



**HCL**  
HOSPICES CIVILS  
DE LYON

**HÔPITAL  
EDOUARD  
HERRIOT**

# **CENTRE D'AIDE À LA RÉGULATION ÉMOTIONNELLE CARE**

**Bilan diagnostique** des troubles émotionnels  
et **psychoéducation** à destination des personnes  
présentant un trouble borderline

Le Centre d'Aide à la Régulation Emotionnelle vise à apporter des ressources aux patient.e.s présentant des troubles émotionnels pour :

- mieux caractériser leurs difficultés à l'aide d'un **bilan diagnostique pluridisciplinaire**,
- améliorer leurs connaissances et leurs compétences dans la gestion des troubles au quotidien via des **groupes de psychoéducation**,

Le programme s'adresse à **toute personne à partir de 16 ans** chez qui un trouble borderline est suspecté ou diagnostiqué.

L'équipe pluridisciplinaire du programme est composée de médecins psychiatres, de psychologues et d'infirmières spécialisées.

---

## Les signes du trouble borderline

- Émotions fortes, humeur changeante et très grande sensibilité
- Relations interpersonnelles intenses et instables
- Impulsivité, difficulté à se contrôler
- Comportements pouvant porter atteinte à son corps, sa santé ou sa vie
- Sentiments fréquents de vide ou de détresse
- Tendance à être dans le tout ou rien
- Sensibilité à l'abandon.

## La Thérapie Comportementale Dialectique pour réguler les émotions

Le centre propose deux groupes de psychoéducation basés sur la **Thérapie Comportementale Dialectique (TCD)\***. Son objectif principal est d'aider les patient.e.s à **mieux réguler leurs émotions, à gérer les états de détresse émotionnelle et de crises intenses**, de façon plus efficace, plus saine et adaptée.

*\*Cette psychothérapie issue des Thérapies Cognitives et Comportementales de 3<sup>e</sup> vague a été validée dans le traitement du trouble borderline.*

## LE PARCOURS AU SEIN DU DISPOSITIF

L'admission se fait via un **courrier médical** à adresser par courrier ou par mail au service.

### Un bilan pluridisciplinaire



Pour adapter le plan de soins aux patient.e.s, un premier bilan est systématiquement réalisé. Il comprend :

- Des entretiens cliniques psychiatriques et psychologiques
- Un bilan neuropsychologique
- Un bilan des comorbidités somatiques et addictives si nécessaire

### Un plan de protection et plan de soins

Le trouble borderline expose les patient.e.s à des comportements auto-dommageables.



C'est pourquoi chaque patient.e bénéficie d'un « **plan de protection** » personnalisé pour l'aider à adopter des comportements alternatifs et rester en sécurité. Des stratégies d'urgence y sont détaillées (*gestion de la détresse, recours au thérapeute individuel, au médecin généraliste, services d'urgence, appel au 3114, etc*).

### Des groupes de psychoéducation pour un quotidien plus serein

La psychoéducation de groupe permet aux patient.e.s de mieux appréhender leurs symptômes et de mettre en pratique des outils d'aide à la régulation émotionnelle.



- Le groupe « **initiation** » **visé à informer** sur les troubles émotionnels en général et le trouble borderline en particulier.
- Le groupe « **approfondissement** » **visé à acquérir des compétences effectives émotionnelles et interpersonnelles.**

### Un suivi complémentaire au suivi individuel extérieur



Ce programme de groupe s'inscrit dans une démarche de soin plus large qui comprend généralement un suivi individuel psychologique et/ou psychiatrique qui doit être maintenu.

## L'équipe

**Médecin :** Dr Charline MAGNIN

**Psychologue :** Floriane PERRIN

**IDE :** Priscilla EVO et Aurane SAVOLLE

## Centre d'Aide à la Régulation Emotionnelle

Unité ambulatoire de crise  
Service de psychiatrie des urgences  
Pavillon M - 1<sup>er</sup> étage - Hôpital Edouard Herriot

Contact : 04 72 11 00 75  
heh.care@chu-lyon.fr



[www.chu-lyon.fr](http://www.chu-lyon.fr)

