

**« Dans l'émotion d'une borderline » (état limite)**  
**Guide à l'usage des praticiens, des patients et des familles**  
(Archisoft 2<sup>ème</sup> édition)  
**Alain Tortosa**<sup>1</sup>



« Grâce à ce livre, on comprend que le trouble borderline est dû à une difficulté dans la gestion de l'expression émotionnelle. La patiente connaît ses émotions, peut les décrire, les intellectualiser, les rationaliser, mais ne sait pas se les approprier et se retrouve dans un flux d'émotions culpabilisantes. **Alain Tortosa** nous permet de repenser les émotions comme une réaction normale et non plus pathologique à condition de savoir se les approprier. Les émotions doivent être vécues, affrontées... Les méthodes et outils proposés complètent l'aspect théorique pour que nous, praticiens, puissions aider au maximum nos patients. Ce livre m'a permis d'approfondir mes connaissances : comment mieux entendre, écouter, répondre, aider au quotidien et déculpabiliser patients et familles. Je tiens à remercier l'auteur pour son apport clinique et pratique. » **Marie-Aude Accard, psychologue clinicienne.**

« En prenant le parti de se mettre dans la « peau » d'une patiente Borderline, **Alain Tortosa** s'est projeté dans une dimension où peu de « psys » oseraient s'aventurer.

Que le lecteur ne s'y trompe pas : Il ne s'agit pas d'un exercice de contre-transfert ni d'une démonstration d'empathie, mais plutôt d'une sorte de visite guidée dans la psyché, où les émotions vivent, se multiplient, explosent parfois, en venant perturber une conscience débordée. Ce guide à l'usage des praticiens nous permet de comprendre comment se construit, se développe, s'exprime ce trouble de l'émotion que l'on nomme paradoxalement l'état limite. »

**Pierre Nantas, psychothérapeute, Addictologue**

« Le domaine des états limites domine l'addictologie et s'inscrit dans le contexte social actuel. Il est intéressant qu'un auteur expérimenté s'exprime et mette l'accent sur les émotions, ces chocs parfois continus et intenses qui entraînent des réactions affectives et comportementales qui conduisent inévitablement à l'angoisse, une imprévisibilité, une instabilité bien connues.

Les personnes qui souffrent d'un état limite cherchent à échapper à leurs émotions à tout prix ou à y résister au prix de souffrances indicibles... Or notre temps n'est pas facile, le narcissisme, l'hédonisme, entraînent l'indifférence à l'autre, l'isolement, la solitude. Le thérapeute a lui besoin d'idées nouvelles pour étendre et approfondir sa réflexion et sa pratique. **Alain Tortosa** nous incite à écouter et comprendre les émotions de nos patients afin qu'ils puissent enfin oser les ressentir sans en avoir peur. » **Dr Gérard Vachonfrance, psychiatre, président de l'Institut de Recherche et d'Enseignement des Maladies Addictives.**

---

<sup>1</sup> Psychothérapeute et président fondateur de l'association AAPEL d'aide aux personnes souffrant d'un trouble de la personnalité borderline.

ISBN : 2-9528210-0-3

ISBN13 : 978-2-9528210-0-1



9 782952 821001