

## ¿QUÉ ES EL TRASTORNO LÍMITE DE LA PERSONALIDAD?

El trastorno límite de la personalidad (TLP) es un patrón dominante de inestabilidad de las relaciones interpersonales, de la autoimagen y de los afectos, e impulsividad intensa, que comienza en las primeras etapas de la edad adulta y está presente en diversos contextos.

Los posibles problemas incluyen inestabilidad afectiva (e intensidad emocional), relaciones interpersonales caóticas, impulsividad, alteración de la identidad, autolesiones, comportamientos o actitudes de suicidio, miedo al abandono y sensación de vacío.

Con apoyo y tratamientos eficaces, las investigaciones sugieren que la mayoría de las personas con TLP pueden progresar favorablemente con importantes mejoras en una variedad amplia de áreas problemáticas hasta en un año de tratamiento. Incluso muchos casos dejan de cumplir criterios para el TLP.

Investigaciones similares sugieren que, con ayuda, los familiares de personas con TLP presentan reducciones significativas en carga emocional, como también un aumento en el sentido de dominio de la situación y en la satisfacción familiar.

## ¿CÓMO PUEDO PARTICIPAR EN FAMILY CONNECTIONS?

### Grupos de tratamiento impartidos por:

- Profesores de la Universidad de Valencia (UV) y la Universidad Jaime I de Castellón (UJI), todos ellos, miembros del Grupo de Investigación LABPSITEC.

Síguenos en:



## VÍNCULOS FAMILIARES

(Family Connections™)

labpsitec

LABORATORIO DE PSICOLOGÍA Y TECNOLOGÍA



UNIVERSITAT  
JAUME I



UNIVERSITAT  
DE VALÈNCIA



## VÍNCULOS FAMILIARES (Family Connections™)

Este programa de 12 semanas de duración, está dirigido a familiares de personas que tienen TLP. Los objetivos fundamentales son: proporcionar información actualizada, enseñar diversas habilidades para conseguir un mejor manejo del problema y ofrecer la oportunidad de desarrollar una red de apoyo.

El programa ha sido diseñado por **Alan. Fruzzetti, PhD** de McLean Hospital Harvard Medical School y **Perry. Hoffman, PhD**, President of National Education Alliance for Borderline Personality Disorder, ambos son expertos en TLP y figuras de reconocido prestigio en la materia. Las sesiones se ofrecen en un escenario comunitario y está dirigido por profesionales de la salud.

Hasta el momento, el programa “Family Connections”, cuenta con cinco estudios controlados que muestran que los familiares se benefician significativamente en disminución del dolor emocional, disminución del burnout, reducción de la ansiedad y la depresión y aumento de estrategias de dominio y empoderamiento.

## ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

El contenido del programa se desarrolló por un equipo que incluye clínicos, investigadores y familiares. Las sesiones del programa permiten que los participantes obtengan información, así como la oportunidad de practicar las habilidades en un espacio confidencial y de apoyo.

El programa combina la experiencia de la vida real, y las necesidades de estas familias, con el conocimiento de más de tres décadas de trabajo profesional con familias.

## CONTENIDO DEL CURSO

- Educación e investigación sobre el TLP.
- Entrenamiento en habilidades basado en la Terapia Dialéctica Conductual en plena conciencia de las relaciones, comunicación efectiva y validación.
- Aplicación y práctica de habilidades.
- Desarrollo de una red de apoyo.

## ¿ESTE PROGRAMA ES PARA TI?

- Soy un familiar, compañero/a o cónyuge, cuidador/a o amigo/a de una persona que está luchando con el TLP.
- Quiero mejorar mis relaciones.
- Estoy dispuesto/a a considerar cómo mi propia conducta impacta en mis relaciones.
- Estoy dispuesto/a a intentar utilizar habilidades nuevas a pesar de que me va a resultar incómodo en un principio.
- Estoy dispuesto/a a asistir a todas las sesiones.
- Estoy dispuesto/a a participar de lleno en las sesiones y a practicar lo que he aprendido.
- Quiero tener el conocimiento y las herramientas para crear una mejor vida.

## COMENTARIOS DE PARTICIPANTES

*“Ya no me siento tan sola”*

*“Ahora sé cómo manejar una crisis”*

*“El compartir y solucionar problemas realmente me ayudan a manejar el dolor”*

*“Es bueno contar con una red de apoyo”*

*“Me gusta practicar las habilidades y luego notar la diferencia que hace el utilizarlas”*