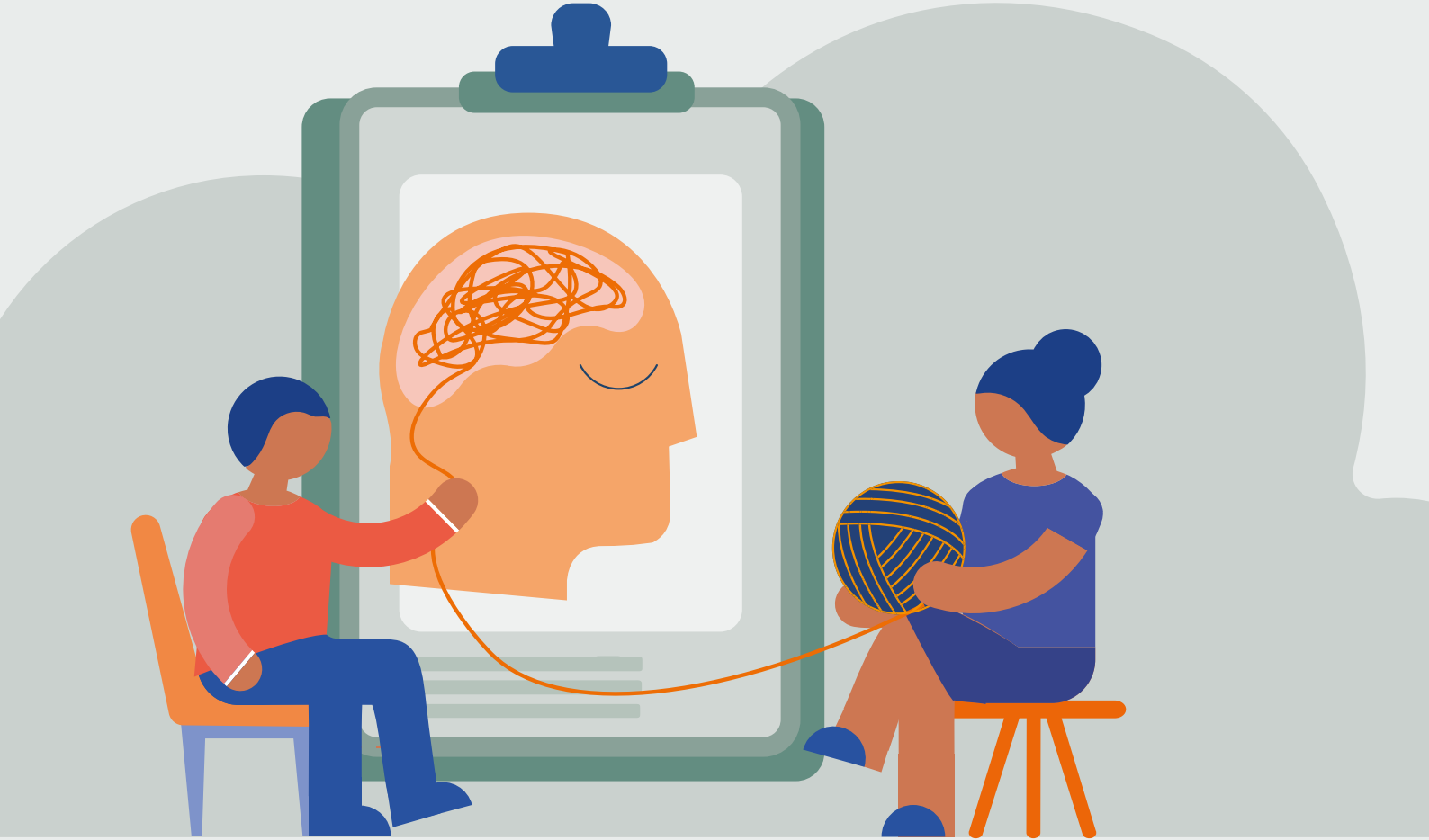
Historique 6

Prestations 7

Groupes thérapeutiques 8

Processus d'admission 10

Contact et plan 11



THÉRAPIE COMPORTEMENTALE DIALECTIQUE (TCD)

La **TCD** est une technique de psychothérapie développée par **Marsha M. Linehan,** chercheuse en psychologie à l'**Université de Washington.**

