

Thérapeutiques non médicamenteuses chez les personnes souffrant d'un trouble de personnalité émotionnellement labile de type borderline

Fiche de cadrage n°143 DPC 2023 – 2025

Concepteur :

Dr Emmanuel Mulin, psychiatre – psychothérapeute, La Crau

Descriptif :

Le trouble de personnalité borderline est une pathologie hautement prévalente, touchant entre 2 et 6 % de la population générale. Il s'agit de la pathologie la plus associée aux comportements suicidaires : 85 % des patients qui en souffrent feront des tentatives de suicide et 10 % décèderont par suicide. Ainsi, 10 % des patients suivis dans les structures ambulatoires et 15 à 20 % des patients hospitalisés en milieu psychiatrique souffrent d'un trouble de personnalité borderline.

Le modèle biosocial est actuellement le plus communément admis pour expliquer le développement d'un trouble de personnalité borderline. Le trouble résulterait d'une interaction entre une vulnérabilité génétique avec dysrégulation biologique (vulnérabilité à l'impulsivité et à la dysrégulation émotionnelle) et un environnement « invalidant » ne permettant pas à la personne un apprentissage efficace de la gestion des émotions notamment.

Dans la majorité des cas des situations d'abus et de négligences sont rapportés.

Le diagnostic et le traitement nécessite une formation spécifique. Le trouble de personnalité borderline se caractérise notamment par des perturbations dans 4 domaines : l'identité, la régulation des affects, les relations interpersonnelles et la gestion/régulation des impulsions.

Le trouble de personnalité borderline était initialement considéré comme répondant de manière inhabituelle et peu satisfaisante aux traitements « classiques » et faisant l'objet de controverse au sujet de la pharmacothérapie avec un niveau de preuve discutable pour l'utilisation des traitements médicamenteux en dehors d'une indication pour traiter les comorbidités. Les avancées thérapeutiques dans le champ des interventions psychologiques et psychothérapeutiques semblent accélérer favorablement l'évolution vers la guérison et remet en question ce nihilisme thérapeutique.

L'efficacité des thérapies comportementales dialectiques dans un premier temps, mais aussi la thérapie focalisée sur le transfert, la thérapie centrée sur les schémas ou encore la thérapie basée sur la mentalisation apparait désormais bien documentée en faisant des approches non

médicamenteuses de choix dans le trouble de personnalité borderline. Plus récemment, le « Good Psychiatric Management » et le « Structured Clinical Management » constituent une nouvelle génération de traitements non médicamenteux plus généralistes. Les indications et principes d'administration et modalité de mise en œuvre maîtrisés, l'évaluation de l'efficacité et de la tolérance permettent d'améliorer le pronostic et la qualité de vie des personnes souffrant d'un trouble de personnalité borderline. La gestion des phases de crises et des comportements impulsifs restent un enjeu thérapeutique majeur pouvant faire discuter des stratégies thérapeutiques voire des indications d'hospitalisation brève.

Plusieurs voies de recherche complémentaires font l'objet de travaux notamment par le biais de la psychiatrie nutritionnelle et de la neuromodulation (principalement rTMS et TDCS) et pourraient s'avérer intéressantes en pratique clinique.

Objectifs :

L'objectif principal est de savoir poser l'indication et de connaître les modalités de mise en œuvre des thérapeutiques non médicamenteuses efficaces pour les personnes souffrant d'un trouble de personnalité borderline.

