



*Guide  
à l'intention  
des familles*

AU COEUR

DU TROUBLE DE PERSONNALITÉ LIMITE

# *À propos du trouble de personnalité limite*

*Ce document a été élaboré en 2001 par madame France Boucher, infirmière bachelière, madame Suzanne Drolet travailleuse sociale et le docteur Évens Villeneuve, psychiatre et responsable clinique du Programme des troubles sévères de personnalité du Centre hospitalier Robert-Giffard. Il s'agit d'un programme surspécialisé d'évaluation, de traitement et de recherche sur les troubles sévères de personnalité.*

Ce document a été révisé  
en septembre 2005  
par mesdames Suzanne Drolet,  
Anick Simard ergothérapeute  
et le docteur Évens Villeneuve.

ISBN : 2-922451-06-2  
Dépôt légal :  
Bibliothèque nationale du Québec, 2005  
Bibliothèque et Archives Canada, 2005

# *Guide à l'intention des familles*



## INTRODUCTION

Les troubles de personnalité sont de plus en plus fréquents dans la population, mais souvent mal identifiés. Cela a un impact important pour les personnes qui en sont affectées. La détresse émotionnelle et les difficultés comportementales associées à ces troubles ont aussi des répercussions importantes sur les membres des familles et les amènent à vivre une variété d'émotions souvent intenses : découragement, impuissance, colère, angoisse, peur, etc.

Notre expérience clinique avec les proches a confirmé ces faits et nous a permis de relever des similitudes dans certains de leurs besoins.

Ce document vise à informer les familles sur le trouble de personnalité, notamment le trouble de personnalité limite, à démystifier certaines croyances et à cibler des attitudes aidantes autant pour la personne atteinte que pour ses proches.

Il existe dix troubles de personnalité, dont les plus sévères se retrouvent chez le trouble de personnalité limite : narcissique, histrionique, schizoïde, schizotypique, paranoïde et antisocial.

# UN



## QU'EST-CE QUE LE TROUBLE DE PERSONNALITÉ?

Le trouble de personnalité est un état où dominent certains traits de personnalité, induisant une souffrance chez la personne et ses proches. Ces traits sont envahissants, rigides et persistants. Ils se manifestent par des comportements et des attitudes qui apportent des difficultés importantes d'adaptation. Le trouble de personnalité limite, dont il est question dans ce document, se caractérise par une instabilité au niveau des émotions, du comportement, de l'image de soi et des relations avec l'entourage. Les personnes présentant un trouble de personnalité ont ainsi des difficultés sur le plan personnel, social et professionnel. Ils ont fréquemment le sentiment de ne pouvoir s'en sortir et cela se reflète par des sentiments d'anxiété, de découragement, jusqu'à présenter fréquemment des idées et des gestes suicidaires.

## QUELLES EN SONT LES CAUSES?

Plusieurs facteurs sont associés au développement du trouble de personnalité limite, notamment des expériences pénibles vécues dans l'enfance tels, des ruptures, des deuils précoces, des agressions physiques ou psychologiques. D'autres facteurs contribuent également à développer ce trouble : un tempérament impulsif et une hypersensibilité affective souvent déjà présents à la naissance, ou encore un milieu familial instable caractérisé par de l'imprévisibilité parentale.

# DEUX



## COMMENT LE RECONNAÎTRE?

On reconnaît le trouble de personnalité limite, tout comme d'autres troubles sévères de personnalité, par une instabilité au niveau de l'humeur en lien avec des stressors parfois mineurs. L'état émotionnel peut alors passer d'une bonne humeur à une humeur irritable ou triste. Les personnes atteintes ont du mal à supporter la solitude. Elles ressentent fréquemment de l'ennui ainsi qu'un grand vide intérieur. On peut également noter chez elles de la colère et un manque de contrôle qui peut s'exprimer par de l'irritabilité, des accès colériques ou de la rage.

L'intolérance à la douleur émotionnelle amène ces personnes à adopter des comportements destructeurs. Elles peuvent consommer de l'alcool, des drogues ou des médicaments de façon excessive, s'engager dans des dépenses majeures et inconsidérées, consommer des aliments de façon inappropriée, commettre des vols, avoir des comportements sexuels à risque, conduire une automobile de façon dangereuse, etc. Elles peuvent aussi s'infliger des blessures, exprimer des idées suicidaires ou faire des tentatives de suicide. Malheureusement, certaines de ces personnes trouvent la mort par suicide.

Les personnes qui présentent un trouble sévère de personnalité éprouvent une grande difficulté à se décrire. L'image qu'elles ont d'elles-mêmes est fluctuante et négative et il leur est difficile de se projeter dans le futur. Leurs relations interpersonnelles sont souvent intenses, chaotiques et marquées par des conflits importants entraînant des sentiments de rejet et d'abandon. Souvent, elles réagissent à ces conflits et aux événements qui se présentent par du retrait, des revendications, des comportements destructeurs ou de la rage. Certaines personnes peuvent parfois présenter des épisodes brefs de perte de contact avec elle-même ou avec la réalité.

# TROIS



## Y A-T-IL BEAUCOUP DE PERSONNES QUI PEUVENT ÊTRE AFFECTÉES PAR UN TROUBLE SÉVÈRE DE PERSONNALITÉ?

Les troubles sévères de personnalité affectent environ 5 % de la population. Parmi eux, le trouble de personnalité limite est celui que l'on retrouve davantage dans les centres de traitement. Les personnes atteintes sont aux prises avec des idées suicidaires fréquentes et, pour la majorité, persistantes. Malheureusement, jusqu'à 10 % de ces personnes se suicideront.

