Programme de thérapie comportementale dialectique pour les adolescents (TCD-A)

Modèle Biosocial

Présenté par

Danièle Le Blond
Erg./Psychothérapeute

Tim Monday T.S.

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Nord-de-l'Île-de-Montréal
Québec

Hôpital Rivière-des-Prairies
Centre psychiatrique affilié à l'Université de Montréal

Modèle biosocial

Bio

- La vulnérabilité émotionnelle
- Implique le fonctionnement chimique et biologique du corps et du cerveau

Social

- Les environnements invalidants
- Les expériences personnelles vécues au cours de la vie

Adapté du « DBT Skills Manual for adolescents », Rathus & Miller (2015) par l'équipe TCD-A de la clinique des troubles de l'humeur du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal, site Hôpital Rivière-des-Prairies

Théorie biosociale de la TCD

Vulnérabilité émotionnelle

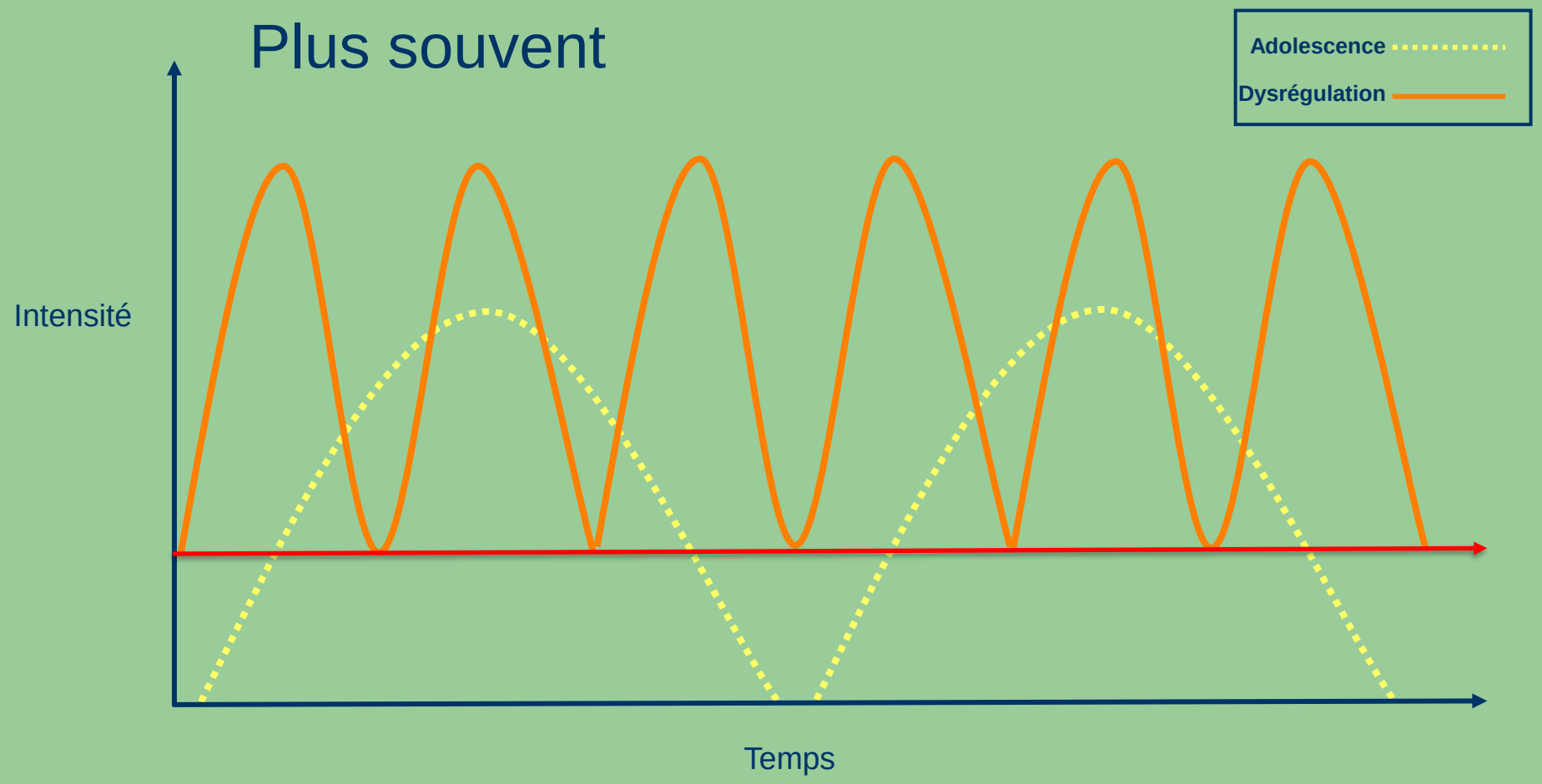
Adapté du « DBT Skills Manual for adolescents », Rathus & Miller (2015) par l'équipe TCD-A de la clinique des troubles de l'humeur du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal, site Hôpital Rivière-des-Prairies