La formation permettra à chaque apprenant de :

- *questionner, mesurer et améliorer sa pratique clinique en début et fin de formation*
- *savoir identifier la pertinence des indications des stratégies non médicamenteuses notamment psychothérapeutiques (Thérapie comportementale dialectique, thérapie focalisée sur le transfert, thérapie centrée sur les schémas, thérapie basée sur la mentalisation principalement)*
- *de mieux maîtriser les stratégies de gestion des situations « de crises »*
- *de discuter les indications éventuelles d'hospitalisations brèves*
- *de s'approprier les grands principes des approches psychothérapeutiques efficaces pour la prise en soin du trouble de personnalité borderline*
- *de savoir évaluer l'efficacité et la tolérance de cette prise en soin*
- *de renforcer sa pratique clinique et son positionnement dans la relation thérapeutique*
- *de colliger les ressources bibliographiques*
- *de connaître les voies de recherche pour le développement de thérapeutiques non médicamenteuses complémentaire (neuromodulation, psychonutrition, activité physique adaptée)*

La durée totale de la formation est estimée à 8 heures

Sommaire de la formation

PARTIE A : Evaluation des pratiques professionnelles : audit clinique

Module 1 : Description de l'audit clinique, critères de sélection des dossiers patients et réponses des apprenants

Module 2 : Mesure et analyse des écarts : sélection d'actions d'amélioration

Partie B : rappel clinique, épidémiologique et psychopathologique pour le trouble de personnalité borderline

Module 1 : : définition et critères diagnostiques pour le trouble de personnalité borderline

Module 2 : données épidémiologiques concernant le trouble de personnalité borderline

Module 3 : approches psychopathologiques et compréhension globale du trouble de personnalité borderline

Module 4 : comorbidités du trouble de personnalité borderline

Partie C : Indications des stratégies non médicamenteuses dans le trouble de personnalité borderline

Module 1 : La détresse émotionnelle

Module 2 : La gestion des situations de crises

Module 3 : Evaluation du risque suicidaire ou parasuicidaire et des indications d'hospitalisation

Partie D : Thérapeutiques non médicamenteuses validées et voies de recherche

Module 1 : Grands Principes des 4 principales approches psychothérapeutiques validées (thérapie comportementale dialectique, thérapie focalisée sur le transfert, thérapie centrée sur les schémas et thérapie basée sur la mentalisation)

Module 2 : Intérêt de la psychoéducation individuelle et familiale

Module 3 : positionnement dans la relation thérapeutique

Module 4 : Approches thérapeutiques en développement (neuromodulation, psychonutrition, activité physique adaptée)

PARTIE E : Réévaluation des pratiques professionnelles : audit clinique

Module 1 : Réévaluation des pratiques professionnelles : audit clinique

PARTIE F : Classe virtuelle : Échange de Pratiques et Retour d'Expérience

DÉTAIL DE LA FORMATION

PARTIE A : Évaluation des pratiques professionnelles : audit clinique (2h30)

Module 1 : Description de l'audit clinique et réponses des apprenants

Objectifs : Évaluer sa pratique sur la base d'une grille d'audit et de dossiers patients sélectionnés en fonction de critères précis.

Contenu : Grille d'audit composée de 12 critères d'évaluation. Le niveau d'atteinte de chaque critère d'évaluation est calculé à partir de données cliniques recueillies de façon **rétrospective**, par analyse des dossiers de patients. Dix dossiers doivent au minimum être pris en compte.

Durée : 1h30.

Module 2 : Mesure et analyse des écarts : sélection d'actions d'amélioration

Objectifs : Visualiser et analyser les écarts constatés entre la pratique réelle observée et la pratique attendue ou recommandée. Mettre en place des actions d'amélioration.

Contenu : Identification des différentes causes des écarts : professionnelle, institutionnelle, organisationnelle, personnelle. Définition des actions d'amélioration en fonction de la gravité des écarts et de la nature des actions à mettre en œuvre accompagnées de leur date de mise en place. Les actions pourront être de nature informative, formative, matérielle, organisationnelle.

Durée : 1h

Partie B : rappel clinique, épidémiologique et psychopathologique pour le trouble de personnalité borderline (1h10)

Cette première partie, divisée en 4 modules, propose un rappel clinique concernant les éléments diagnostiques du trouble de personnalité borderline, les données épidémiologiques et une description du modèle de développement de ce trouble en permettant une compréhension globale. La connaissance et l'identification des comorbidités fondamentale en pratique clinique sont également détaillées.

