

## **Thérapie Dialectique de l'Anorexie mentale et de la Boulimie (Dr Jérôme Carraz)**

L'objectif de cette matinée est de présenter une initiation à la Thérapie Dialectique de l'Anorexie mentale et de la Boulimie avec purges. Il s'agit d'une approche novatrice et prometteuse de ces troubles.

La Thérapie Comportementale Dialectique (T.C.D.) a été mise au point, au départ, dans les années 2000 par M. Linehan pour le traitement des Trouble de la personnalité Limites et des patients suicidaires.

Ce qui caractérise la T.C.D., avec des aménagements spécifiques pour ces troubles, c'est l'association d'une approche psychodynamique individuelle, d'un travail cognitif et comportemental en groupe, et d'approches psychocorporelles.

Mais au delà d'une approche intégrative, il est des spécificités de la T.C.D. :

- C'est une thérapie qui va associer des techniques de changement comportementaux et des techniques d'acceptation.
- La thérapie vise à réduire les polarités dichotomiques dans lesquelles sont enfermées ces patientes.
- Elle repose sur l'hypothèse que les patientes veulent s'améliorer et font de leur mieux.
- Les patientes ont la possibilité de joindre, à tout moment, un thérapeute au téléphone ou par courrier électronique.

La thérapie s'articule autour de 4 modules thérapeutiques :

- Un module sur le sentiment d'inefficacité personnelle
- Un module sur la dysrégulation émotionnelle
- Un module sur la porosité des frontières corporelles.
- Un module sur la restriction cognitive.

Références :

CARRAZ Jérôme (2009) **Anorexie et boulimie : approche dialectique.**  
ELSEVIER MASSON. ([voir sur amazon.fr](#))