



# Programme

## Connexions familiales

(Groupe famille borderline)



### Pourquoi ce groupe ?

- Ce groupe vise **le bien être des personnes** ayant un proche présentant un trouble borderline.
- Ce groupe vise **l'acquisition de nouvelles compétences** au travers d'objectifs prédéfinis pour chaque séance.
- Ce groupe n'est pas un groupe de parole, et ne vise pas à faire de vous des co-thérapeutes.

### Comment ?

- **Mieux comprendre** le diagnostic, le fonctionnement et l'accompagnement des personnes présentant un trouble de la personnalité borderline et la notion de rétablissement.
- Apprendre **des compétences relationnelles fondées** sur la TCD (Thérapie Comportementale Dialectique).
- Réduire la souffrance émotionnelle et **améliorer VOTRE qualité de vie**.
- Echanger avec des personnes vivant une situation similaire et **partager vos stratégies**.
- **Créer un réseau de soutien** entre membres de familles via l'association nationale *Connexions familiales*.

### Concrètement

- 2h, 2 fois par mois au C3R (au CASM, 8 place du conseil national de la résistance, 38400 Saint Martin d'Hères)
- Inscription auprès de Flore Verdillon (fverdillon@ch-alpes-isere.fr) ou via le secrétariat du C3R (04 56 58 88 00)
- Programme structuré en 11 séances au total, au rythme d'une séance toutes les 2 semaines
- Un entretien individuel pré-groupe (bilan éducatif partagé) pour recueillir vos attentes
- Groupe composé de 10 personnes maximum
- Séances structurées autour de : temps théoriques avec présentation des techniques TCD, jeux de rôle en séance pour pratiquer ces techniques, et pratiques à domicile pour faciliter l'acquisition de ces techniques.

### Pour QUI ?

- Pour toute personne souhaitant améliorer sa relation avec un proche présentant un trouble de la personnalité borderline.

### Animatrices/teurs

Flore Verdillon, Parent concerné  
Laure Favre-Réguillon, Psychologue Clinicienne / TCC  
Cécile Fluttaz, Psychologue TCC—Neuropsychologue  
Sylvain Leignier, Médecin psychiatre

### Ressources

Site de l'association nationale *Connexions familiales* :

<https://proches-borderline.org>