

Personlighetsforstyrrelser

- og hvordan relasjoner
og fellesskap kan bli utfordret.

SAHA helsekongress 17.11.19

Heidi Ranvik Jensen,
psykiater



Personlighet

- ◆ Personlighet er den komplekse organiseringen av tenkning, følelser og atferd som gir retning og mønster (sammenheng) til en persons liv. På samme måte som kroppen består personligheten av både strukturer og prosesser og reflekterer både natur (gener) og kultur (erfaring). I tillegg inkluderer personlighet virkninger av fortiden, inkludert minner om fortiden, så vel som oppfatninger om nåtiden og fremtiden.

Karterud, Wilberg, Urnes, 2017

Selvet

- ◆ Selvet er mer enn personligheten (jfr. tendens til å reagere på spesielle måter i gitte situasjoner) - inkluderer også det lekende og kreative, så vel som det vurderende og velgende jeget som har muligheter for å overskride vanemessige tilbøyeligheter.
- ◆ Selvet inkluderer også frihet, valg og ansvar.
- ◆ I tillegg vil personen som helhet også romme indre forestillinger (representasjoner) av andre.

Modell for personlighet

- ◆ Temperament
- ◆ Attachment (Tilknytning)
- ◆ Mentalisering

Temperament

Sky, innadvendt - Utadvendt

Følsom - Usårbar

Engstelig - Fryktløs

Emosjonelt flat - Emosjonelt intens

Passiv - Aggressiv

- ◆ Temperament – i stor grad medfødt? Emosjonell reaktivitet - knyttet til primære emosjonssystemer.

7 primære emosjonssystemer

🔹 Søking

🔹 Frykt

🔹 Sinne

🔹 Lyst

🔹 Omsorg (kjærlighet)

🔹 Lek (glede)

🔹 Separasjonsangst

(Panksepp, 2012)

Tilknytning

- ◆ Biologisk betinget følelsesmessig bånd til omsorgsgiver
- ◆ For å sikre beskyttelse mot fare – det utrygge barnet søker nærhet til en annen person.
- ◆ Skaper indre arbeidsmodeller, som vi bringer med oss videre i senere relasjoner.
- ◆ Tilknytning – sørger for omgivelser som utvikler barnets evne til å forstå mentale tilstander i seg selv og andre. (Fonagy, Gergely, Jurist & Target, 2002)

Tilknytningsteori

John Bowlby (1907-1990)

Mary Ainsworth (1913-1999)

Tilknytningsstiler:

- ◆ Trygg
- ◆ Utrygg/unnvikende
- ◆ Utrygg/Ambivalent
- ◆ Disorganisert (Main & Solomon, 1986)

Tilknytningsstiler hos voksne

B - Trygt/autonomt

A Utrygt, distanserende

- ◆ kognitivt dominert
- ◆ Avviser selvet
- ◆ Opptatt av andre
- ◆ Unngår/forvrenger negative emosjoner
- ◆ Minimerer/skjuler problemer
- ◆ Distanserer seg fra fortiden

C Utrygt, overinvolverte

- ◆ emosjonelt dominert
- ◆ avviser andre
- ◆ opptatt av seg selv
- ◆ overdriver negative emosjoner
- ◆ maksimerer/dramatiserer problemer
- ◆ oppholder seg med fortiden

Mentalisering

- ◆ Et samlebegrep om implisitt og eksplisitt å fortolke andres handlinger som meningsfulle ytringer av indre liv.
- ◆ Evnen til å forstå sine egne og andres følelser, tanker og motiver.
- ◆ Spiller en nøkkelrolle i organisering av selvet, og i utvikling av affektregulering.

(Fonagy, Gergely, Jurist & Target, 2002)

Utviklingsmessige stadier

- ◆ **Psykisk ekvivalens** – indre og ytre realitet er like
- ◆ **Forestillings modus** – frakopling av indre realitet fra ytre realitet
- ◆ **Refleksivt modus** – kunne ta i betraktning forholdet mellom indre og ytre realitet - tanker og følelser erfart som representasjoner

(Skårderud, F., Sommerfelt, B. 2008)

Nedsatt mentaliseringsevne

- ◆ **Psykisk ekvivalens:** Fortolker verden utelukkende ut fra egne fordommer og er påståelige om at verden ER slik vi opplever den, og at andre perspektiver på verden er ugyldige.
- ◆ **Forestillingsmodus (pseudomentalisering):** For dårlig virkelighetsforankring. Tomme ord, klisjéer, løsrevet fra følelser. Tendens til å uttale seg skråsikkert om andres erfaringer (undersøker ikke hva den andre faktisk har opplevd). Antakelsene blir lite treffsikre, selektive, og farget av selvopptatthet.

