

Raport de consiliere expert (AI)

ETP^{duo}

Examinator **Ticu Constantin**

Persoană evaluată **Alius Anonimus, masculin, 28 ani, operator prompter**

Data evaluării **11.04.2023**



Cuprins

1. Descriere inventar
2. Profil sintetic
3. Indicatori de distorsiune a răspunsurilor
4. Sugestii de consiliere
5. Analiză pe factori
6. Indicatori statistici
7. Concluzii finale

1. Descriere inventar

Inventarul de personalitate ETP duo v3 (Constantin & Nicuță, 2022) este un instrument de evaluare a tulburărilor de personalitate pentru care DSM-5 (APA, 2013) propune cinci caracteristici cheie definitorii: 1. *pattern-uri de gândire rigidă, extremă și distorsionată (gândire)*; 2. *pattern-uri de răspunsuri emoționale problematice (afect)*; 3. *dificultăți de control al impulsurilor (comportament)*; 4. *probleme interpersonale semnificative (relaționare)*; 5. frecvent asociate cu diferite grade de suferință subiectivă.

Inventarul ETP duo (Evaluarea Tulburărilor de Personalitate) a fost construit și validat pe populația românească, în dezvoltarea sa urmărindu-se surprinderea unor posibile tulburări de personalitate (dezvoltări dizarmonice ale personalității) din perspectiva a două modele concurente (**duo**) în diagnostic: DSM V. și ICD 10.

Itemii **Inventarului ETP duo** sunt formați din aserțiuni (afirmații) cu două posibile variante de răspuns (Adevărat/ Fals), incluzând și o variantă de răspuns intermediară ("?") pentru cei nehotărâți sau cei care nu se regăsesc în nici una dintre cele două variante dihotomice.

Chestionarul **Inventarului ETP duo** conține 131 de itemi, câte 10 itemi pentru fiecare dintre cele 13 dimensiuni psihologice evaluate (+ două scale de control). 8 dintre acestea vizează tulburări de personalitate similare definite în cele două sisteme de evaluare:

- ☐ tulburarea de personalitate **paranoidă**,
- ☐ tulburarea de personalitate **schizoidă**,
- ☐ tulburarea de personalitate **histrionică**,
- ☐ tulburarea de personalitate **dependentă**,
- ☐ tulburarea de personalitate **borderline**,
- ☐ tulburarea de personalitate **antisocială/ disocială**,
- ☐ tulburarea de personalitate **evitantă / anxioasă**,
- ☐ tulburarea de personalitate **obsesiv-compulsiv/ anankastă**

Sunt evaluate și cele trei tulburări de personalitate care se regăsesc doar în DSM V sau în ICD 10

- ☐ tulburarea de personalitate **narcisistă**(DSM V),
- ☐ tulburarea de personalitate **schizotipală**(DSM V),
- ☐ tulburarea de personalitate **impulsivă** (ICD 10).

Inventarul ETP duo include două scale suplimentare, pentru evaluarea manifestărilor disfuncționale de tip **depresiv** sau **anxios**, indicatori relevanți ai sănătății psihice și echilibrului individual. În plus, instrumentul mai conține **două scale de control**, una pentru evaluarea "răspunsurilor random" și o alta pentru estimarea "potențial disfuncțional /de contaminare" în cazul persoanei evaluate.

În Rapoartele pentru Inventarul de personalitate ETPduo *scorurile mici nu se interpretează, doar scorurile mari*, situate în decilele 9 sau 10, pot fi luate în calcul ca fiind relevante, **semnalând posibile tendințe disfuncționale/ tulburări de personalitate**. Aceste concluzii preliminare trebuie verificate și confirmate prin utilizarea unor metode suplimentare de diagnostic (*interviu clinic semi-structurat cu persoana evaluată, relații ale unor terțe persoane* etc.), reconfirmarea simptomatologiei putându-se realiza după un interval de câteva luni de zile.

Timpu mediu de completare a chestionarului online: 20 minute (între 15 și 25 minute).

