

Alain Tortosa

Le trouble de la personnalité borderline

(L'état limite)

« victime de ses émotions »



AAPEL™

4ème Edition

(juin 06)

Le trouble de la personnalité borderline
(L'état limite)

« victime de ses émotions »

©Editions AAPEL™ 2006
72 rue du dauphiné, 69003 LYON
www.aapel.org
ISBN : 2-9522979-4-0
ISBN13 : 978-2-9522979-4-3
4^{ème} édition

L'article L122-5 du code de la propriété intellectuelle n'autorise que les « Les copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et les « Les analyses et courtes citations » sous réserve que « soient indiqués clairement le nom de l'auteur et la source »

L'article L.122-4 précise que « Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite. Il en est de même pour la traduction, l'adaptation ou la transformation, l'arrangement ou la reproduction par un art ou un procédé quelconque »

Toute contrefaçon est sanctionnée par les articles L.335-2 du code de la propriété intellectuelle.

*à celles et ceux qui m'ont soutenu et me soutiennent dans cette
aventure...
A Pascal qui nous a quitté prématurément...*

Du même auteur

« Dans l'émotion d'une borderline, guide à l'usage des praticiens »
aux éditions AforPEL

Sommaire

Sommaire	4
A qui est destiné cet ouvrage ?.....	9
Préambule.....	11
Préface	11
Droit à la dignité et à la maladie, dé-stigmatisation	13
La personnalité.....	24
Qu'est-ce que la personnalité ?.....	24
Emotions, pourquoi des émotions, le droit de les éprouver	26
Les signes alarmants d'un trouble mental	30
Appels au secours	33
Qu'est-ce qu'un trouble de la personnalité ?.....	38
Classifications des troubles de la personnalité	40
Le DSM : Est-il utile voire indispensable ou « dangereux » ?.....	42
Les troubles de la personnalité	49
1) Le trouble de la personnalité paranoïaque	49
2) Le trouble de la personnalité schizoïde	50
3) Le trouble de la personnalité schizotypique	51
4) Le trouble de la personnalité antisociale ou psychopathie	52
5) Le trouble de la personnalité borderline	53
6) Le trouble de la personnalité histrionique	55
7) Le trouble de la personnalité narcissique.....	55
8) Le trouble de la personnalité évitante	56
9) Le trouble de la personnalité dépendante	57
10) Le trouble de la personnalité obsessionnelle-compulsive	57
Autres troubles non présents dans le DSM IV	58
Aperçu de la vision psychanalytique de la personnalité.....	59
Les névrosés	60
Les psychotiques	60
Les pervers.	61
Les borderline.....	61
Le trouble de la personnalité borderline, l'état limite.....	63
Historique du trouble	63
Des borderline célèbres	64
Le trouble de la personnalité borderline au cinéma	66
Définitions officielles	70
Le trouble de la personnalité borderline selon le DSM IV TR.....	70
Le trouble de la personnalité borderline selon l'ICD-10 / CIM-10	71
Le trouble de la personnalité borderline selon la psychanalyse.....	72
Le trouble de la personnalité borderline, profil cognitif	72
Trouble ou maladie ?	72

Vision du trouble selon l'Aapel.....	76
Pas « un » mais « des » troubles borderline	83
Les fonctionnant « maxi » et « mini »	83
Les borderline intériorisant (<i>ou « silencieux »</i>) et extériorisant	84
Tous borderline ? Non !.....	85
Vision positive : « émopane »	88
Etes vous « borderline » ?.....	93
Petit test en 13 points.....	93
Les échelles d'évaluation de personnalité	94
Questionnaire de personnalité à remplir soi-même	103
Exemples de questionnaire remplis par.....	111
Une personne « non pathologique ».....	112
Une personne borderline sans tentatives de suicide.....	116
Une personne borderline avec tentatives de suicide	121
Une personne borderline et boulimique (sans TS).....	127
Une personne non-borderline en dépression atypique	133
Une personnalité schizoïde	137
Suis-je borderline ?	142
Que représenterait pour vous un diagnostic avéré : "Oui" ?.....	143
Quels « risques » prenez-vous en vous posant la question ?	143
Quelles sont les alternatives face à cette question ?	144
Une vérité contraire à vos attentes serait-elle "dramatique" ?	145
Un diagnostic « borderline » est pour moi inacceptable.....	146
Comment l'annoncer à un proche, à ses parents	148
Pourquoi parler de son trouble à d'autres personnes ?	148
Le borderline n'existe pas, il n'est pas	149
Et pour le proche, le « non- », il en est de même.....	150
Qu'est-ce que j'attends en retour de ce proche ?	150
Sera t'il / elle en mesure de m'apporter ce que je désire ?	151
Aurais-je le courage d'assumer un échec ?.....	152
L'annoncer en mettant un maximum de chance de mon côté.....	153
Témoignages, paroles de borderline	154
Données.....	159
Statistiques sur le trouble de la personnalité borderline.....	159
Etat de la recherche en France.....	162
Origines possibles de la maladie, étiologie	164
A partir de quel age peut-on être borderline ?	164
Adoption et trouble borderline.....	167
Biologie, génétique, hormones... et trouble borderline.....	170
Familles à risque, pathologiques et trouble borderline	174
Relation parents – enfants, surprotection et trouble borderline	175