Hva er en personlighetsforstyrrelse?

- ◆ Dersom personligheten over tid avviker betydelig fra hva man forventer i en gitt kultur.
- ◆ I tillegg medfører ubehag eller nedsatt funksjon i sosiale, yrkesmessige eller andre viktige funksjonsområder – i omfang som er av klinisk betydning.
- ◆ Infleksibelt mønster som er framtrædende i et bredt område av personlige og sosiale situasjoner, og som kan spores tilbake til senest i ungdom/tidlig voksen alder.
- ◆ 10-12% av befolkningen oppfyller kriterier for en personlighetsforstyrrelse (Karterud, Wilberg, Urnes, 2017)

Hva innebærer det?

- 💧 Vansker med å regulere egne følelser - f.eks. raske følelsesmessige svingninger, intense følelser. Eller følelser blir diffuse, ikke god nok bevissthet om og kontakt med dem.
- 💧 Vansker med selvfølelse – dårlig eller svingende selvfølelse.
- 💧 Vansker med impuls kontroll, avvikende atferd.

Hva innebærer det?

- ◆ Svekket mentaliserende evne:
- ◆ dvs. bevissthet om egne tanker, følelser og handlinger og forståelse av hvordan disse virker inn på andre.
- ◆ å kunne sette seg i den andres sted, og forstå hvilke intensjoner som ligger til grunn for den andres atferd (f.eks. empatisvikt, feilfortolkninger).

Hvorfor får noen en personlighetsforstyrrelse?

- ◆ Generelt: kombinasjon av gener og miljø/erfaringer.
- ◆ Noen typer erfaringer disponerer i større grad: Tidlig omsorgssvikt, traumatiske erfaringer som f.eks. seksuelle overgrep, eller en oppvekst preget av konflikt og vold (psykisk eller fysisk).
- ◆ Utrygge tidlige tilknytningserfaringer – mer sårbar for utvikling av PF

Personlighetsforstyrrelser – kategorier (DSM IV)

Cluster A

- ◆ Paranoid
- ◆ Schizoid
- ◆ Schizotyp

Cluster B

- ◆ Histrionisk
- ◆ Borderline
- ◆ Narsissistisk
- ◆ Antisosial

Cluster C

- ◆ Unnvikende
- ◆ Avhengig
- ◆ Tvangspreget

Emosjonelt ustabil PF (borderline)

- ◆ Overfølsomhet for avvisning, blir desperat hvis noen en bryr seg om, kan komme til å forlate en.
- ◆ Mønster med ustabile og intense mellommenneskelige forhold, veksler mellom idealisering og devaluering.
- ◆ Ustabilt selvbylde, indre tomhetsfølelse.
- ◆ Impulsivitet, selvskading, selvmordstrusler.
- ◆ Humørsvingninger, sinneutbrudd. Ved stress på utsiden av seg selv, eller økt mistenksom.

Narsissistisk PF

- ◆ Grandiositet (i fantasi eller atferd)
- ◆ Tror at han/hun er spesiell, svært få mennesker verdt deres tid og oppmerksomhet.
- ◆ Krever overdreven beundring.
- ◆ Har følelse av å være særlig berettiget.
- ◆ Utnyttende i mellommenneskelige forhold.
- ◆ Mangler empati.
- ◆ Ofte misunnelig på andre, tror andre er misunnelige på dem.
- ◆ Viser arrogant atferd.

