



Unidad Terapéutica 11: Vivir con Psicosis y Prevención de Recaídas

Hoja de trabajo 11.1. Comunicar el trastorno – pros y contras

¿En qué situación tendría sentido hablar a los demás de tu trastorno?

¿En qué situaciones sería inconveniente hablarles a los demás de tu trastorno?

Piensa en una situación/persona en particular que recientemente te haya hecho pensar en si podrías hablarle acerca de tu trastorno: _____

Pros (¿En qué podría ayudar el hablarle a esa persona acerca de tu trastorno?):

Contras (¿Qué podría ser contraproducente de hablarle a la persona acerca tu trastorno?):

Si decides hablar sobre él, ¿qué quieres tener en cuenta durante la conversación?