Résumé du livre - Manuel d'entraînement aux compétences TCD

La TCD est une thérapie d'orientation **cognitivo-comportementale** au sens large, initialement développée pour traiter des individus suicidaires diagnostiqués avec un trouble de la **personnalité limite** ou **borderline.** Son objectif global est d'aider les individus à modifier **les patterns comportementaux,** émotionnels, cognitifs et relationnels associés aux problèmes de la vie – troubles de l'humeur, pensées suicidaires, abus de substances, automutilation... Son efficacité et sa pertinence ont été confirmées au travers de **plusieurs études contrôlées.**

HISTORIQUE

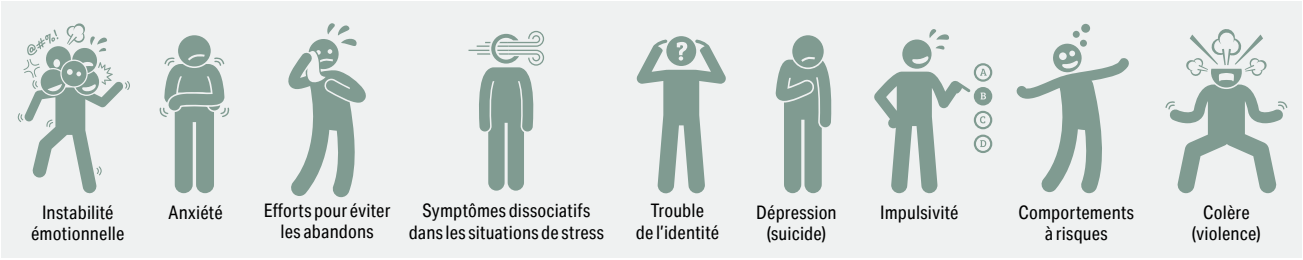
Depuis 2011, la consultation ambulatoire francophone du RFSM offre une prise en charge thérapeutique spécialisée, appelée PRISME (Programme de Régulation de l'Impulsivité et Stratégies de Modulation des Emotions) aux personnes souffrant d'un trouble de personnalité borderline.

Ce programme, dispensé par une équipe pluridisciplinaire, composée de **psychiatres, psychologues, infirmiers et assistants sociaux,** permet une intervention globale visant la stabilisation et l'amélioration du fonctionnement du patient présentant des difficultés à différents niveaux.

PRISME est un programme de Thérapie Comportementale Dialectique (TCD), fondé sur la **méthode de Marsha M. Linehan,** permettant aux patients d'apprendre à gérer leurs émotions et les comportements dysfonctionnels et/ou auto-dommageables qui en résultent (idées suicidaires, automutilations, consommation de substances, conduites à risque, troubles alimentaires, instabilité relationnelle etc.). 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.

Ainsi, les **comportements dysfonctionnels** sont considérés comme des réponses comportementales à des **émotions intolérables.**

Trouble de la personnalité de type borderline



PRESTATIONS

◀ PROGRAMME STANDARD

Adulte souffrant d'un trouble de personnalité borderline.
12 mois (voir page 8 et 9)

◀ STADE 2

Adulte souffrant d'une dysrégulation des émotions ou d'un trouble de personnalité borderline «modéré».
16 séances de groupe d'entraînement à la régulation des émotions

◀ PROGRAMME ADOLESCENT

Adolescents âgés de 14 à 18 ans, présentant une dysrégulation des émotions.
16 séances de groupe d'entraînement à la régulation des émotions

◀ CONNEXION FAMILIALE

Proches de personnes souffrant d'un trouble de personnalité borderline.
13 séances de groupe, à visée de psychoéducation, de résolution de problèmes et d'apprentissages de stratégies