Traumatismes durant l'enfance et trouble borderline	180
Données sur plusieurs maladies en même temps	182
L'arbre qui cache la forêt, signes alarmants	185
Maladies qui ressemblent ou co-existantes pouvant masquer un trouble borderline.....	185
Anxiété, angoisse (généralisée) et trouble borderline	187
Asperger ou trouble borderline ?.....	195
Bipolaire, maniaque-dépression ou trouble borderline ?.....	198
Déficit d'attention hyperactivité et trouble borderline	203
Dépression et trouble borderline.....	207
Double personnalité « ange ou démon », dissociation et trouble borderline	212
Dysthymie et trouble borderline	218
Panique avec agoraphobie ou trouble borderline ?	220
Schizophrénie, « folie » et trouble borderline	221
Stress post traumatique et trouble borderline	223
Problèmes potentiels physiques ou psychiques, conduites autodestructrices, dépendances, identité.....	230
Abus de substance	230
Alcoolisme	232
Auto-mutilation	233
Boulimie, anorexie, hyperphagie	244
Cycle menstruel, contraception et ménopause	247
Décompensation, perte d'intérêt, hygiène.....	251
Délinquance, vol à l'étalage	252
Dépendances sexuelles, paraphilie.....	255
Divers : Trouble explosif, jeux compulsifs, cleptomanie, dépenses, trichotillomanie, rage au volant, vol à l'étalage.....	258
Drogue, toxicomanie	264
Identité sexuelle, homosexualité, bisexualité.....	267
Identité de genre, transsexualisme	269
Insomnies, cauchemars	273
Maladies inexplicables, somatisation, hypocondrie	277
Suicide, tentatives de suicide	287
Violence, violence domestique	298
Psychologie et sentiments rencontrés dans le trouble borderline	302
Absence de recul, défensive, fonctionnement au 1er degré	302
Amour / Haine, pensée noir et blanc « tout bon / tout mauvais », clivage.....	306
Capacité à « fonctionner » et donner l'illusion (sous stress).....	316
Colères inappropriées – crises de rage	319

Confiance, méfiance, paranoïa, résistance à l'aide	321
Déni.....	323
Désorganisation et ou sur-organisation pour garder le contrôle	325
Dysphorie, sentiment de vide (phases).....	329
Euphorie (phases)	333
Honte, peur du ridicule, culpabilité	336
Image de soi instable mais globalement négative	341
Impulsivité	343
Manipulation ?	345
Méchanceté, sans cœur ou sur-émotif ?	347
Mensonges, mémoire « défaillante », fausses accusations.....	352
Pervers narcissique ?.....	359
Modes de pensée du « narcissique »	360
Modes de pensée du « borderline ».....	361
Peur de l'abandon – A chacun sa méthode.....	363
Quotient émotionnel, adulte enfantin ?	368
Sentiment d'être une victime, absence de responsabilité.....	371
Solitude, ennui	373
Souffrance, larmes, vie non vécue, c'est ma « nature »	376
Contradictoire le « borderline » ?.....	379
Les proches communément appelés les « non » borderline.....	382
Campagne de dénigrement, fausses accusations subies	383
Comment se comporter, quadrature du cercle, vision globale	388
Comment lui dire, convaincre sans contraindre	390
Etre et paraître.....	397
Expertise, une fausse bonne idée ?	398
Détecter un trouble sans le consentement de l'intéressé(e) ?.....	402
Insupportable, ce borderline !.....	410
Le borderline a de la « chance »	412
M'aime t'il / t'elle ou pas ?	416
Mensonges de l'entourage, « complicité »	417
Questionnaire à usage des proches	419
Condamné à avoir tort aux yeux du borderline ?	428
Le borderline est-il « contagieux »	432
Quid du borderline ou du « non » partira le premier en thérapie	436
Souffrance des proches ignorée.....	438
Les traitements	439
Libre arbitre	439
Que faire, existe t'il des traitements efficaces ?.....	444
Je vais en parler à mon médecin à mon thérapeute	447
Droit au diagnostic et à l'information	454