Antisocial PF

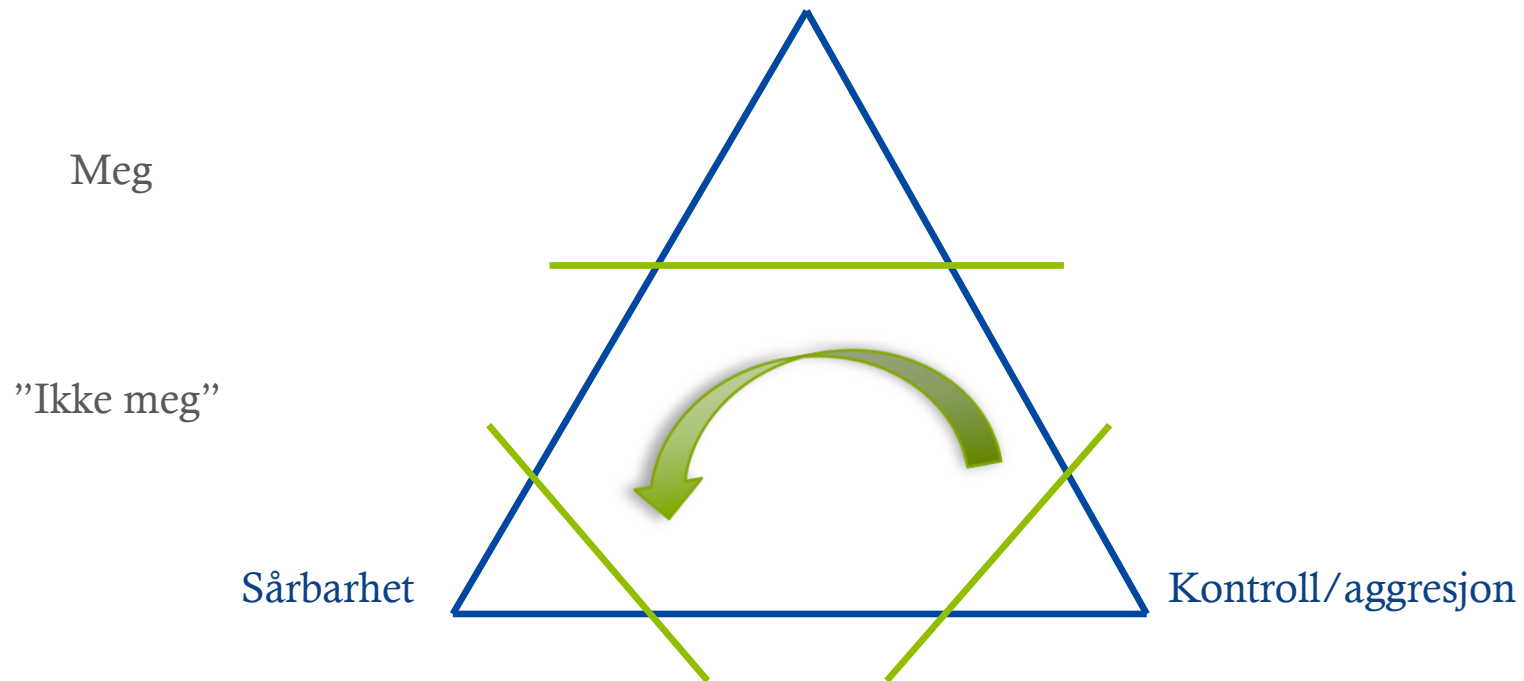
- ◆ Vedvarende mønster av ringeakt for og krenkelse av andres rettigheter som har vedvart siden 15 års alder.
- ◆ Ute av stand til å følge sosiale normer for lovlydig atferd, skyldig i handlinger som danner grunnlag for arrestasjoner.
- ◆ Løgnaktighet, lurer andre, uansvarlighet, klarer ikke stå i jobb.
- ◆ Aggressive handlinger mot mennesker eller dyr, ringeakt for andres sikkerhet
- ◆ Manglende anger, osv.

Borderline - dynamikk

- ◆ Splitting - det gode og det onde, idealisering/devaluering
- ◆ Projeksjon: Emosjonelt materiale som ikke kan rommes (for eksempel aggresjon, seksualitet) legges ut på den andre.

Traumetrianglet (Nijenhuis, 2015)

Ignorere, gå videre med dagligliv



Traumetrianglet – feller

- ◆ Involverte rundt personen kan lett ta ulike posisjoner. Kampen inni personen flytter seg ut og blir en kamp mellom de som står rundt.
- ◆ 3 posisjoner en kan ta som blir uheldig: Alliere seg for mye med det sympatiske/sårbare i personen (empati-fella), alliere seg med dagliglivsside (ignorere problemene), eller alliere seg med kontrollsiden (uempatisk grensesetting, du bare manipulerer, osv.)
- ◆ Sunn relasjonell holdning – forholde seg til hele personen.

Hva bør en være obs. på?

- ◆ Personer med narsissistiske og antisosiale trekk kan bryte ned mennesker psykisk/fysisk.
- ◆ Forskjell på hvordan personen framstår i ulike sammenhenger – den som rammes blir alene med sine erfaringer, skambelagt.
- ◆ Narsissisten – dukker den som er nederst på rangstigen, men kan være ”god” med dem rett under seg, så lenge de aksepterer hans posisjon øverst i den sosiale rangen.
- ◆ Ta med historikk – ofte manglende samsvar mellom ord og gjerninger.
- ◆ Psykopati – kom deg vekk!

