CLÍNICA VIVALDI · FICHA GRATUITA · PERSONALIDADE

Transtorno da personalidade paranoide

Desconfiança e suspeita generalizadas: tendência a interpretar as intenções dos outros como mal-intencionadas.

SINAIS FREQUENTES

- Desconfia dos outros sem motivo
- Guarda rancores
- Tem dificuldade de confiar em alguém

ORIENTAÇÕES PARA VOCÊ

1. Terapia baseada em uma relação de confiança
2. Contraste as interpretações com dados
3. Trabalhe a ansiedade que está por trás

PARA A FAMÍLIA E AS PESSOAS PRÓXIMAS

1. Seja claro/a, coerente e cumpra o que diz
2. Evite piadas ambíguas

QUANDO PEDIR AJUDA

1. Se a desconfiança causar conflitos graves
2. Se surgirem ideias de perseguição intensas

PARA OBSERVAR E ANOTAR

☐ Suspeito que os outros querem se aproveitar de mim
☐ Tenho dificuldade de confiar nos outros
☐ Duvido da lealdade dos amigos ou do parceiro ou da parceira
☐ Tenho dificuldade de contar coisas pessoais
☐ Vejo intenções ocultas em comentários inocentes
☐ Guardo rancor por muito tempo
☐ Reajo com raiva se sinto que me atacam
☐ Isso me traz conflitos

RECURSOS GRATUITOS

- Teste online e orientações: clinicavivaldi.com/pt/trastorno/trastorno-paranoide-de-la-personalidad
- Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA (confederação espanhola de saúde mental): https://consaludmental.org/
- Na Espanha: linha 024 (conduta suicida, 24 h) · Emergências 112