Vârsta minimă de la care se poate realiza evaluarea: 14 ani

2. Profil sintetic

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Paranoid/ă

Suspicios(oasă) și cu tendințe interpretative, este ușor de jignit, devenind ostil(ă) în relațiile interpersonale; deseori gelos(oasă) și resentimentară.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Schizoid/ă

Detașat(ă) sau fără inițiativă afectivă în relațiile cu ceilalți, are dificultăți în trăirea și exprimarea emoțiilor; rece sau distant(ă) în relațiile interpersonale.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Antisocial/ă

Nepăsător(oare) față de reguli și normele sociale, are probleme cu legea; manipulativ(ă), minte fără remușcări, trăind după propriile reguli și interese.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Borderline

Instabil(ă), impulsivă, cu atașamente emoționale intense, face eforturi mari de a evita abandonul real sau imaginar; posibile conduite autodestructive.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Histrionic/ă

Dramatic(ă) sau teatral(ă), cu un discurs încărcat emoțional, îi place să fie în centrul atenției, exagerând în relatările și reacțiile sale emoționale

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Dependent/ă

Neajutorat(ă), ezitant(ă), fără inițiativă, simte nevoia să fie aprobat(ă) înaintea luării deciziilor; nu are încredere că se poate descurca singur(ă).

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Evitant/ă

Inhibat(ă) în prezența celorlalți, îi este teamă de evaluarea socială, de a fi judecat(ă) sau criticat(ă) de ceilalți; deseori cu sentimente de inferioritate.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Obsesiv-compulsiv/ă

Perfecționist(ă), și preocupat(ă) de liste, ordine și planificare, este de o conștiințiozitate excesivă, inflexibilă; cu gânduri obsesive sau ritualuri compulsive.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Schizotipal/ă

Excentric(ă), ciudat(ă) și retras(ă), are credințe sau reacții neașteptate, determinate de o percepție particulară, distorsionată asupra realității.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Narcisist/ă

Egocentric(ă), cu nevoia de a fi admirat(a) poate fi seducător(oare) și manipulativ(ă), se folosește de ceilalți pentru a-și atinge obiectivele.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Impulsiv/ă

Nestăpânit(ă), reușește cu greu să își controleze impulsurile, poftele sau emoțiile negative; reacționează impulsiv, fără a se gândi la consecințe.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Anxios/asă

Îngrijorat(ă), tensionat(ă) și nesigur(ă) cu privire la evenimentele viitoare, trăiește stări persistente, excesive și nerealiste de teamă sau neliniște.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Depresiv/ă

Pesimistă sau nefericit(ă), nimic din ceea ce face nu îl/ o mai bucură; viitorul i se pare fără speranță și se simte singur(ă), inutil(ă) și fără sens.

3. Sugestii de consiliere

În urma completării chestionarului ETP^{duo}, prin raportare la dominantele identificate în profilul psihologic, pot fi formulate mai multe sugestii sintetizate mai jos.

Acest adult prezintă trăsături impulsive, schizoidale și antisociale, care au un impact considerabil asupra modului în care gestionează furia și iritabilitatea. Caracteristicile schizoidale indică o tendință de a se retrage emoțional și de a evita interacțiunile sociale, ceea ce poate duce la acumularea tensiunilor interioare și a frustrărilor nerezolvate. Comportamentele antisociale, caracterizate printr-un model persistent de ignorare a regulilor și a drepturilor altora, pot contribui la reacțiile agresive și la manifestările de furie necontrolată. Impulsivitatea, caracterizată prin reacții rapide și necugetate, exacerbează dificultățile în controlul emoțiilor și poate duce la acțiuni periculoase sau regretabile.

OBIECTIVELE INTERVENȚIEI:

Conștientizarea emoțiilor personale:

Vizează dezvoltarea abilității de a recunoaște și a înțelege propriile emoții și declanșatorii acestora. Prin creșterea conștientizării, adultul va putea să anticipeze episoadele de furie și să ia măsuri proactive pentru a le gestiona. Acest obiectiv va implica auto-reflectarea și utilizarea tehnicilor de mindfulness.

Dezvoltarea abilităților de gestionare a impulsivității:

Își propune să ajute adultul să dezvolte strategii de temporizare și auto-control pentru a reduce reacțiile impulsive. Aceste abilități vor include tehnici de stopare și reevaluare, precum și planificarea răspunsurilor la stimuli emoționali.