Module 1 : Définition et critères diagnostiques pour le trouble de personnalité borderline

Objectif : rappeler les éléments cliniques et critères diagnostiques permettant d'identifier un trouble de personnalité borderline

Contenu :

- ✓ Description de la symptomatologie clinique dans les 4 domaines perturbés : identité, régulation des affects, relation interpersonnelle, impulsivité
- ✓ Critères diagnostiques du trouble de personnalité borderline suivant les classifications internationales
- ✓ Le vécu intérieur dans le trouble de personnalité borderline : représentation de soi et mode relationnel

Durée : 25 minutes

Module 2 : Données épidémiologiques concernant le trouble de personnalité borderline

Objectif : connaître les données de prévalence du trouble de personnalité borderline en population générale et parmi les personnes suivies en psychiatrie.

Contenu :

- ✓ Prévalence du trouble de personnalité borderline
- ✓ Rappel sur la fréquence des comportements autodommageables, les conduites à risques et la suicidalité

Durée : 10 minutes

Module 3 : approches psychopathologiques et compréhension globale du trouble de personnalité borderline

Objectif : rappeler les modèles de compréhension du développement du trouble de personnalité borderline

Contenu :

- ✓ Modèle biosocial : facteurs de vulnérabilité et d'activation
- ✓ Style d'attachement
- ✓ Interaction gène – environnement
- ✓ Maltraitements et négligences

Durée : 35 minutes

Partie C : Indications des stratégies non médicamenteuses dans le trouble de personnalité borderline (40 minutes)

Cette deuxième partie, divisée en 3 modules, permet de reconnaître la détresse émotionnelle et propose des outils et stratégies de tolérance à la détresse émotionnelle, permet d'identifier et proposer des outils de gestion des situations de crise et d'évaluation du risque de comportement autodommageable ou suicidaire et la recherche des indications d'hospitalisation.

Module 1 : La détresse émotionnelle

Objectif : identifier les situations générant trop de stress et comprendre les processus menant à la détresse émotionnelle

Contenu :

- ✓ Les émotions
- ✓ Définition de la détresse émotionnelle
- ✓ Intérêt de la validation émotionnelle

Durée : 15 minutes

Module 2 : La gestion des situations de crises

Objectif : savoir accompagner dans l'élaboration de stratégies pour développer l'apprentissage des compétences utiles afin de gérer les états de crise sans avoir recours aux gestes suicidaires ou comportements impulsifs.

Contenu :

- ✓ Prédéfinir les techniques de tolérance à la détresse émotionnelle : le « safety plan »
- ✓ Exemple de stratégies de gestion des émotions : la trousse de tolérance
- ✓ Avantages et inconvénients de la tolérance à la détresse émotionnelle

Durée : 15 minutes

Module 3 : Evaluation du risque suicidaire ou parasuicidaire et des indications d'hospitalisation

Objectif : rappel sur l'évaluation des facteurs de risque et de protection du suicide et l'identification du risque, de l'urgence et de la dangerosité suicidaire. Savoir identifier l'indication d'une hospitalisation brève et en définir les objectifs

Contenu :

- ✓ Facteurs de risque et de protection du suicide
- ✓ Evaluation du risque suicidaire : Risque Urgence Dangerosité
- ✓ Indications et modalités d'hospitalisation des personnes souffrant d'un trouble de personnalité borderline

Durée : 10 minutes

Partie D : Thérapeutiques non médicamenteuses validées et voies de recherche (1h10)

Cette troisième partie, divisée en 4 modules, a pour but de présenter les principales stratégies thérapeutiques ainsi que les différents axes de traitements médicamenteux et non-médicamenteux. Il s'agira de rappeler les indications et modalités de prescriptions des antidépresseurs et les recommandations dans les choix de classe thérapeutique d'une part et, d'autre part, de décrire les stratégies non-médicamenteuses, les prises en charge adaptées pour réduire les états anxiodépressifs, ainsi que les orientations adaptées le cas échéant.

