

ACTIONS UTILES SI VOUS SOUTENEZ UN PROCHE ATTEINT DE TROUBLE DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE



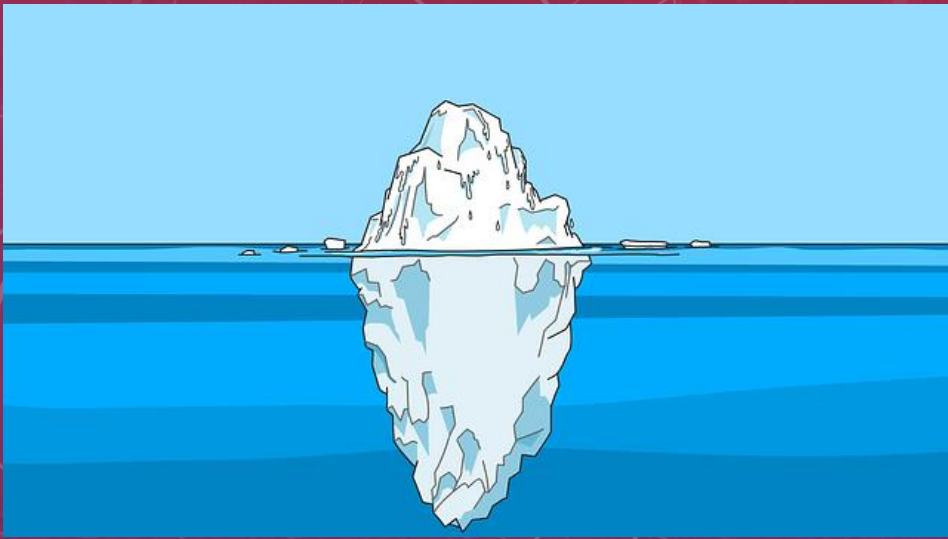
MERCI DE L'INTÉRÊT QUE VOUS PORTEZ À MON SITE INTERNET,
VOICI LE BONUS OFFERT,

NE PAS FOCALISER SUR LE COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

ACTION N°1

👉 EFFETS NÉFASTES : AUGMENTE LA
TENSION, LA CULPABILITÉ, LE
TROUBLE ALIMENTAIRE

👉 CONTRE PRODUCTIF



SAVOIR : UN TCA CACHE TRÈS SOUVENT UN MAL ETRE

ACTION N°2

👉 TCA = TROUBLES COMPLEXES

👉 LA PERSONNE CANALISE SES ÉMOTIONS
NÉGATIVES EN UN TCA

ÊTRE A L'ECOUTE

ACTION N°3

👉 SOUFFRANCE DE LA PERSONNE
MALADE

👉 ÉCOUTE BIENVEILLANTE,
ATTENTIVE

👉 SOUTIEN ET AMOUR
INCONDITIONNELS

NE PAS FORCER A MANGER

ACTION N°4

- 👉 ENCOURAGEMENT EN APPARENCE AUGMENTE LA SOUFFRANCE DE LA PERSONNE MALADE
 - 👉 SENTIMENT DE PERTE DE CONTRÔLE, DE DÉSAPPROBATION
 - 👉 SENTIMENT QU'ON DÉSIRE LA CONTRÔLER, QU'ELLE NOUS DÉÇOIT
 - 👉 DISCUTER DU DÉSORDRE ALIMENTAIRE EN DEHORS DU REPAS (PÉRIODE DE TENSION)

DEMEURER OUVERT ET EMPATHIQUE

ACTION N°5

👉 MAINTENIR LA DISCUSSION

👉 GARDER UNE COMMUNICATION FRANCHE,
OUVERTE ET AFFECTUEUSE

👉 DISCUTER DU DÉSORDRE ALIMENTAIRE EN
DEHORS DU REPAS (PÉRIODE DE TENSION)