Îmbunătățirea relațiilor interpersonale:

Scopul acestui obiectiv este să ajute adultul să își dezvolte abilități sociale mai sănătoase și să crească abilitățile empatică. Prin comunicare eficientă și înțelegerea altora, adultul poate reduce frecvența și intensitatea conflictelor interpersonale.

Dezvoltarea rezilienței emoționale:

Aceasta implică creșterea toleranței la stres și a capacității de a face față situațiilor dificile fără a recurge la furie. Se vor introduce tehnici de respirație controlată și relaxare musculară progresivă în cadrul ședințelor de consiliere.

Stabilirea unei rutine de auto-îngrijire:

Acest obiectiv se concentrează pe susținerea unei sănătăți generale prin integrarea unei rutine care să includă exerciții fizice, odihnă adecvată și protecția timpului personal. Prin cooperarea interdisciplinară, puteți recomanda chiar și consultări suplimentare cu un nutriționist sau medic.

PLAN DE OPTIMIZARE:

Faza de Evaluare și Conștientizare:

Scopul acestei etape este de a evalua gradul în care caracteristicile psihologice ale adultului îi afectează viața cotidiană și de a crește conștientizarea asupra declanșatorilor personali ai furiei. Utilizând instrumente validate, cum ar fi interviurile clinice structurate și chestionarele de auto-evaluare, se va crea o bază pentru înțelegerea acestor mecanisme. Este esențial să se creeze un spațiu sigur unde adultul să se simtă acceptat și înțeles fără a fi judecat. Această înțelegere va ajuta la personalizarea intervențiilor și la adaptarea tehnicilor specifice nevoilor sale. Obstacolele pot include reticența în a discuta emoțiile sau lipsa inițială de introspecție, care pot fi abordate prin oferirea continuă de suport empatic. *Tehnica „Jurnalul Emoțiilor”* poate fi folosită pentru a documenta zilnic emoțiile resimțite și evenimentele care au dus la apariția lor. *Mindfulness* implică exerciții practice pentru creșterea prezenței și a conștientizării în momentul prezent, iar *Tehnica de Reevaluare Cognitivă* încurajează reinterpretarea evenimentelor declanșatoare pentru a reduce răspunsurile emoționale negative.

Antrenarea în Tehnici de Respiro și Autofocalizare:

În această fază, se dezvoltă abilități specifice pentru reducerea imediată a tensiunii și ameliorarea impulsivității prin tehnici de respiro și autofocalizare. Metodele validate științific includ trainingul autogen, respirația diafragmatică și relaxarea musculară progresivă. Aceste tehnici nu numai că diminuează stresul imediat, dar și ajută la sporirea auto-controlului pe termen lung. Implementarea acestor tehnici va necesita inițial ședințe ghidate, urmate de practică zilnică individuală, pentru a asigura incluziunea lor în rutina zilnică. Obstacole pot apărea din cauza lipsei de motivație sau dificultatea inițială de a învăța tehnicile corect, care pot fi depășite prin participarea constantă la ședințe și încurajare continuă. *Tehnica de Respirație 4-7-8* presupune inspirația timp de 4 secunde, menținerea respirației pentru 7 secunde și expirația timp de 8 secunde pentru reducerea anxietății. *Exercițiul de Relaxare Musculară Progresivă* ajută la eliberarea tensiunii prin tensionarea și relaxarea treptată a fiecărui grup muscular. *Mindfulness Scanarea corporală* permite observarea atentă a fiecărei părți a corpului pentru a identifica și elibera posibilele tensiuni acumulate.

