CLÍNICA VIVALDI · FICHA GRATUITA · PERSONALIDAD

Trastorno esquizoide de la personalidad

Desapego de las relaciones sociales y expresión emocional limitada; preferencia por actividades solitarias.

SEÑALES FRECUENTES

- Prefiere estar solo
- Poco interés por las relaciones
- Parece frío o distante

PAUTAS PARA TI

1. Respeta su ritmo social
2. Terapia si hay malestar o aislamiento
3. Busca actividades compartidas de bajo contacto

PARA LA FAMILIA Y EL ENTORNO

1. Respeta su espacio sin forzar el contacto
2. Ofrece planes tranquilos y de bajo contacto

CUÁNDO PEDIR AYUDA

1. Si hay tristeza o aislamiento que preocupa
2. Si aparecen ideas extrañas

PARA OBSERVAR Y ANOTAR

☐ Prefiero hacer las cosas solo
☐ Tengo poco interés por las relaciones cercanas
☐ Disfruto de pocas actividades
☐ Me son indiferentes los elogios o las críticas
☐ Expreso pocas emociones
☐ Tengo pocos amigos íntimos
☐ Tengo poco interés por el sexo con otras personas
☐ Otros me ven frío o distante

RECURSOS GRATUITOS

- Test online y pautas: clinicavivaldi.com/trastorno/trastorno-esquizoide-de-la-personalidad
- Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA: https://consaludmental.org/
- Línea 024 (conducta suicida, 24 h) · Emergencias 112