



Suite ... **DES TROUBLES ALIMENTAIRES**

Le traitement consiste en une phase d'exploration et de description des comportements qui posent problème. Une fois le trouble « cartographié », le patient et le thérapeute mettent sur pied un traitement en fonction de la motivation et des buts du patient. Les objectifs sont les suivants :

- en terminer avec les crises et retrouver sa liberté de manger
- combattre les vomissements
- réduire sa peur des kilos
- apprendre à s'affirmer

Les outils utilisés comportent :

- la restructuration cognitive
- l'utilisation d'un carnet alimentaire
- la relaxation
- l'affirmation de soi
- apprendre à reconnaître les situations à risque
- développer des activités alternatives