Dezvoltarea Tehnicilor de Reevaluare Cognitivă:

Aceasta etapă are ca scop conceptualizarea și reevaluarea gândurilor negative care pot contribui la manifestările colerice. Metodele cognitive-comportamentale, cum ar fi restructurarea cognitivă și antrenamentul gândirii critice, sunt esențiale în această etapă. Practicarea acestor metode în cadrul sesiunilor de consiliere poate pregăti adultul pentru a-și gestiona mai bine emoțiile în viața de zi cu zi. Este important să se dezvolte un plan individualizat de auto-reflecție și să se instituie măsuri de feedback regulat pentru a evalua progresul. Pot apărea dificultăți în a reformula gândurile în mod autonom, care pot fi depășite prin discuții continue și modele de gândire alternative oferite de consilier. *Tehnica „Schimbarea Poveștii Interne”* presupune identificarea gândurilor negative automate și înlocuirea lor cu variante mai optimiste. *Tehnica ABCDE a lui Martin Seligman* poate ajuta la identificarea credințelor fundamentale și a modului cum acestea influențează reacțiile emoționale, iar *Ancorele Pozitive* ajută la stabilirea unor puncte de referință emoționale la care adultul poate reveni pentru a rămâne pozitiv și calm.

Îmbunătățirea Abilităților Interpersonale:

Aceasta etapă are în centrul său îmbunătățirea comunicării și interacțiunii cu ceilalți, acționând asupra deficitelor sociale care ar putea intensifica furia. Trainingurile de comunicare asertivă, simulările de scenarii sociale și tehnici de empatie sunt metode validate ce vor fi utilizate în cadrul sesiunilor de grup sau individuale. Scopul este dezvoltarea abilităților de formulare a necesităților personale fără a folosi agresivitatea, precum și cultivarea capacității de a interpreta corect emoțiile și intențiile altora. Workshop-urile și activitățile de grup pot ajuta la consolidarea acestor abilități într-un mediu supravegheat și sigur. Orice reticență față de aceste practici poate fi diminuată prin pași mici și succes gradual în simulări. *Tehnica „Ascultarea Activă”* implică repetarea și parafrizarea a ceea ce interlocutorul spune pentru a demonstra înțelegerea și claritatea. *Exercițiul Jocul de Roluri* permite explorarea diferitelor răspunsuri în situații tensionate și adăugarea unor perspective alternative. *Tehnica DESC* asigură o comunicare clară și directă, acționând asupra modului în care membrii își comunică așteptările și cerințele fără a încuraja reacțiile defensive.

Dezvoltarea unui Sistem de Suport Real:

Prin această etapă, se va pune accent pe construirea și dezvoltarea unui sistem de suport personal, cu implicarea unor persoane de încredere. Participarea la grupuri de suport sau la consiliere de grup poate facilita perspectiva altora și consolidarea abilităților nou învățate. Important este ca adultul să fie încurajat să se conecteze cu ceilalți și să ceară ajutor atunci când se confruntă cu dificultăți. Prin aceasta, se urmărește îmbunătățirea calității vieții și reducerea sentimentului de izolare. Provocările în această etapă includ teama de respingere sau neîncredere, ce pot fi gradual reduse prin construirea încrederii în proprii pași. *Tehnica „Cercul Social”* ajută la identificarea persoanelor de încredere și la recunoașterea importanței unor conexiuni robuste. *Exercițiul „Harta Suportului Personal”* implică vizualizarea oamenilor disponibili pentru suport emoțional și logistic, iar *Construirea de Frazе pentru Sprijin Emoțional* îmbunătățește abilitatea de a cere ajutor într-un mod asertiv.

Practici de Auto-Grijă și Rutine de Relaxare:

Promovarea auto-îngrijirii și a activităților de reducere a stresului este esențială pentru bunăstarea generală. Se recomandă integrarea unor practici de exerciții fizice regulate, meditație zilnică, limitarea consumului de cafeină sau alcool și stabilirea unui program consistent de somn. Metodele validate includ yoga, tai chi, tehnici de relaxare specificate anterior, și participarea la hobby-uri creative pentru a stimula producția de endorfine și eliberarea tensiunii fiziologice. Discuțiile individuale despre importanța acestor rutine și demonstrațiile practice îi pot ajuta pe participanți să înțeleagă beneficiile. Posibile dificultăți pot fi lipsa de timp sau refuzul inițial, ce pot fi minimizate prin ancorarea exemplelor de succes și a rezultatelor pozitive observate. *Tehnica „Calendarul Relaxării”* include timpul alocat

ritualurilor zilnice de relaxare și a planificării lor în avans. *Exercițiul „Somnul Controlat”* prevede crearea unei rutine de somn sănătoasă și a unui ambient propice pentru un somn odihnitor. *Practicarea „Mindful Coloring”* oferă o activitate relaxantă care stimulează creativitatea și eliberarea stresului.

