CLÍNICA VIVALDI · SCHEDA GRATUITA · PERSONALITÀ

Disturbo paranoide di personalità

Sfiducia e sospettosità generalizzate: tendenza a interpretare le intenzioni degli altri come malevole.

SEGNALI FREQUENTI

- Diffida degli altri senza motivo
- Serba rancore
- Fa fatica a fidarsi di chiunque

INDICAZIONI PER TE

1. Terapia basata su una relazione di fiducia
2. Confronta le interpretazioni con i fatti
3. Lavora sull'ansia che c'è dietro

PER LA FAMIGLIA E LE PERSONE VICINE

1. Sii chiaro/a, coerente e mantieni ciò che dici
2. Evita battute ambigue

QUANDO CHIEDERE AIUTO

1. Se la sfiducia causa conflitti gravi
2. Se compaiono idee di persecuzione intense

DA OSSERVARE E ANNOTARE

☐ Sospetto che gli altri vogliano approfittarsi di me
☐ Faccio fatica a fidarmi degli altri
☐ Dubito della lealtà di amici o partner
☐ Faccio fatica a raccontare cose personali
☐ Vedo intenzioni nascoste in commenti innocenti
☐ Serbo rancore a lungo
☐ Reagisco con rabbia se mi sento attaccato/a
☐ Questo mi crea conflitti

RISORSE GRATUITE

- Test online e indicazioni: clinicavivaldi.com/it/trastorno/trastorno-paranoide-de-la-personalidad
- Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA (confederazione spagnola per la salute mentale): https://consaludmental.org/
- In Spagna: linea 024 (prevenzione del suicidio, 24 h) · Emergenze 112