Manipulering

- ◆ Veltalende. Bruker de rette ordene til rett tid.
- ◆ Presenterer seg som under- eller overlegen (den man skal synes synd på eller framstiller seg som bedre enn.)
- ◆ Bruke frykt som virkemiddel (true med konsekvenser om man handler slik eller slik).
- ◆ Avledningsmanøver: sverte den som manipuleres, så ikke egne handlinger legges merke til.
- ◆ Går etter offerets svake punkter, behov, interesser, ønsker, mangler. Appellerer til det emosjonelle, reduserer offerets dømmekraft, man tror lettere på manipulator.

(Nordhelle, 2009)

Identifikasjon med aggressor

- ◆ Vold etterfulgt av omsorg skaper sterke bindinger mellom offer og overgriper.
- ◆ Hjernen i overlevelses-modus.
- ◆ Skam, forvirring, skyldfølelse, nedbrutt selvfølelse. Klarer ikke stole på egne vurderinger. Kan bli identifisert med overgriperens perspektiv.
- ◆ ”Stockholm” syndromet.

I fellesskapet

- ◆ Prøv å oppretthold mest mulig ”sunn” relasjonell væremåte – lytt til magefølelse og ta vare på grenser!
- ◆ Bruk din stemme, slik at personer med slike forstyrrelser ikke havner i lederposisjon eller sentrale styreverv.
- ◆ Ikke ta opp kampen alene mot personer med antisosial/narsissistisk forstyrrelse – kan være ”knusende”.
- ◆ Pga. manipulerende evner, tar tid før mange nok ”ser” avvik, og man kan sette opp en ”vegg” sammen (grenser/konsekvenser).

I fellesskapet

- ◆ Hvordan ”ser” og ivaretar vi personer som blir rammet?
- ◆ Hvordan vurderer vi maktforhold?
- ◆ Hvordan håndterer vi saker i menighet, så reparerende prosesser blir mulig? Hvem er berørt av denne saken?
- ◆ Strategier på kort og lang sikt – hva bør en tenke gjennom?
- ◆ Gjennom kristen ”snillisme” – legger vi i virkeligheten tunge bærer på de som er rammet, mens de ansvarlige slipper unna?

Kol. 3,12-14

- ◆ *”Dere er Guds utvalgte, helliget og elsket av ham. Kle dere derfor i inderlig medfølelse og vær gode, milde, ydmyke og tålmodige, så dere bærer over med hverandre og tilgir hverandre hvis den ene har noe å bebreide den andre. Som Herren har tilgitt dere, skal dere tilgi hverandre. Og over alt dette: Kle dere i kjærlighet, som er båndet som binder sammen og gjør fullkommen.”*

Referanser

- ◆ Fonagy, Gergely, Jurist & Target (2002). Affect regulation. Mentalization and the Development of the Self. New York: Other Press.
- ◆ Karterud, Sigmund (2017). Personlighet. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- ◆ Karterud, S., Wilberg, Th., Urnes, Ø. (2017). Personlighetspsykiatri, 2. utgave. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- ◆ Karterud, S., Urnes, Ø., Pedersen, G.(red.,2001). Personlighetsforstyrrelser. Forståelse, evaluering, kombinert gruppebehandling. Oslo: Pax forlag.
- ◆ Main, M. & Solomon, J. (1986). Discovery of a new insecure-disorganized/ disoriented attachment pattern. In M.Yogman & T.B. Brazelton (Eds.), Affective development in infancy (pp. 95-124). Norwood, NJ: Ablex.
- ◆ Nijenhuis, E. (2015). The Trinity of Trauma: Ignorance, Fragility and Control: The evolving concepts of trauma/The concepts and facts of dissociation in trauma. Vandenhoeck & Rupprecht.

Referanser

- ◆ Nordhelle, G. (2009). Manipulasjon. Forståelse og håndtering. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- ◆ Panksepp, J., Biven, L. (2012). The Archaeology of Mind. Neuroevolutionary Origins of Human Emotions. New York: W.W. Norton & Company.
- ◆ Powell, B., Cooper, G., Hoffman, K., Marvin, B. (2015). Trygghets sirkelen – en tilknytningsbasert intervensjon. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- ◆ Skårderud, F., Sommerfeldt, S. Mentalisering – et nytt teoretisk og terapeutisk begrep. Tidsskrift Nor Legeforen 2008; 128: 1066-9
- ◆ Young, J. & Klosko, J. (1993). Gjenvinn livet ditt – hvordan du kan bryte ut av negative mønstre og ha det bra med deg selv igjen. Oslo: Stiftelsen Helse- og Rehabilitering (norsk oversettelse 2002).