Peut-on parler de « guérison », peur de « l'après »	456
Hospitalisation ou pas.....	459
Réinsertion dans le monde du travail	463
Médicaments.....	467
Pourquoi en utiliser, ça fait peur	468
Pendant combien de temps ?	470
Les classes de médicaments	471
Antidépresseurs	473
Antiépileptiques / Stabilisateurs d'humeur lithium	474
Antipsychotiques, neuroleptiques	476
Anxiolytiques	477
Autres	479
Thérapies.....	480
Pourquoi suivre une thérapie ?.....	483
Combien de temps, à quel rythme ?.....	484
Catégories de professionnels, comment choisir ?.....	487
Les différentes écoles thérapeutiques	489
Méthodes psychothérapeutiques étudiées et validées	490
La psychanalyse	490
La thérapie comportementale et cognitive (TCC)	492
La thérapie comportementale dialectique (DBT).....	493
Autres thérapies et conclusion sur les thérapies	495
Vais-je suivre une thérapie ?.....	500
Autres traitements.....	505
Acupuncture, homéopathie, médecines douces ?	505
Electrochocs - Thérapie electro-convulsive ?.....	506
Exorcisme ?.....	508
Ca coûte cher de ne pas traiter les patients.....	510
Conclusion.....	511
L'Aapel.....	512
Vocation de l'Aapel.....	512
Soutenir l'association Aapel TM	514
Bibliographie	515

A qui est destiné cet ouvrage¹ ?

Le trouble de la personnalité borderline est un trouble mental peu ou mal connu, y compris de professionnels de la santé dont c'est pourtant le métier de le déceler (*diagnostiquer*) et de le traiter.

Il a été considéré pendant bien longtemps comme un diagnostic « poubelle » dans le sens où des « psy » cataloguaient une personne « borderline » parce qu'ils ne savaient pas trop de quoi elle souffrait alors qu'ils constataient qu'elle « avait des problèmes » psychiques aux conséquences sérieuses.

Mais depuis la fin des années 80, et suite à de très nombreuses études cliniques et des milliers de publications², le trouble de la personnalité borderline est devenu une maladie mentale avec des critères diagnostiques rigoureux et ses traitements associés

Cette maladie, bien que méconnue du grand public, est très fréquente et toucherait entre 2 et 4% de la population³ selon l'OMS⁴ et l'APA⁵. Il y aurait par exemple 2 fois plus de personnes « borderline » que de personnes souffrant de schizophrénie⁶

A la différence de nombreuses maladies mentales considérées à ce jour comme incurables, le trouble de la personnalité borderline se soigne.

Le traitement dépend bien sûr de la personne, notamment car il est assez fréquent que celle-ci souffre en même temps d'autres troubles mentaux. Par exemple vous pouvez avoir à la fois une dépression tout en ayant un trouble de la personnalité borderline

En gros, un traitement « classique » consistera entre une combinaison de médicaments et une psychothérapie pour régler les problèmes en profondeur.

Comme vous pourrez le constater à la lecture de cet ouvrage, être « borderline » n'empêche pas de « fonctionner » dans la plupart des cas.

¹ Edition 4.02 juin 2006

² Pubmed : Données publications médicales www.ncbi.nlm.nih.gov

³ Texte disponible sur le site de Borderline UK www.borderlineuk.co.uk

⁴ OMS : Organisation Mondiale de la Santé basée à Genève www.who.int, source [borderline UK](http://www.borderlineuk.co.uk)

⁵ APA : Association américaine de psychiatrie www.psych.org

⁶ Source BPD Central www.bpdcentral.com « Statistics and Facts »

Une personne peut être boulanger, avocate, enseignante, ingénieur ou médecin (*liste non exhaustive*) mais aussi « borderline »

Il serait peut-être temps que les mentalités évoluent et que l'on ne considère plus comme « dingue » une personne qui a un trouble mental. Le cerveau humain est comme tous les organes humains et n'échappe pas à la règle en ayant aussi des « pannes ». La maladie mentale, ce n'est pas obligatoirement « pour les autres » et nous devrions pouvoir avoir la possibilité de dire ouvertement « j'ai un trouble mental » au même titre que l'on peut dire « j'ai une grippe », et cela sans être stigmatisé ou mis au ban de la société.

Nous souhaitons que cet ouvrage soit à la portée de chacun et qu'il réponde au mieux à vos attentes, que vous pensiez souffrir de ce type de trouble, que vous pensiez avoir dans votre entourage une personne qui en souffre ou que vous soyez un acteur du monde médical.

