

PROGRAMME DE PSYCHOEDUCATION **CONNEXIONS FAMILIALES**

**UNITE D’AIDE AUX AIDANTS VILLETTE – 69003 LYON**

Le programme est organisé pour permettre aux participants d’acquérir :

* des informations actualisées sur le trouble de la personnalité borderline (aussi appelé limite)
* des compétences relationnelles par leur mise en application grâce à des échanges ouverts en petit groupe.

Le programme se déroule sur **11 séances hebdomadaires de 2 heures + une séance optionnelle de rappel**.

Il vise à

1. Mieux comprendre les symptômes et les comportements associés au trouble de la personnalité borderline et à ses traits caractéristiques, en s’appuyant sur les informations et les recherches les plus récentes
2. Apprendre à mieux contrôler ses propres émotions face aux situations.
3. Développer des compétences individuelles et familiales pour gérer les réactions émotionnelles perturbantes en contexte de groupe :
	* Pratiques de pleine conscience
	* Aptitudes à la communication interpersonnelle efficace
	* Stratégies de validation
	* Compétences en gestion de problèmes
4. Bâtir un réseau de soutien entre familles vivant des situations semblables

Le programme associe dans l’idéal l’expertise des familles des personnes atteintes d’un trouble de la personnalité limite à celle de professionnels. Des proches formateurs interviennent donc aux côtés de soignants afin d’éclairer les participants par leurs témoignages expérientiels.

Le programme est co-animé :

* par des professionnels de santé confrontés et formés à ce type de trouble
* par des proches formateurs concernés par ce trouble chez un de leurs proches et formés au programme CF

1ère session organisée **du 2/10/2023 au 18/12/2023**

Lieu :

**Pôle Centre Rive Gauche - Unité d’Aide aux Aidants**

**70, rue Etienne Richerand**

**69003 LYON**

**Tel. : 04-26-73-86-40**

Mail : **aidantspolecentrerivegauche@ch-le-vinatier.fr**

Jour et horaires : les lundis de 17h à 19h

Composition de l’équipe de co-animateurs :

* Dr Vérane BREYNAERT, psychiatre responsable de l’ambulatoire Pôle Centre Rive Gauche (Centre hospitalier Le Vinatier)
* Mme Anne-Laure BOURGEOIS, psychologue clinicienne
* Mmes Sylvie MAGAUD et Camille COLLINET, Infirmières spécialisées en psychiatrie
* Des proches formateurs





***Pôle Centre rive gauche***