Vulnérabilité émotionnelle

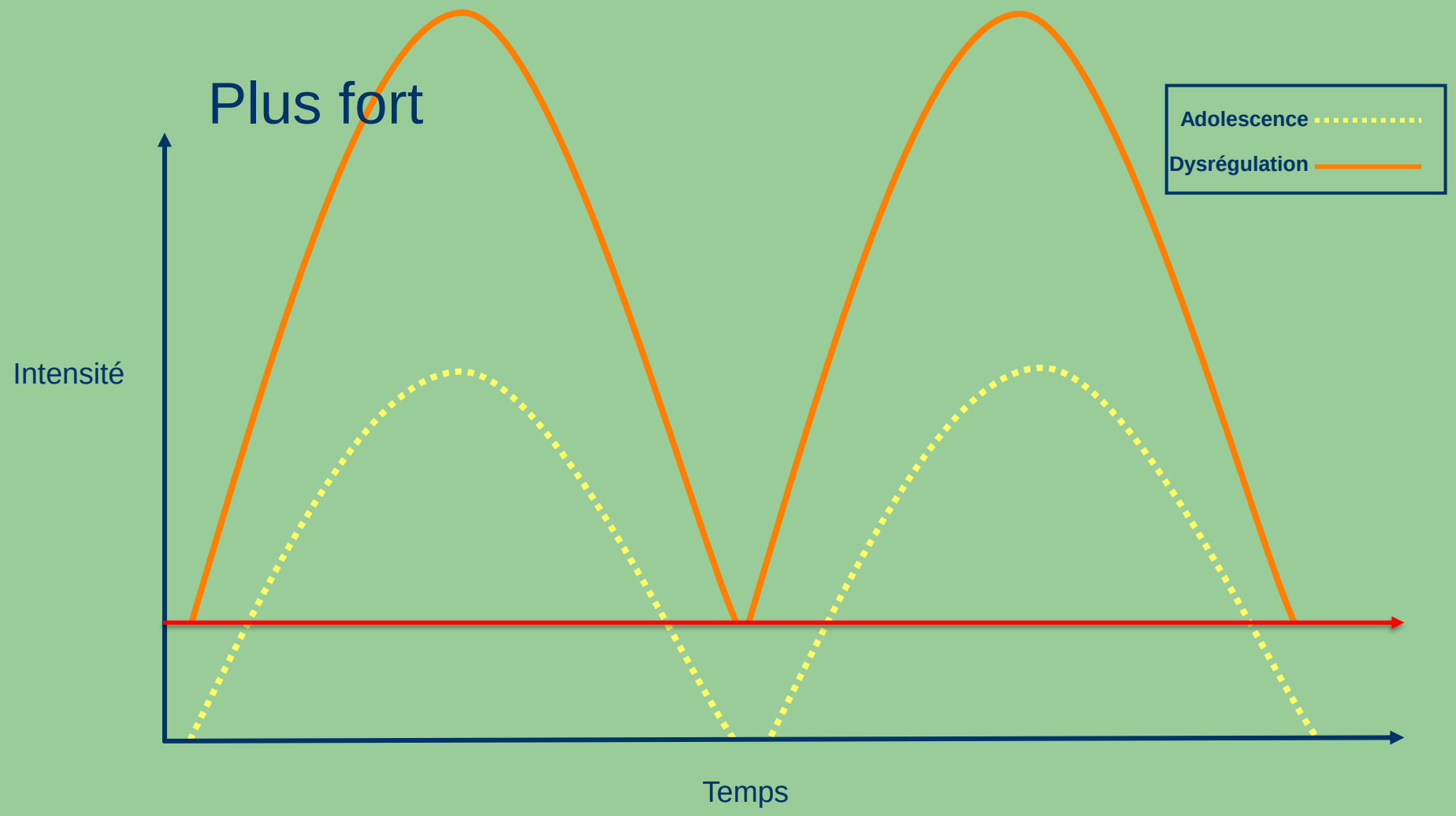
- Affectivité négative de base très élevée
- Sensibilité plus marquée (plus souvent)
- Réactivité plus marquée (plus fort)
- Retour au calme plus lent (plus longtemps)