Module 1 : Grands Principes des 4 principales approches psychothérapeutiques validées (thérapie comportementale dialectique, thérapie focalisée sur le transfert, thérapie centrée sur les schémas et thérapie basée sur la mentalisation)

Objectif : connaître les grands principes des principales prises en charge psychothérapeutiques validées pour accompagner les personnes souffrant d'un trouble de personnalité borderline

Contenu :

- ✓ Grands principes de thérapie comportementales dialectiques

- ✓ Grands principes de la thérapie focalisée sur le transfert
- ✓ Grands principes de la thérapie centrée sur les schémas
- ✓ Grands principes de la thérapie basée sur la mentalisation
- ✓ Les approches plus récentes Good Psychiatrique Management

Durée : 30 minutes

Module 2 : Intérêt de la psychoéducation individuelle et familiale

Objectif : Savoir proposer des éléments de psychoéducation (information sur le trouble, les symptômes et les moyens d'y faire face) aux personnes souffrant d'un trouble de personnalité borderline. Savoir proposer des éléments de psychoéducation familiale à leur famille

Contenu :

- ✓ Le patient expert de son trouble
- ✓ Validation scientifique de la psychoéducation chez les personnes souffrant de trouble de personnalité borderline
- ✓ La famille experte du soutien à une personne souffrant d'un trouble de personnalité borderline
- ✓ Validation scientifique de la psychoéducation familiale pour les familles de personne souffrant d'un trouble de personnalité borderline

Durée : 10 minutes

Module 3 : positionnement dans la relation thérapeutique

Contenu : savoir adopter une posture thérapeutique et être attentif autant à son état d'esprit qu'à celui du patient souffrant d'un trouble de personnalité borderline

- ✓ La relation : un processus d'attention conjointe
- ✓ Le non-savoir
- ✓ Les actions de soutien et l'alliance thérapeutique
- ✓ L'intérêt d'une supervision en équipe

Durée : 15 minutes

Module 4 : Approches thérapeutiques en développement (neuromodulation, psychonutrition, activité physique adaptée)

Objectif : connaître les perspectives thérapeutiques non médicamenteuses dans la prise en soin du trouble de personnalité borderline

Contenu :

- ✓ La rTMS dans le trouble de personnalité borderline
- ✓ La tDCS dans le trouble de personnalité borderline
- ✓ La psychonutrition et les compléments alimentaires
- ✓ L'activité physique adaptée

Durée : 15 minutes

PARTIE E : Réévaluation des pratiques professionnelles : audit clinique (1h30)

Module 1 : Réévaluation des pratiques professionnelles

Objectif : Réévaluer sa pratique.

Contenu : Réévaluation des pratiques sur la base des mêmes critères d'évaluation et des mêmes modalités qu'à l'audit initial sur 10 dossiers **rétrospectifs**. Les apprenants auront accès à cet audit seulement trois mois, au plus tôt, après avoir fini l'intégralité des parties A à D.

Durée : 90 minutes.

PARTIE F : Classe virtuelle : Échange de Pratiques et Retour d'Expérience (1h00)

Objectif : Favoriser le partage d'expériences et permettre un retour d'expérience sur l'utilisation des **thérapeutiques non médicamenteuses** chez les personnes souffrant d'un trouble de personnalité borderline. L'accent sera mis sur la mise en pratique des stratégies non médicamenteuses et sur les défis rencontrés dans la prise en charge.

Contenu :

Partage d'Expériences : Les participants seront invités à partager des **cas cliniques personnels** dans lesquels ils ont mis en place des thérapeutiques non médicamenteuses. Ils pourront échanger sur les **défis rencontrés**, notamment dans la gestion des phases de crise et l'adhésion du patient aux stratégies proposées.

Durée : 60 minutes