Monitorizare și Ajustare a Planului de Intervenție:

În această etapă, se urmărește evaluarea progresului înregistrat și ajustarea planului conform nevoilor emergente. Acest proces este făcut posibil prin monitorizarea continuă a rezultatelor prin chestionare de feedback și evaluări periodice cu pacienții. Acest lucru permite restructurarea obiectivelor și adaptarea tehnicilor pentru a rămâne pertinente și eficiente. De asemenea, se va mobiliza un sistem de motivare și de evaluare a succesului la intervale regulate. Consilierul va lucra îndeaproape cu adultul pentru a stabili obiective noi și să revizuiască metodele, după cum este necesar. Având în vedere circumstanțele neprevăzute sau eșecuri ocazionale, flexibilitatea este esențială. *Revizuirea „Planului de Acțiune”* presupune sistematizarea obiectivelor și monitorizarea progresului către obiectivele de consiliere specifice. *Tehnica „Ședințelor de Reflecție”* facilitează evaluarea modului în care metodele implementate îmbunătățesc managementul furiei și alegerile comportamentale. *Feedback Constructiv* al activităților desfășurate contribuie la întărirea comportamentului adaptativ și benevolent.

STRATEGII DE LUCRU CU CLIENTUL:

Un aspect cheie în persuadarea și sprijinirea acestui adult în aplicarea planului este de a stabili o alianță terapeutică robustă și benevolentă, centrată pe încredere și colaborare. Practicarea unei comunicări clare și deschise este vitală pentru a sublinia beneficiile tangibile pe care le poate aduce planul la nivel personal și profesional. Împuternicirea adultului prin arătarea succeselor mici și provocarea lui cu obiective atinse crește motivația și angajamentul față de a continua transformarea personală. Ulterior, menținerea unei întâlniri regulate sunt cruciale pentru a sufla suplete în legăturile terapeutice și transparența în evaluarea progresului și domenii care pot necesita ajustare. Abordarea trebuie să fie flexibilă și individualizată, oferind adesea feedback și recunoaștere pentru angajamentul deja afișat și promovarea eforturilor viitoare. Practicarea împreună a tehnicilor și reflectarea asupra implementării lor în viața de zi cu zi facilitează însușirea obiceiurilor sănătoase și a rutinelor constructive. Utilizarea poveștilor de succes similare poate ajuta la construirea încrederii în eficiența acțiunilor și la crearea unei imagini clare asupra rezultatelor dorite. În plus, încurajând păstrarea unui jurnal al drumului personal al dezvoltării ajută la înțelegerea, compasiunea și răbdarea față de sine.

CONCLUZIE:

Implementarea acestui plan de optimizare poate aduce beneficii semnificative acestui adult prin reducerea iritabilității și a reacțiilor de furie, îmbunătățirea relațiilor interpersonale și o mai bună gestionare a impulsivității. Împuternicirea individului să dezvolte conștientizarea de sine și să folosească tehnici validate științific pentru gestionarea emoțiilor, contribuie la o viață mai echilibrată și mai fericită. Exercițiile de auto-îngrijire și activitățile relaxante sporesc bunăstarea fizică și mentală, reducând stresul global. Accesul constant la un sistem solid de sprijin, integrat în viața de zi cu zi, oferă perspective valoroase și rețele de încurajare pe termen lung. De asemenea, planul de susținere excelent adaptabilitatea și ajustarea continuă, după cum este necesar, pentru a asigura alinierea cu obiectivele în schimbare și circumstanțele individuale. În concluzie, această abordare sistematică către gestionarea furiei oferă un drum sustenabil spre transformarea personală și îmbunătățirea integrativă a existenței individuale.