Adapté du « DBT Skills Manual for adolescents », Rathus & Miller (2015) par l'équipe TCD-A de la clinique des troubles de l'humeur du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal, site Hôpital Rivière-des-Prairies

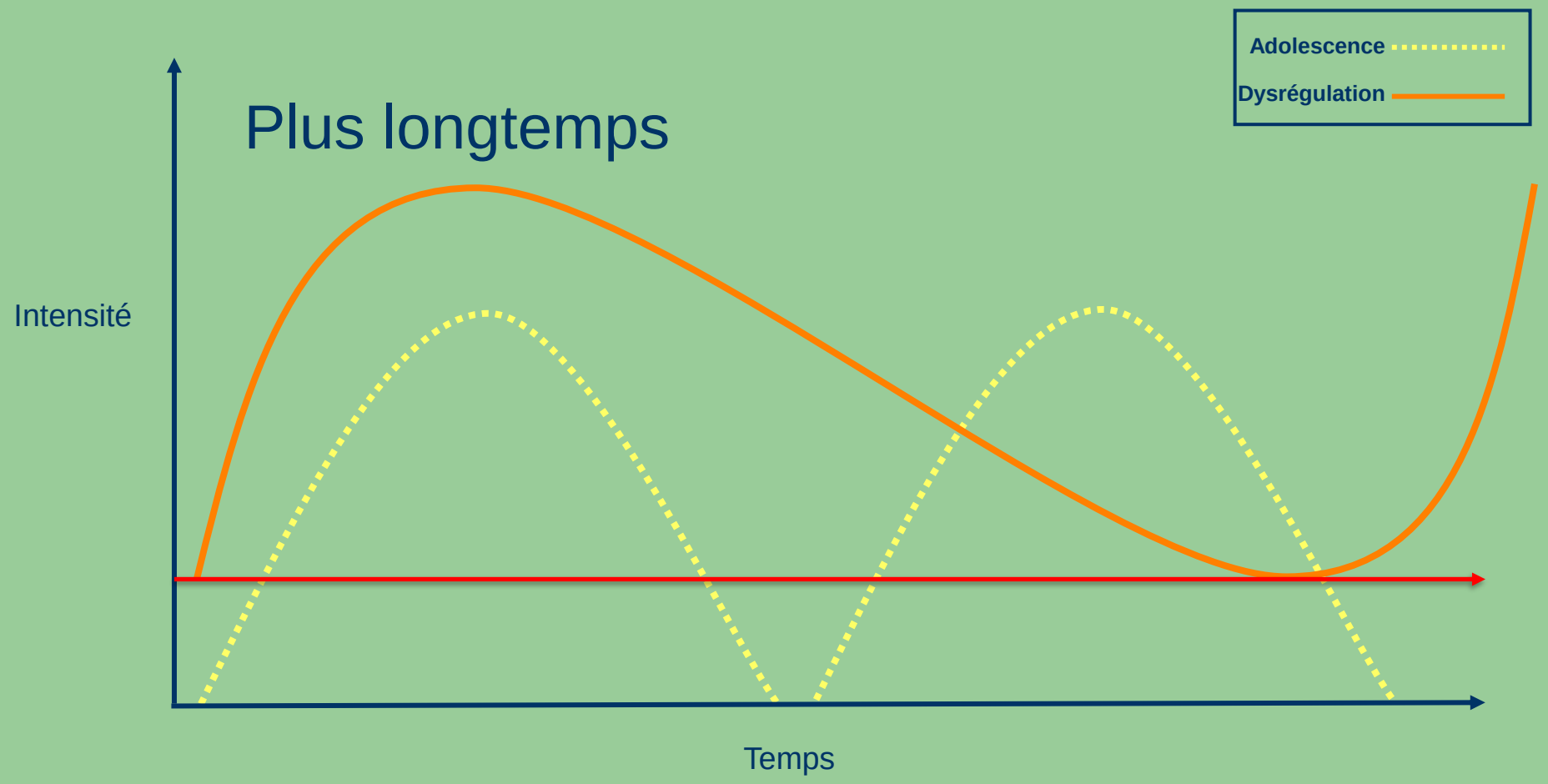
Vulnérabilité émotionnelle



Vulnérabilité émotionnelle

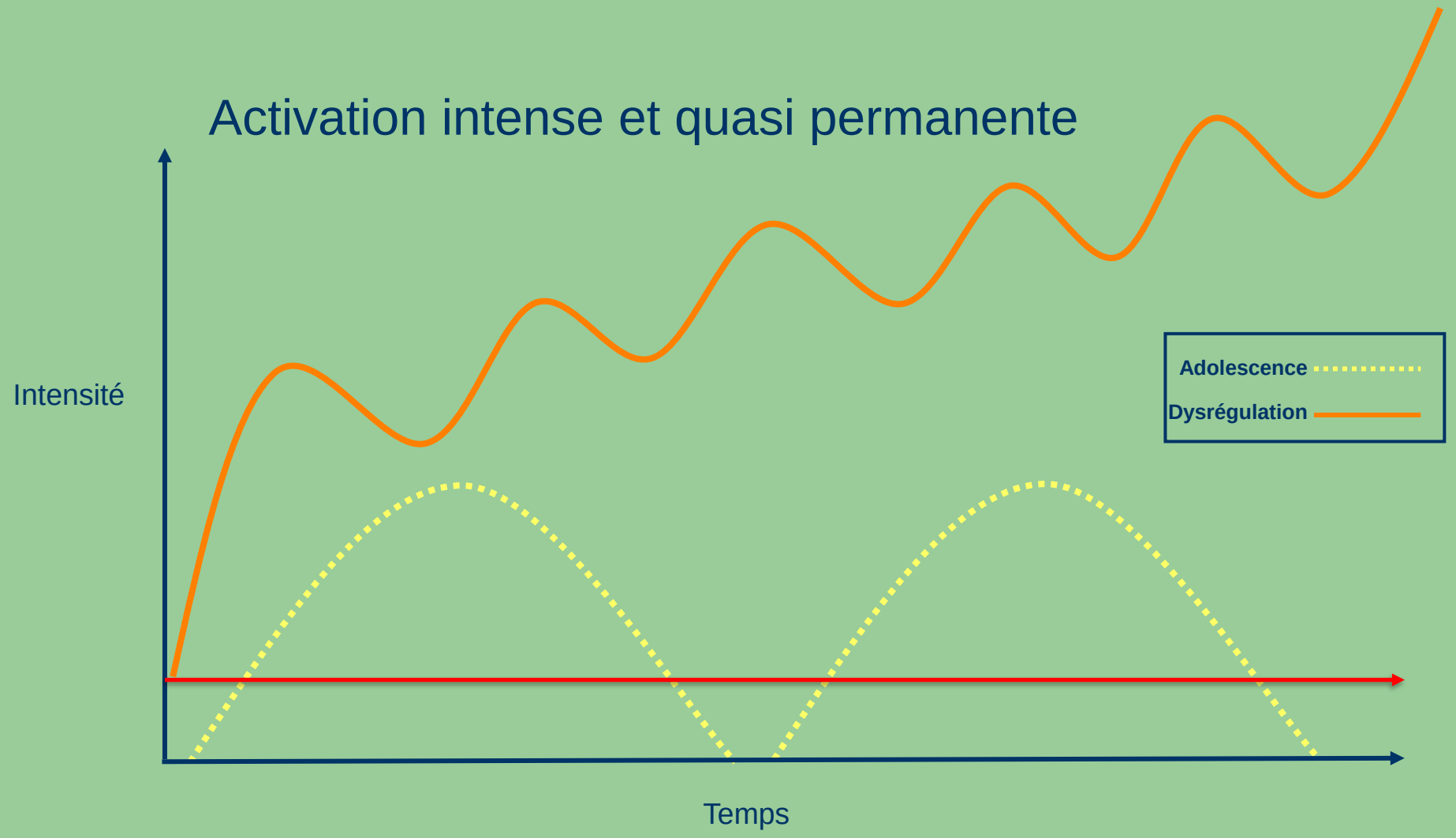


Vulnérabilité émotionnelle



Vulnérabilité émotionnelle

Activation intense et quasi permanente



Théorie biosociale de la TCD

Vulnérabilité émotionnelle

Environnement invalidant

Adapté du « DBT Skills Manual for adolescents », Rathus & Miller (2015) par l'équipe TCD-A de la clinique des troubles de l'humeur du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal, site Hôpital Rivière-des-Prairies

Environnements invalidants

