



У меня пограничное
расстройство личности

чувствительность

Конфликтность и испорченные отношения с близкими

«Каша» из мыслей в голове

Боль при расставании

Нарушение границ и пространство другого человека



Тяжелые переживания стресса

Резкие перемены настроения и желаний

одиночество

Желание причинить себе вред

Злость и ярость

Спасательный круг



Грамотная психотерапия !!!

- 1.Диалектико-поведенческая терапия**
- 2.Когнитивно-поведенческая терапия**
- 3.Психоанализ**



Пограничное расстройство личности даёт
мне возможности:
-Лучше узнать себя
-Заботиться о себе
-Развиваться
-Увидеть свои слабости и превратить их в
силу
-Восхищаться собой

Хммм , оказывается, не так всё и плохо!!!

Спасибо
за
внимание!

