



## Unidad terapéutica 10: Autoestima

### Hoja de trabajo 10.1. Psicosis y autoestima

Durante la psicosis, uno experimenta una gran variedad de emociones diferentes. Por favor, marca los síntomas apropiados (múltiples ejemplos son posibles).

<b>Efectos negativos de la psicosis en la autoestima o estado de ánimo (humor)</b>	<b>Efectos positivos <u>a corto plazo</u> de la psicosis en la autoestima (estado de ánimo)</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>○ durante la psicosis: experiencias de amenaza y miedo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ durante la psicosis: descarga de adrenalina, excitación, "al fin algo sucede"</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>○ durante la psicosis: oír voces insultantes. Uno se siente desvalorizado y ofendido</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ durante la psicosis: oír voces halagadoras y reafirmantes. Menor sentimientos e soledad</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>○ después de la psicosis: sentimientos de vergüenza, el futuro parece oscuro (ej. abandonado por familiares y amigos)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ durante la psicosis: sentimientos de importancia, talento, poder (enemigos importantes) y un destino que cumplir</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>○ otros:</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ otros:</li></ul>