- Lorsqu’un jugement est porté sur la valeur ou la justesse
  - d’une idée
  - d’une émotion
  - d’un comportement
- Se produit souvent sans mauvaises intentions
- Peut se produire souvent
- Peut se produire à différents degrés

Adapté du « DBT Skills Manual for adolescents », Rathus & Miller (2015) par l’équipe TCD-A de la clinique des troubles de l’humeur du CIUSSS du Nord-de-l’Île-de-Montréal, site Hôpital Rivière-des-Prairies

Environnements invalidants

- Familial
- Scolaire
- Amoureux
- Social avec les pairs
- L’auto-invalidation

Adapté du « DBT Skills Manual for adolescents », Rathus & Miller (2015) par l’équipe TCD-A de la clinique des troubles de l’humeur du CIUSSS du Nord-de-l’Île-de-Montréal, site Hôpital Rivière-des-Prairies

Environnements invalidants

- Banaliser, mépriser ou disqualifier les expériences émotionnelles
- Considérer l'expression des émotions négatives comme socialement inacceptables ou pathologiques
- Minimiser l'ampleur des difficultés à résoudre les problèmes (quand on veut, on peut!)

Mozart enfant...

Adapté du « DBT Skills Manual for adolescents », Rathus & Miller (2015) par l'équipe TCD-A de la clinique des troubles de l'humeur du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal, site Hôpital Rivière-des-Prairies

Environnements invalidants

- Conduit plutôt à apprendre à :
  - S’auto-invalider
  - Adopter des comportements passifs d’impuissance
  - Rechercher un appui sur les autres pour répondre aux situations
  - Osciller entre inhibition et expression extrême des émotions
  - Répondre aux situations par une activation plus intense