Cet ouvrage reste un ouvrage de vulgarisation dans le sens où le jargon médical est évité au maximum. Il n'en demeure pas moins extrêmement détaillé et précis sur des points médicaux et études très pointues. Il devrait donc rendre service aussi bien aux borderline et à leurs proches mais aussi à des personnels soignants désireux de mieux pénétrer l'univers mental de la personne « borderline ».

Bien sûr, une personne n'est pas « borderline », elle souffre d'un trouble de la personnalité borderline. Mais il nous arrivera fréquemment d'écrire « un borderline » pour des raisons de simplification d'écriture.

Nous emploierons donc alternativement les mots « borderline » « état limite » « trouble borderline » pour qualifier une « personne qui souffre d'un trouble de la personnalité borderline » et nous ferons aussi souvent l'économie des guillemets pour qualifier un borderline.

De même nous utiliserons le terme « non- » ou « nons- » pour désigner par opposition, l'entourage, les « non-borderline »

Nous vous souhaitons une bonne lecture.

Alain Tortosa

Auteur de cet ouvrage, psychothérapeute et président fondateur de l'Aapel⁷

⁷ AAPEL : Association d'Aide aux Personnes Etat Limite : www.aapel.org



AAPEL

Bon de commande de l'ouvrage (format Broché A5 - 35,00eur - ISBN 2-9522979-4-0)

"Le trouble de la personnalité borderline"

écrit par

Alain Tortosa, psychothérapeute, président fondateur de l'AAPEL

De:	<input type="checkbox"/> Mme. - <input type="checkbox"/> Mlle. - <input type="checkbox"/> M. - <input type="checkbox"/> Dr <input type="text"/> (nom et prénom)															
de la Société:	<input type="text"/>															
E-mail:	<input type="text"/> (Si vous avez une adresse Email merci de la préciser)															
Désire commander l'ouvrage au prix de :	41,00 Euros (environ 63CAD ou CHF) <i>Ce prix est avec livraison par la poste, port compris uniquement pour l'Europe de l'ouest - merci de rajouter 5Euros pour les autres pays - contactez nous pour livraison de type Fedex ou autre</i>															
Règlement par :	<input type="checkbox"/> Chèque à l'ordre de AAPEL - <input type="checkbox"/> Virement - <input type="checkbox"/> Espèces - <input type="checkbox"/> Carte de crédit															
En cas de paiement par carte de crédit: (le débit est en Euro)	Type de carte : <input type="checkbox"/> Visa - <input type="checkbox"/> Mastercard / Eurocard Nom du titulaire : <input type="text"/> Numéro de carte : <input type="text"/> Montant débit : <input type="text"/> Cryptogramme : <input type="text"/> (3derniers chiffres au dos de la carte) Date expiration : Mois : <input type="text"/> - Année : <input type="text"/> Signature : <input type="text"/>															
En cas de paiement par virement :	<table border="1"><tr><td>R.I.B.</td><td>Code Banque 14707</td><td>Code Guichet 00001</td><td>N° de Compte 08921026160</td><td>Cle RIB 22</td></tr><tr><td colspan="5">I.B.A.N. FR76 1470 7000 0108 9210 2616 022</td></tr><tr><td colspan="2">B.I.C.</td><td colspan="3">BPLMFR2M</td></tr></table>	R.I.B.	Code Banque 14707	Code Guichet 00001	N° de Compte 08921026160	Cle RIB 22	I.B.A.N. FR76 1470 7000 0108 9210 2616 022					B.I.C.		BPLMFR2M		
R.I.B.	Code Banque 14707	Code Guichet 00001	N° de Compte 08921026160	Cle RIB 22												
I.B.A.N. FR76 1470 7000 0108 9210 2616 022																
B.I.C.		BPLMFR2M														
	<input type="checkbox"/> Je désire recevoir une facture avec mon ouvrage															
Adresse de livraison :	<input type="text"/>															
Code postal :	<input type="text"/> Province: <input type="text"/>															
Ville :	<input type="text"/> Pays : <input type="text"/>															
Téléphone :	Domicile : <input type="text"/> - Bureau : <input type="text"/> Portable : <input type="text"/> - Télécopie : <input type="text"/>															
Vos commentaires :	<input type="text"/>															

L'ouvrage vous sera expédié dès réception du bon de commande accompagné du règlement à :

**AAPEL - M.Tortosa
72 rue du dauphiné
69003 LYON - France**

Un formulaire de commande en ligne est disponible à l'adresse http://www.aapel.org/form_ouvrage.htm

Conformément à la loi informatique et liberté du 06.01.78, vous disposez d'un droit d'accès, de modification et d'annulation des informations communiquées
Copyright AAPELTM 2006. Tous droits réservés. Association déclarée Loi 1901-Tva non applicable- N° Siret 447 837 436 00016