# QUATRE



## PEUT-ON ESPÉRER UNE AMÉLIORATION CHEZ LES PERSONNES ATTEINTES D'UN TROUBLE SÉVÈRE DE PERSONNALITÉ?

Des études cliniques démontrent une amélioration significative après 15 à 20 ans d'instabilité, mais bien avant, si les personnes ont bénéficié d'une thérapie active; d'où l'importance d'un dépistage précoce et d'un traitement adéquat. Cependant, il peut arriver que certains symptômes réapparaissent temporairement si la personne vit des événements difficiles tels une rupture, un deuil, un échec important, etc.

## EXISTE-T-IL UN TRAITEMENT?

Il y a différents types de psychothérapies dont plusieurs ont démontré une bonne efficacité. Dans certains cas, un traitement médicamenteux sera utile pour contrôler des symptômes, améliorer les capacités fonctionnelles et optimiser les effets de la psychothérapie.

On peut aussi envisager l'hospitalisation lors d'une période de crise suicidaire intense. Toutefois, l'expérience démontre qu'une hospitalisation brève est préférable; l'hospitalisation prolongée renforce le sentiment d'incompétence à surmonter les difficultés.



## QUELS SONT LES MYTHES LES PLUS TENACES SUR LE TROUBLE DE PERSONNALITÉ LIMITE?

**Mythe :** Le trouble de personnalité est une maladie héréditaire.

**Réalité :** La transmission génétique n'a pas été démontrée jusqu'à maintenant. Une vulnérabilité biologique, comme l'impulsivité ou l'hyperémotivité, existe chez certaines personnes. Toutefois ce sont des facteurs qui peuvent contribuer au développement du trouble de personnalité.

---

**Mythe :** Les personnes qui présentent un trouble de personnalité sont manipulatrices et recherchent l'attention de leur entourage.

**Réalité :** Lorsque confrontées à certaines demandes ou refus, ces personnes perçoivent les situations, ou les gens, avec peu de nuance : « tout est blanc » ou « tout est noir ». Leur perception du moment est alors fortement influencée par cet état émotionnel. On constate alors une alternance de comportements qui nous apparaissent contradictoires et qui sont interprétés comme des tentatives de manipulation.

---

**Mythe :** Les personnes qui ont un trouble de personnalité sont démunies, sans ressource, sans volonté et incapables de se débrouiller.

**Réalité :** Ces personnes présentent un bon potentiel à développer leurs compétences et sont aptes à prendre leurs responsabilités et à faire des apprentissages si elles sont appuyées par un environnement (parents et conjoints) qui favorise l'autonomie et la responsabilisation.

## QUELLES SONT LES ATTITUDES À PRIVILÉGIER POUR LES MEMBRES DE LA FAMILLE ET LES PROCHES?

En tout temps, il est conseillé de maintenir une attitude d'**adulte à adulte** avec les personnes atteintes d'un trouble de personnalité. Il est important que les attentes et les limites soient claires, constantes, prévisibles et justifiables. (*Prévisibilité et constance*)

De plus, il est préférable de les responsabiliser en les laissant prendre leurs décisions et entreprendre elles-mêmes leurs démarches. On doit également les encourager à persister dans la poursuite de leurs buts et de leurs objectifs.

De la même façon, il est important de reconnaître leurs compétences et leurs efforts et de les soutenir de façon constante dans leurs actions.

# SEPT



## COMMENT MIEUX COMPOSER AVEC LE STRESS ENGENDRÉ PAR LES SITUATIONS DE CRISE DES PERSONNES AYANT UN TROUBLE DE PERSONNALITÉ?

En identifiant vos limites personnelles, en établissant certaines règles et en acceptant votre impuissance à régler certains problèmes chez la personne atteinte d'un trouble.

Les méthodes de détente et de relaxation, la participation à des activités ou à des loisirs et le partage de ce que vous vivez avec des personnes de confiance peuvent également être efficaces pour gérer le stress.

Malgré cela, le recours à une aide professionnelle peut s'avérer nécessaire.

# HUIT



## QUELLES RESSOURCES DANS LA RÉGION DE QUÉBEC PEUVENT AIDER ACTUELLEMENT LES FAMILLES EN DIFFICULTÉ?

- La Boussole (523-1502)
- Tél-Écoute du littoral (838-4095)
- L'Association canadienne pour la santé mentale (529-1979)
- Les centres de santé et de services sociaux (CSSS)
- Les bureaux privés de médecins
- Les cliniques médicales
- La Fédération des Familles et des Amis de la Personne Atteinte de Maladie Mentale (687-0474 ou 1 800 323-0474)
- Les groupes « famille » dans les milieux surspécialisés, Centre de traitement Le Faubourg Saint-Jean du Centre hospitalier Robert-Giffard (648-6166)
- Site Internet : [www.rgiffard.qc.ca](http://www.rgiffard.qc.ca)
- Vidéocassette et DVD « Le trouble de personnalité limite » disponibles à la Direction de l'enseignement du Centre hospitalier Robert-Giffard (663-5146)

# NEUF

*équilibre, mieux-être, espoir,  
pouvoir, soutien,  
constance, stratégies  
impuissance, souffrance,  
découragement, culpabilité,  
fuite, démission*

## Centre de traitement Le Faubourg St-Jean

Pour information, veuillez communiquer avec une travailleuse sociale.

Téléphone : (418) 648-6166 • Télécopieur : (418) 648-6227 • Internet : [www.rgiffard.qc.ca](http://www.rgiffard.qc.ca)



CENTRE HOSPITALIER  
**ROBERT-GIFFARD**  
AFFILIÉ À L'UNIVERSITÉ LAVAL

AstraZeneca 

Wyeth®

  
GENPHARM  
L'importance des gens