



TROUBLE DE LA PERSONNALITÉ LIMITE

Qu'est-ce que le TPL?

Il existe plusieurs types de troubles de la personnalité. Le plus connu est le **trouble de la personnalité limite**. Les personnes atteintes d'un trouble de la personnalité limite ont une peur extrême ou exagérée de perdre leurs liens avec les membres de leur entourage. Elles se sentent facilement rejetées ou abandonnées par les autres, ce qui crée des conflits dans leurs relations sociales. Elles ont donc un grand besoin que les membres de leur entourage les rassurent sur le fait qu'ils sont présents et sur l'importance de leur relation.

En fait, le trouble de la personnalité limite affecte la manière de penser et d'agir des personnes atteintes.

Il perturbe :

**Les émotions ;
Les comportements ;
L'image de soi et de leur identité ;
Les relations avec les autres.**

Référence : <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/sante-mentale-maladie-mentale/trouble-de-la-personnalite-limite/>

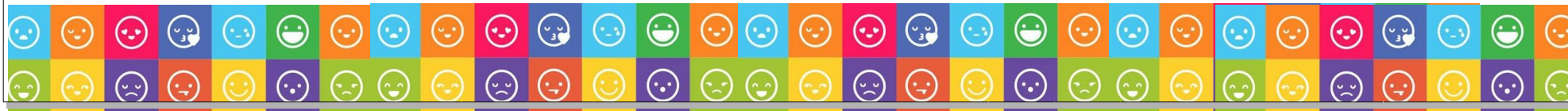
Créé par : Janie Auclair, Sexologue Clinicienne & Psychothérapeute

Quels sont les comportements observés?



- **Relations instables** ou conflits avec ses proches.
- **Image négative d'elle-même** : à se dévaloriser, à se sentir incompris ;
- **Humeur changeante** : peut être de bonne humeur et devenir rapidement irritable, triste ou angoissée.
- **Poussées de colère** : se fâcher soudainement contre des personnes appréciées et se mettre à les détester.
- **Attitudes hostiles ou rigides** : s'acharner à avoir le dernier mot, ou devenir accaparante ou jaloux.
- **Changer souvent d'idée** : modifier souvent ses objectifs ou ses valeurs personnelles.
- **Difficulté à tolérer certaines émotions** : comportements impulsifs, déviants ou autodestructeurs, par exemple :
 - Consommer de l'alcool, des drogues ou des médicaments de façon excessive,
 - Faire des dépenses exagérées,
 - Conduire de façon dangereuse,
 - Commettre des délits,
 - Avoir des comportements sexuels à risque,
 - S'automutiler.
- **Exprimer des idées suicidaires** ou faire des menaces suicidaires.

Dernière mise à jour: 2021/08/13 – Veuillez noter que les informations et les ressources peuvent avoir changé depuis la dernière mise à jour.





D'AUTRES SIGNES ET SYMPTÔMES

- Peur d'être abandonné et rejeté par les autres ;
- Difficulté à supporter la solitude ;
- Faible estime de soi ou perception de soi changeante : par exemple, la personne peut à un moment se trouver extraordinaire et exceptionnelle, puis juste après, se sentir inutile et incompétente ;
- Sentiment permanent de grand vide intérieur : par exemple, la personne dit ne pas avoir de sentiments, de pensées ou de rêves ;
- Ennui ;
- Grande sensibilité à la critique négative de la part des autres ;
- Perte de contact avec la réalité dans certaines circonstances, en particulier dans des situations extrêmement stressantes.

QUAND CONSULTER ?

Consultez un médecin ou un autre professionnel de la santé si vous vivez l'une ou l'autre des situations suivantes :

- Vous vivez de la détresse ;
- Vous avez de la difficulté à assumer vos responsabilités sociales, professionnelles ou familiales ;
- Vous avez des conduites à risque pour vous ou autrui ;
- Vous avez des idées suicidaires.

Un professionnel de la santé pourra évaluer si vous avez un trouble de la personnalité limite. Il vous proposera un plan de traitement adapté à vos besoins.

Équipe Santé Mentale Jeunesse
Youth Mental Health Team
CIUSSS-ODIM

Douglas
FONDATION
FOUNDATION



RESSOURCES



- **Info-Sociale** (8-1-1)
- **RELIEF** (1-866 738-4873 / www.monrelief.ca)
- **Tel-Jeunes** (1-800-263-2266 / www.teljeunes.com)
- **Ligne-Parents** (1-800-361-5085 / www.ligneparents.com)
- **Centre de prévention du suicide** (1-866-APPELLE / www.cpsquebec.ca)
- **Réseau Avant de Craquer** (www.avantdecraquer.com/)
- **Association des médecins psychiatres du Québec** (www.ampq.org)
- **Regroupement des ressources alternatives en santé mentale** (www.rrasmq.com)
- **Association Canadienne pour la Santé Mentale** (www.acsmmontreal.qc.ca)
- **Mouvement Santé Mentale Québec** (www.mouvementsmq.ca)

Borderline...mais pas folle ; trouble de la personnalité : Guide pour vivre heureux au quotidien

Johanne Lavoie (2017)

Personnalités limites : hypersensibles, à fleur de peau, écorchés vifs... tous borderlines?

Jean-Michel Fourcade (2017)

La maison des intempéries: vivre avec un parent ayant un trouble de la personnalité limite

Lise Laporte et Al. (2013)

Je réinvente ma vie

Jeffrey E. Young & Janet S. Klosko (2018)



Créé par : Janie Auclair, Sexologue Clinicienne & Psychothérapeute

Dernière mise à jour: 2021/08/13 – Veuillez noter que les informations et les ressources peuvent avoir changé depuis la dernière mise à jour.