4. Indicatori de distorsiune

Potențial disfuncțional redus

Tendința de a alege puține aserțiuni cu potențial dezadaptativ; în absența unei tulburări de personalitate, nu are caracteristici psihologice care i-ar putea afecta capacitatea de analiză, de adaptare și de integrare socio-profesională.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Răspunsuri random puține

Are tendința de a răspunde atent(ă) și consistent la itemii chestionarului, alegând variantele de răspuns în acord cu propriile credințe.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Potențial disfuncțional ridicat

Tendința de a alege multe aserțiuni auto-descriptive cu potențial dezadaptativ; cumul de caracteristici disfuncționale care pot afecta capacitatea de analiză, de adaptare și de integrare socio-profesională (posibil profil invalid!).

Răspunsuri random multiple

Are tendința de a răspunde neatent(ă) și inconsistent la itemii chestionarului sau de a da răspunsuri la întâmplare.

Trăsături tendințe dezadaptative multiple care pot afecta capacitatea de integrare socioprofesională sau care pot afecta acuratețea răspunsurilor la itemii chestionarului. Posibil PROFIL INVALID! (*Potențial disfuncțional ridicat*)

Are tendința de a răspunde inconsistent la itemii chestionarului sau de a da răspunsuri la întâmplare deformând în sens imprevizibil conținutul profilului final. Posibil PROFIL INVALID! (*Răspunsuri random multiple*)

5. Analiză pe factori

Paranoid(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Paranoid/ă : Suspicios(oasă) în relațiile cu ceilalți, este foarte sensibil(ă) și reactiv(ă) în situații sociale, fiind ușor de supărat/ jignit. Se îndoiește de bunele intenții ale celorlalți și se simte deseori sabotat(ă), jignit(ă) sau atacat(ă) fără motiv de aceștia. Nu poate să uite conflictele, trădările sau ofensele (reale sau imaginare) din trecut, re trăindu-le cu mare intensitate. Are tendința de a interpreta lucruri și de face deseori asocieri care nu reflectă realitatea.

Schizoid(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Schizoid/ă: Detașat(ă) sau rece emoțional, fără inițiativă afectivă în relațiile cu ceilalți, are dificultăți în trăirea și exprimarea emoțiilor. Caută singurătatea, activități solitare și este deseori perceput de ceilalți ca fiind rece și detașat(ă) în relațiile interpersonale. Rațional(ă), indiferent(ă) la critici și laude, acordă mai mult timp, este preocupat(ă) sau pasionat(ă) mai mult de idei metafizice sau de tehnică decât de oameni.

Antisocial(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Antisocial/ă: Nepăsător(oare) față de reguli și normele sociale, se simte provocat de acestea sau consideră că regulile sunt făcute pentru a fi încălcate. Are deseori probleme cu legea sau responsabilităților sociale, trăind după propriile reguli și interese. Manipulativ(ă), minte fără remușcări, blamează pe alții sau oferă raționalizări plauzibile actelor sale reprobabile. Este o fire conflictuală și își pierde des controlul, putând deveni agresiv/ă fizic și verbal.

Borderline

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Borderline: Instabil(ă) emoțional și impulsiv(ă), trăiește frecvent relații interpersonale intense afectiv, oscilând între idealizare și devalorizare. Face eforturi mari de a evita abandonul real sau imaginar iar în momentul când se simte respins(ă) intră în panică, devine agresivă sau evadează în conduite riscante, autodestructive. Cu o imagine instabilă de sine, trăiește sentimente cronice de vid sau are impulsuri auto-mutilare.

Histrionic(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Histrionic/ă: Dramatic(ă) sau teatral(ă), cu un discurs puternic încărcat emoțional, simte nevoia de a-i impresiona pe ceilalți. Îi place să fie în centrul atenției, să îi surprindă cu povestiri pline de dramatism, apariții inedite sau conduite seducătoare. Exagerează în relatările și reacțiile sale emoționale, jucând frecvent rol de "erou" sau de "victimă". Sugestionabil(ă), dependent(ă) de atenția celorlalți, se simte frustrat(ă) dacă aceștia nu îl/o apreciază.

