CLÍNICA VIVALDI · FITXA GRATUÏTA · PERSONALITAT

Trastorn esquizoide de la personalitat

Desagafe de les relacions socials i expressió emocional limitada; preferència per activitats solitàries.

SENYALS FREQÜENTS

- Prefereix estar sol
- Poc interés per les relacions
- Sembla fred o distant

PAUTES PER A TU

1. Respecta el seu ritme social
2. Teràpia si hi ha malestar o aïllament
3. Busca activitats compartides de baix contacte

PER A LA FAMÍLIA I L'ENTORN

1. Respecta el seu espai sense forçar el contacte
2. Ofereix plans tranquils i de baix contacte

QUAN DEMANAR AJUDA

1. Si hi ha tristesa o aïllament que preocupa
2. Si apareixen idees estranyes

PER A OBSERVAR I ANOTAR

☐ Preferisc fer les coses sol
☐ Tinc poc interés per les relacions pròximes
☐ Gaudisc de poques activitats
☐ Em són indiferents els elogis o les crítiques
☐ Exprés poques emocions
☐ Tinc pocs amics íntims
☐ Tinc poc interés pel sexe amb altres persones
☐ Uns altres em veuen fred o distant

RECURSOS GRATUÏTS

- Test en línia i pautes: clinicavivaldi.com/va/trastorno/trastorno-esquizoide-de-la-personalidad
- Confederació SALUT MENTAL ESPANYA: https://consaludmental.org/
- Línia 024 (conducta suïcida, 24 h) · Emergències 112