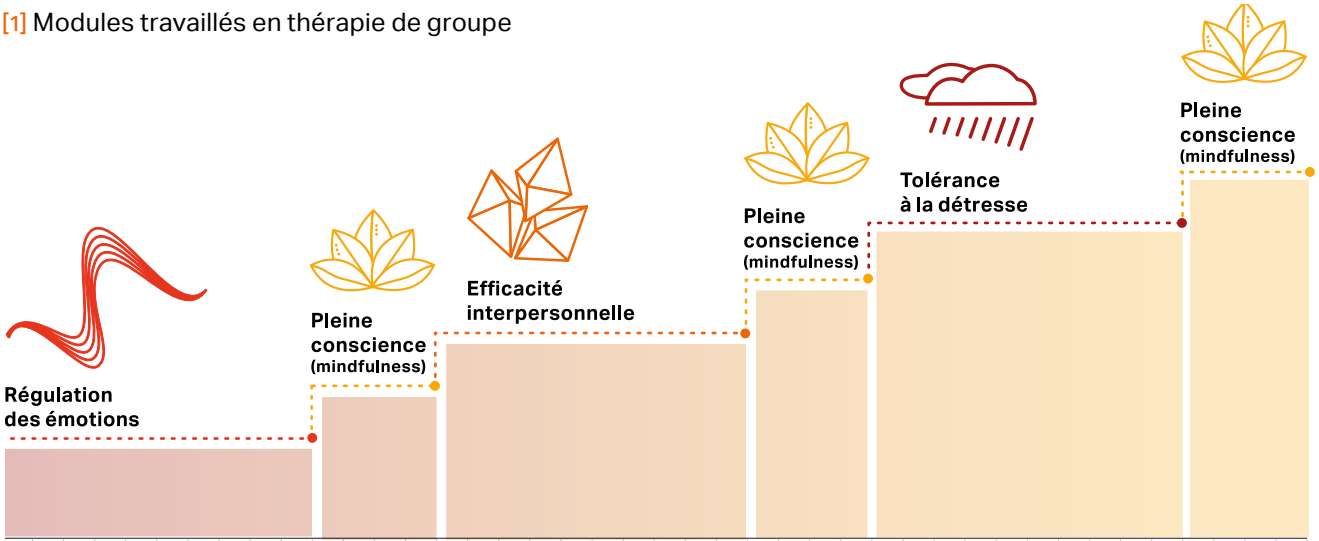
◀ FORMATION ET SUPERVISION

Offre de formation à la TCD et/ou de supervision externe des soignants et professionnels de santé par exemple: intervention externe en milieu hospitalier, en milieu carcéral etc. (sur demande)

PROGRAMME STANDARD

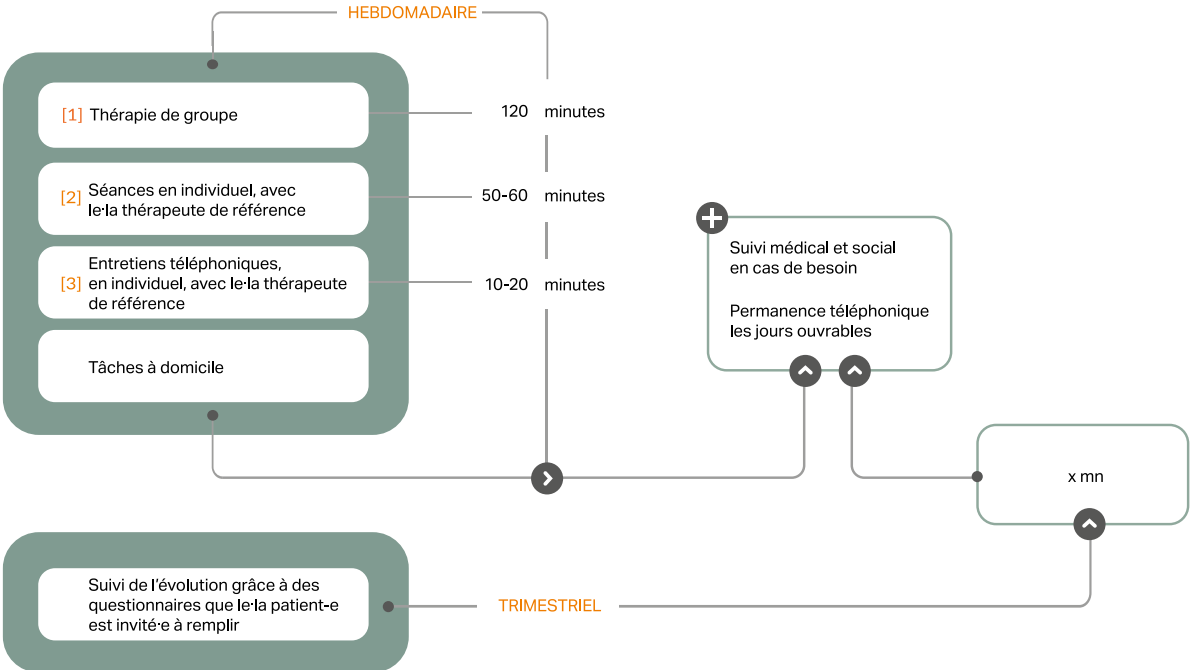
Durée: 52 semaines minimum (10 semaines de vacances réparties dans l'année)

