

**Isidoro Martín Martín**

Psicólogo y Sexólogo Clínico

Miembro de la Asociación Española de Sexología Clínica

Burgos

**ASPECTOS QUE PUEDEN SER ÚTILES EN EL ABORDAJE INDIVIDUAL Y FAMILIAR DEL TRASTORNO LÍMITE DE PERSONALIDAD**

1. Ser extremadamente cautos, adaptarnos al paciente
2. Respetar las limitaciones y el ritmo de evolución de los pacientes y de sus familiares
3. Normalizar sin invalidar
4. Evitar las comparaciones
5. No transmitir nuestras dudas
6. Escuchar, permitir que el paciente exponga sus quejas
7. Dar *feedback*, no limitarse a escuchar
8. Mantener la calma y no tomarse las actitudes del paciente de forma personal
9. Evitar las escaladas
10. Huir del contagio emocional
11. No fiarse de lo aparente
12. No anticiparse
13. Clarificar aspectos que no entendemos
14. Conocer las dificultades habituales a las que se enfrentan las personas con este diagnóstico
15. Creer en la mejoría del paciente
16. Motivarle, transmitir optimismo y confianza
17. No perder la perspectiva, el tratamiento puede ser a largo plazo
18. Revisar las prioridades según la situación en la que se encuentre el paciente
19. Ejercer de memoria cuando el paciente o sus familiares tienen dudas
20. Recordar que las emociones son transitorias
21. Seguir un orden de trabajo
22. Seguir una estructura en el proceso terapéutico
23. Enfoque multidisciplinar
24. Adaptar las técnicas al paciente, no intentar encajar al paciente en las técnicas
25. Dar información de forma gradual
26. Recurrir a ejemplos que permitan al paciente y a sus familiares asimilar la teoría

Resumiendo, es fundamental adaptarnos a cada caso y cada situación y facilitar estrategias que permitan (tanto al paciente como a sus familiares) manejar mejor las situaciones (cotidianas y críticas); para esto es muy importante pedir opinión al paciente, ayudarlo a sentirse parte del equipo de trabajo, no simplemente alguien al que “hay que curar”, y sobre todo atribuirle el control, ayudarlo a centrarse en lo que depende de él y no tanto en lo que depende de los demás.

*(Trastorno límite de personalidad: Profundizando en el caos. Dolores Mosquera)*