



LOS ESQUEMAS DESADAPTATIVOS TEMPRANOS **(EDT) - II - ITEP**

DOMINIO II: AUTONOMÍA Y RENDIMIENTO DAÑADOS

Expectativas sobre uno mismo y el entorno que interfieren en la capacidad percibida de separarse, sobrevivir, funcionar de manera independiente o actuar con éxito.

Este dominio suele ser el «Motor silencioso» que subyace al **Trastorno de Ansiedad Generalizada (TAG)** y a las crisis depresivas del **Trastorno Bipolar**. Cuando una persona carece de un sentido de «autoeficacia», el mundo se percibe como una amenaza constante.

LOS 4 ESQUEMAS DE AUTONOMÍA

1. **Dependencia/Incompetencia:** La creencia de que uno es incapaz de manejar las responsabilidades cotidianas (p. ej., Administrar el dinero, resolver problemas) sin una ayuda significativa de los demás.
2. **Vulnerabilidad al daño o la enfermedad:** Un miedo exagerado a que se produzca una catástrofe inminente (Médica, financiera o ambiental) y a que uno sea incapaz de prevenirla. Este es un rasgo característico del **Trastorno de Pánico** y la **Ansiedad por la Salud**.
3. **Enmarañamiento/Yo subdesarrollado:** Excesiva cercanía emocional con personas significativas (Por lo general, los padres) a costa de una individualización plena. El individuo siente que no puede sobrevivir ni ser feliz sin el apoyo constante del otro.
4. **Fracaso:** La creencia de que uno ha fracasado, fracasará inevitablemente o es fundamentalmente incompetente en comparación con sus pares en áreas de logro (Escuela, carrera, deportes).