

Unidad de Trastornos de la Personalidad

Psicoeducación para familiares de adolescentes y jóvenes adultos con funcionamiento inestable.

LA ADOLESCENCIA se caracteriza por ser un periodo evolutivo de importantes transformaciones que afectan al cuerpo, la mente y la conducta. La separación que tiene que realizar el adolescente de su núcleo familiar para poder individualizarse y formar parte de la sociedad, como individuo autónomo e independiente, no siempre resulta fácil. Existen menores que en este pasaje evolutivo de riesgo pueden experimentar lo que algunos autores han denominado “reacción de ajuste de la adolescencia” (Kernberg, 1979) y/o presentar un funcionamiento mental borderline (Cancrini, 2007), caracterizado por los siguientes patrones de conducta:

- **Caos interpersonal:** tendencia a establecer relaciones personales muy intensas, caóticas y llenas de dificultades, que pueden conducir al aislamiento social.
- **Inestabilidad emocional:** respuestas emocionales muy intensas y rápidamente cambiantes. Tendencia a tener problemas con la ira, así como episodios de depresión y ansiedad.
- **Impulsividad:** conductas impulsivas problemáticas, como intentos de herirse o matarse, vómitos, consumos de tóxicos, conductas sexuales promiscuas...
- **Confusión acerca del yo y desregulación cognitiva:** tendencia a experimentar sentimientos de vacío y confusión sobre quién es uno mismo.

En algunos casos, este patrón de funcionamiento puede dejar totalmente paralizado al individuo, presentado grandes dificultades para responsabilizarse y hacerse cargo de sus proyectos de vida. Esto conlleva un alto sufrimiento personal y familiar, ya que la mayoría de las familias se muestran muy confusas ante la situación y con importantes sentimientos de impotencia al no saber cómo ayudarles. El mantenimiento de esta problemática en el tiempo suele generar un empeoramiento de las relaciones familiares.

Unidad de Trastornos de la Personalidad

LOS OBJETIVOS de la psicoeducación son:

1. Dotar a las familias de conocimientos que les permitan entender mejor la situación en la que se encuentra su familiar.
2. Dotar a los familiares de herramientas útiles para manejar situaciones complejas y ofrecerles técnicas específicas de autocuidado personal. Todos estos componentes resultan cruciales para favorecer el cambio y el mejor funcionamiento de su ser querido.

LOS CONTENIDOS A TRABAJAR

Sesión 1. Presentación del programa. ¿Cómo entender el sufrimiento de nuestro adolescente y joven adulto?

Sesión 2. ¿Cómo se construye la personalidad?. Características de la personalidad sana y patológica.

Sesión 3. Crisis de ajuste de la adolescencia y funcionamiento inestable. Tratamientos que funcionan.

Sesión 4. Mejorar la autorregulación de la familia: introducción al mindfulness.

Sesión 5. Autocuidados para la familia (I): mejorar la propia vida.

Sesión 6. Autocuidados para la familia (II): mejorar la propia vida.

Sesión 7. Mejorar la relación (I): aprender a validar.

Sesión 8. Mejorar la relación (II): aprender a limitar.

Sesión 9. Mejorar la relación (III): manejar las crisis.

Sesión 10. Valoración y cierre de grupo.



C/ Iturrama, 7 entreplanta
31007 Pamplona (Navarra)
Telf. 948 26 65 11 Fax 948 26 66 50
e-mail: info@fundacionargibide.com

Unidad de Trastornos de la Personalidad

FORMATO

Este trabajo se realiza en forma de grupo psicoeducativo cerrado, con la participación de entre 8 y 10 familias y dos conductores de grupo, que se reúnen una vez por semana en sesiones de aproximadamente 2 horas de duración.