

Le Trouble de la Personnalité Borderline

Introduction



Entre 0,7 et 2,7% de la population (Pham et al., 2021)

Définition

Le trouble de la personnalité borderline est "caractérisé par une perturbation marquée du **rapport à soi-même et aux autres** et dans lequel les personnes présentent une difficulté très importante à **réguler** leurs **émotions** et leurs **comportements**." (UNAFAM, 2023).

Quels symptômes ?



Instabilité émotionnelle
(émotions qui débordent, périodes de colère, de panique ou de désespoir...)



Relations difficiles avec les autres (idéalisation et dévalorisation de l'autre, besoin de fusion, relations instables et intenses)



Peur de l'abandon
(intense, inappropriée, avec une intolérance à la solitude... grands efforts pour éviter l'abandon)



Perturbation de l'identité
(image de soi fluctuante, changements brutaux dans ses propres valeurs, objectifs et désirs)



Impulsivité (engagement dans des comportements à risque, passages à l'acte autodestructeurs voire suicidaires)

DSM-5
(APA, 2013)

Que faire ?



PSYCOM
Santé Mentale Info

La psychothérapie est le traitement indiqué, et elle peut se présenter sous de nombreuses formes. Dans le cas du trouble de la personnalité borderline, on retrouve des accompagnements tels que :

- **La thérapie comportementale dialectique (TCD)**
- **La thérapie basée sur la mentalisation (TBM)**
- **La thérapie focalisée sur le transfert (TFP)**

L'idée est de travailler sur l'accueil des émotions et leur gestion, nos relations à l'autre, l'ancrage dans le moment présent ou encore le fait de se mettre à la place de l'autre.

Psycom (2024)

Cette image est non-exhaustive. Ces informations ne se substituent pas à une consultation avec un.e professionnel.le qualifié.e.



Mathieu Cerbai

Neuropsychologue - Créateur de Contenus en Santé Mentale - Janvier 2025

