



# Kartläggning: Mina symtom

---

## Varför?

Du känner igen dina egna symtom, som kan vara förknippade med instabilitet.

## Hur?

Här är en lista på de vanligaste symtomen i emotionell instabil personlighetsstörning. Välj de alternativ som du känner igen hos dig själv.

---

## Symtom

- Fallenhet för att agera impulsivt
- Fallenhet för att agera stridslystet
- Benägenhet till vredesutbrott eller våld
- Svårighet att upprätthålla en verksamhet eller handling som inte ger omedelbar tillfredsställelse
- Instabil sinnesstämning
- Osäker självbild
- Fallenhet för intensiva och instabila mänskliga relationer
- Att överdrivet undvika att bli övergiven
- Upprepat självskadebeteende eller hot om detta
- En ständig känsla av tomhet