[1] Modules travaillés en thérapie de groupe



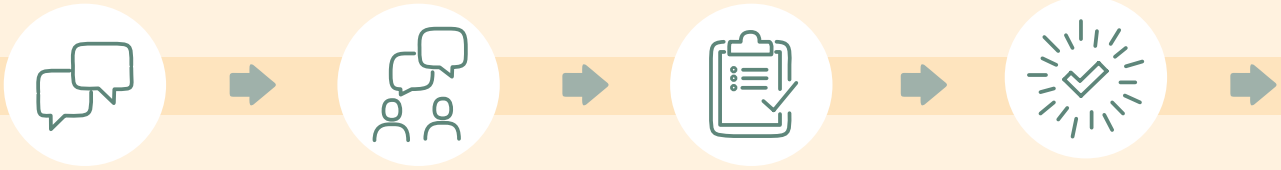
[2] Séances de thérapie individuelle de 60 minutes

Chaque semaine se tient une **consultation d'équipe,** qui donne la possibilité aux intervenants de partager leurs expériences et de réfléchir ensemble afin **d'offrir une prise en charge de qualité, cohérente** et **adaptée** à chaque patient·e du Programme Prisme.



PROCÉDURE D'ADMISSION

Après une première étape d'évaluation psychologique (anamnèse, tests diagnostiques), si l'indication du programme PRISME est confirmée, s'ensuit une phase dite d'engagement durant laquelle sont examinées les **possibilités concrètes** de suivre le programme, les désirs de changement, ainsi que les objectifs thérapeutiques. A l'issue de cette phase d'engagement, un **contrat thérapeutique** est conclu pour marquer l'entrée effective dans le programme



CONTACT ET PLAN

RFSM Fribourg | Consultation ambulatoire
Chemin du Cardinal-Journet 3, 1752 Villars-sur Glâne
www.rfsm.ch

Renseignements:
T 026 308 17 76
Chrystelle.Nolde@rfsm.ch

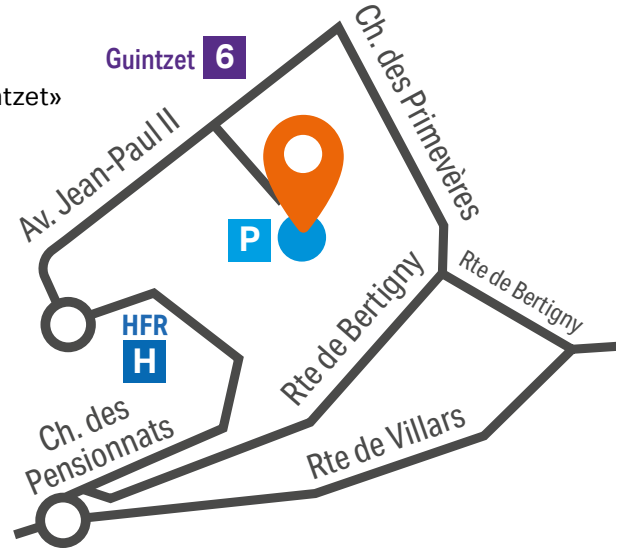
Responsable:
T 026 308 17 71
Florence.Guenot@rfsm.ch

En bus
Bus no 6 en direction de Guintzet, descendre à l'arrêt «Guintzet»

A pied
15 minutes depuis la gare CFF (sortie rue Louis-d'Affry)

En voiture
Parking du RFSM

Itinéraire google map



RÉSEAU FRIBOURGEOIS
DE SANTÉ MENTALE

FREIBURGER NETZWERK
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

RFSM Fribourg, Chemin du Cardinal-Journet 3, 1752 Villars-sur-Glâne, www.rfsm.ch
Renseignements: T. 026 308 17 76, Chrystelle.Nolde@rfsm.ch. Responsable: Florence Guenot, T. 026 308 17 71, Florence.Guenot@rfsm.ch