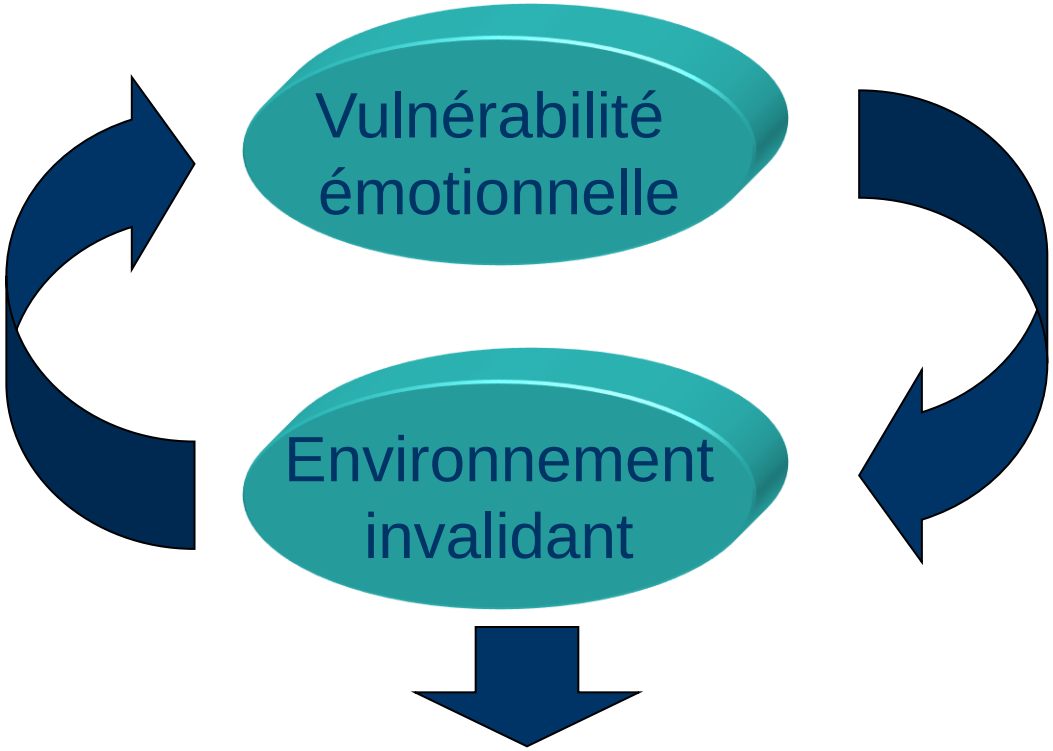
Adapté du « DBT Skills Manual for adolescents », Rathus & Miller (2015) par l’équipe TCD-A de la clinique des troubles de l’humeur du CIUSSS du Nord-de-l’Île-de-Montréal, site Hôpital Rivière-des-Prairies

La validation c’est:

- Fait sentir à l’autre qu’il est compris:
  - «je comprends/«ça se comprend» que tu sois fâché»
  - «avec ce que tu as vécu c’est normal que…»
  - Sans nécessairement être d’accord avec le comportement

Adapté du « DBT Skills Manual for adolescents », Rathus & Miller (2015) par l’équipe TCD-A de la clinique des troubles de l’humeur du CIUSSS du Nord-de-l’Île-de-Montréal, site Hôpital Rivière-des-Prairies

Théorie biosociale de la TCD



Difficultés envahissantes de la régulation émotionnelle

Adapté du « DBT Skills Manual for adolescents », Rathus & Miller (2015) par l'équipe TCD-A de la clinique des troubles de l'humeur du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal, site Hôpital Rivière-des-Prairies

Objectif général de la TCD-A

- Apprendre à gérer ses propres émotions
- Améliorer les relations avec les autres
- Améliorer la relation avec soi-même

Adapté du « DBT Skills Manual for adolescents », Rathus & Miller (2015) par l'équipe TCD-A de la clinique des troubles de l'humeur du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal, site Hôpital Rivière-des-Prairies

Modèle Biosocial

Merci !