ACCEPTER QUE LE DÉNI FAIT PARTIE DU PROCESSUS

ACTION N°6

👉 CHOC POUR LES PARENTS ET PROCHES,
PARFOIS DÉNI

👉 POUR LE/LA MALADE, DÉNI OU NON AVEU

👉 ENTRE NON DITS ET CACHOTERIES LA TENSION
S'INSTALLE

EXPOSER LE FAIT QUE L'ON S'EST RENDU COMPTE DU TCA

ACTION N°7

- 👉 AVEC TACT ET SENSIBILITÉ
- 👉 ACCUEILLIR LES ÉMOTIONS ASSOCIÉES : COLÈRE, HONTE, DÉGOUT
- 👉 RASSURER
- 👉 RESTER SANS JUGEMENTS
- 👉 ACCEPTER QUE LA PERSONNE NE PUISSE CHANGER SES COMPORTEMENTS ALIMENTAIRES D'EMBLÉE
- 👉 ENCOURAGER A CONSULTER DES PROFESSIONNELS

CE QU'IL NE FAUT SURTOUT PAS DIRE

ACTION N°8

- 👉 ES-TU MALADE ? POURQUOI AS-TU ENCORE PERDU DU POIDS ?
- 👉 VAS-TU MANGER ? JE NE COMPRENDS PAS POURQUOI TU NE MANGES PAS...
- 👉 POURQUOI ME FAIS TU CELA ? REGARDE CE QUE TU FAIS A ...

ET VOUS LES PROCHES, COMMENT SURVIVRE ?

ACTION N°9

- 👉 SI VOUS RESSENTEZ DE LA CULPABILITÉ, FAITES VOUS AIDER ; DEMANDEZ VOUS CE QUI DÉPEND DE VOUS OU PAS
- 👉 PATIENCE, LE MAITRE MOT (SOUVENT DES MOIS DE SOINS RÉGULIERS)
- 👉 BLÂMER LA MALADIE MAIS PAS LA VICTIME DE LA MALADIE
- 👉 ENCOURAGER LA CONSULTATION DE PROFESSIONNELS
- 👉 PERMETTRE L'INDÉPENDANCE ET L'AUTONOMIE

ET VOUS LES PROCHES, COMMENT SURVIVRE, SUITE ?

ACTION N°10

- 👉 ÉVITER LES CONFLITS AUX HEURES DES REPAS
- 👉 PARLER D'AUTRES SUJETS QUE DE NOURRITURE
- 👉 PROSCRIRE TOUT COMMENTAIRE SUR L'APPARENCE
- 👉 CHACUN SA PLACE ET ACCORDER LA MÊME ATTENTION
AUX AUTRES MEMBRES DE LA FAMILLE
- 👉 LES AIDANTS : CHERCHER DU SOUTIEN ET INFORMER
VOUS SUR LES TCA
- 👉 NE PAS OUBLIER DE VIVRE

TROUBLES DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

La guérison est possible,
Rechercher l'aide
de personnes
formées

Troubles complexes
touchant le corps, le
psychisme, les émotions

Prise en charge
multi
disciplinaire

MERCI   !

DES SUGGESTIONS, DES QUESTIONS, ÉCRIVEZ MOI À CONTACT@DESANOREXIE.COM

EMMANUELLE LABÉ,

 MAMAN D'UN GARÇON AYANT SOUFFERT D'ANOREXIE MENTALE SÉVÈRE A L'ÂGE DE 10 ANS,

 DOCTEUR EN MÉDECINE VÉTÉRINAIRE (DIPLÔMÉE DE LA FACULTÉ DE MÉDECINE ET DE PHARMACIE DE L'UNIVERSITÉ CLAUDE BERNARD LYON 2, DIPLÔMÉE DE D'ÉCOLE NATIONALE VÉTÉRINAIRE DE LYON, DIPLÔMÉE DE L'UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL –QUÉBEC, CANADA)

 TITULAIRE DE LA FORMATION DE L'ASSOCIATION AUTREMENT : « PRISE EN CHARGE DES TROUBLES DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE ET DE L'OBÉSITÉ »

 FONDATRICE DU SITE WEB ET DE LA CHAÎNE « DESANOREXIE », POUR COMPRENDRE COMBATTRE ET GUÉRIR D'UN TROUBLE DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

 BESOIN D'UN ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ ? [ME CONSULTER](#)