Dependent(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Dependent/ă: Neajutorat(ă), fără inițiativă, simte nevoia să fie aprobat(ă) înaintea luării oricărei decizii sau preferă ca ceilalți să ia deciziile curente. Cu stimă de sine redusă, se simte depășit(ă) de solicitările vieții și nu are încredere că se poate descurca singur(ă). Din teama de a nu rămâne singur(ă) adoptă un comportament submisiv sau poate suporta tratamente umilitoare din partea celorlalți.

Evitant(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Evitant/ă: Inhibat(ă) în prezența celorlalți, îi este teamă de evaluarea socială, de a fi judecat(ă) sau criticat(ă) de aceștia. Evită implicarea în activități care ar presupune coordonarea grupului sau validarea primită din partea celorlalți. Vorbitul în public sau persoanele și situațiile noi îi declanșează anxietatea și comportamentul defensiv. Se desconsideră și se simte inferior(oară), atunci când se raportează la ceilalți.

Obsesiv-compulsiv(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Obsesiv-compulsiv/ă: Perfecționist(ă), rigid(ă) și preocupat(ă) de liste, ordine și planificare, este total devotat muncii sale sau familiei, neglijându-și deseori viața personală. Cu o conștiinciozitate excesivă, poate fi încăpățânat(ă) și inflexibil în idei și atitudini. Îngrijorat(ă) cu privire la viitor, face economii și îi este greu să renunțe la obiectele uzate, indiferent de importanța lor. Cu frecvente gânduri obsesive sau chiar cu ritualuri compulsive.

Schizotipal(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Schizotipal/ă: Excentric(ă), are conduite percepute de ceilalți ca fiind bizare sau reacții insolite determinate de o percepție particulară, distorsionată asupra realității. Cu ciudățenii limbaj și gândire magică, are convingeri oculte sau crede în forțe paranormale. Se simte diferit(ă) de ceilalți și că nu este înțeles(easă) de cei din jur. Nu-și împărtășește emoțiile și sentimentele și nu se simte în largul său în preajma mai multor persoane.

Narcisist(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Narcisist/ă: Egocentric(ă), uneori arogant(ă), este convins(ă) că este o persoană importantă, specială, cu calități deosebite și că merită un tratament privilegiat. Seducător(oare) și manipulativ(ă) și se folosește de ceilalți pentru a-și atinge propriile obiective. Caută admirația și recunoașterea din partea celorlalți și se asociază cu persoane "prețioase". Este atras(ă) de lucrurile extravagante și scumpe și dă dovadă de aroganță în relațiile interpersonale cu persoane considerate "inferioare".

Impulsiv(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Impulsiv/ă: Nestăpănit(ă) și reactiv(ă) în relațiile interpersonale, reușește cu greu să își controleze impulsurile sau emoțiile negative. Trăiește cu multă intensitate și reacționează emoțional și la cele mai banale întâmplări, provocări sau probleme și se înfurie ușor atunci când este contrazis(ă). Intră ușor în conflicte cu cei din jur iar în momentele de furie, simte nevoia să trântască sau să lovească ceva. Poate fi ușor de implicat în certuri, altercații sau bătăi.

Anxios(oasă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Anxios/osă: Îngrijorat(ă), tensionat(ă) și nesigur(ă) cu privire la evenimentele viitoare, nu se poate relaxa pentru că mereu se așteaptă să se întâmple ceva rău. Grijile îi pot distrage atenția de la ceea ce are de făcut, nu se poate concentra sau are probleme cu somnul. Îngrijorările constante îi consumă energia, îl/ o obosesc, îi creează o stare permanentă de tensiune, agitație și probleme cu cei din jur.

Depresiv(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Depresiv/ă: Pesimistă, nefericit(ă) sau tristă fără un motiv concret, nimic din ceea ce face nu îl/ o mai bucură. Cu un nivel scăzut de energie, are dificultăți de concentrare și probleme cu somnul. Viitorul i se pare fără speranță și se simte singur(ă), considerându-se frecvent inutil(ă) și fără sens. Demoralizat(ă), poate avea ideatie suicidară și poate trăi cu intensitate sentimente de vinovăție față de trecut.

7. Concluzii finale

De redactat de către psiholog pe baza concluziilor parțiale.

Data: marți, 11 aprilie 2023

Psiholog/Consilier: