



Publisert mandag 19.03.2007 kl. 11:11, oppdatert 11:12

FORSKER OG BEHANDLER: Psykiater Gunilla K. Fosse ved St.Olavs Hospital/NTNU i Trondheim forsker på personlighetsforstyrrelser.
Foto: Gorm Kallestad

Spør om personlighets-avvik

Personlighetsforstyrrelser - hvordan arter de seg? Mandag svarer psykiater Gunilla Klensmeden Fosse på spørsmål i nettmøte.

AUD DALSEGG
ada@dagbladet.no

(Dagbladet.no): Psykiater Gunilla Klensmeden Fosse er overlege ved St. Olavs hospital i Trondheim og forsker ved NTNU. Hun forsker blant annet på ny behandlingsmetode, skjematapi, mot personlighetsforstyrrelser.

Tidligere har man ikke trodd at det har nyttet å behandle personlighetsforstyrrelser, men mye tyder på at det er mulig.

Dette gjelder blant annet ustabil (borderline) og unnvikende personlighetsforstyrrelse.

Antisosiale - psykopater - er erfaringsmessig vanskelige å behandle. De oppsøker også sjelden behandling, da de mener de er feilfri.

En av ti har til enhver tid en personlighetsforstyrrelse, viser undersøkelser som er gjort i Norge. I de store byene er forekomsten større: En av åtte. Halvparten av alle som har en personlighetsforstyrrelse har en til i tillegg.

- LES OGSÅ: [En av ti har personlighetsforstyrrelser](#)

Send inn spørsmål til nettmøtet her!

Nettmøtet er avsluttet. Les svarene fra Gunilla Klensmeden Fosse nedenfor.

9 år og personlighetsavvik?

Min sønns gode venn på 9 år har en støyende oppførsel og væremåte som minner mye om Linn Skåber i hennes komiserie på NRK.

Vår lille venn har hatt det tøft i sine første leveår, men er nå hos en trygg fosterfamilie. Han har ikke ADHD, men en diagnose som jeg ikke vet noe om.

Vi er usikre på hvordan vi skal oppføre oss. Han er veldig opptatt av å hevde seg selv, ofte på bekostning av vennene sine. Dette liker jeg ikke. Samtidig har jeg syntes det var viktig å rose han mye, da jeg tror selvfølelsen hans egentlig er langt lavere enn det høres ut som. Men i den senere tid har jeg lurt på å bruke en annen strategi, nemlig konsekvent overhøre alle hans "verdensmester"-uttalelser. Det er så veldig slitsomt å ha noen som støyer, prater og tar så mye plass som han gjør.

Innsendt av: usikker mor

Han trenger sikkert ros for den person han er, ikke for bedrifter/ferdigheter. Det kan være en følelse av verdiløshet som ligger bak hans behov for å være verdensmester.

mvh Gunilla K. Fosse

Er psykopati arvelig? Min fars datter har klare psykopatiske trekk, og min angst er at også hun skal utvikle dette. Jeg mener å ha lest at det er en kombinasjon mellom arv og miljø, men hva stemmer?

Og hvordan forholder man seg enklest til en psykopat? Livene våre er gjennomsyret av denne ødeleggende mannen som gjør alt han kan for å ha makt og kontroll over oss, selv flere år etter samlivsbruddet... Jeg trenger å trekke noen grenser, men jeg orker ikke helvetet som ofte kommer i kjølvannet når jeg prøver på dette.

Veldig takknemlig for svar

Innsendt av: H:)

Jeg anbefaler hjelpetelefonen også til deg:

LABYRINT -

Forum om psykopati

(en hjelpetelefon for ofre)

tlf 90 08 13 11 el. 99 39 55 56

Mandag og tirsdag fra 20 til 22

mvh Gunilla K. Fosse

Narcissistic personality disorder

Hva gjør man hvis man har omgang med en som lider av Narcissistic personality disorder og man ikke slipper unna?

Innsendt av: Bossman

Hva skjer hvis du setter grenser? Hvis du blir truet på livet er det en politisak, dersom vedkommende truer med å ta sitt eget liv, så må du likevel tenke på ditt liv.

mvh Gunilla K. Fosse

student

hei!

jeg har gått i klasse meg en 21 år gammel gutt nå i 2 år, og det er ingen i klassen som kjenner ham... for han sier aldri noe til noen.. er man heldig får man et ja eller nei.. det er helt umulig å samarbeide med han for han er jo ikke med å bidra eller komme med ideer.. dette er veldig frustrerende!
hva er glatt med ham? hva kan vi gjøre osv.?

Innsendt av: stine

Går det å ta dette opp med vedkommende på en forsiktig og empatisk måte. Kanskje er det det som skal til?

mvh Gunilla K. Fosse

Hei Gunilla.

Min mors samboer (78) er ustabil i sine nerver, han har vært innlagt noen ganger uten at jeg vet årsak til det.

Hans siste års væremåte er at han stikker av en uke eller to, det er helt håpløs da min mor (80) ikke kan være å alene.

Han har manipulert oss i fam., påstår

uvirkelige utælselser på min datter, vi ga beskjed til han at dette ville ikke vi ha noe av, resultatet var at min kone skulle ha sagt at han skulle ha voldtatt våre barn, hvilket vi aldri hadde sagt, dette har vi fortalt til han ikke er tilfelle mange ganger, men han klarer ikke å få dette ut av sitt hode.

For 14 dager siden reiste han igjen og igjen truet med å ta livet sitt, men

kom hjem igjen etter å laget en avtale med min syke mor at hun aldri skulle kontakte oss, dette mot henne vilje.

Vi alle er sjokkerte over hans manipulasjoner, ser at min mor MÅ bare føye han i ett og alt,

så er alt i orden.

Han har tyruet med å ta livet sitt i flere år, men dette virker som bare å få oppmerksomhet, noe vi alle ser.

Det er forferdelig vondt at mennesker er så vanskelige. Men vi tror at det eneste som nytter er å si sannheten til han.

Min kone jobber i psykiatrien og tror han har psykopatiske trekk.

Med vennlig hilsen

B.A.S.

Innsendt av: B.A.S.

Det finne en hjelpetelfon for offer for psykopater. Kanskje kan dere få noen råd:

LABYRINT -
Forum om psykopati

(en hjelpetelefon for ofre)
tlf 90 08 13 11 el. 99 39 55 56
Mandag og tirsdag fra 20 til 22

mvh Gunilla K. Fosse

hei!

Er det noen sammenheng mellom personlighets-avvik og andre psykiatriske sykdommer? i saafall hvilke?

Takk!

Innsendt av: Grethe

Se svar om komorbiditet/samsykelighet ovenfor.

mvh Gunilla K. Fosse

Drøyt?

Hei!

Er det ikke litt drøyt å kalle for eksempel sjenerthet for en personlighetsforstyrrelse?

Jeg synes det bare bidrar til å sykelliggjøre folk som ellers ikke ville sett på seg selv som "defekte" på noen måte.

Og vil du kalle depresjoner (alle typer som er verre enn vinterdepresjoner) en personlighetsforstyrrelse etter dine definisjoner?

Innsendt av: Silje

Det er ikke riktig å kalle sjenerthet for en personlighetsforstyrrelse. Se på svar hvor de generelle kriteriene er beskrevet ovenfor.

mvh Gunilla K. Fosse

Urimelig?

Min svigermor har i årevis i helt siden jeg flyttet sammen med min kjære i vært ute etter meg. Hun har kommet med svært upassende og sårende utsagn og kommentarer til både meg direkte og til våre felles bekjente. På grunn av hennes trusler om selvmord har jeg aldri tatt igjen med henne i frykt for at hun skal gjøre alvor av truslene. Nå har jeg imidlertid satt foten ned. Jeg orker ikke mer og vil ha en forklaring på hvorfor hun har gjort/gjør dette og vil ikke ha noe med henne å gjøre før hun viser vilje til å endre seg. Hun forneker det hele, viser ingen tegn til anger og ingen forståelse. Er jeg urimelig som står på mitt?

Innsendt av: Belinda

Det høres ut som om du har satt grenser rundt deg (det har du rett til), og at det har gått bra ettersom hun ikke har skadet seg.

mvh Gunilla K. Fosse

Hjelp

Min datter har en personlighets forstyrrelse , men jeg opplever at hun stadig blir sykere. Hjelpeapparatet vil henne vel, men de har ingen behandling å tilby henne..... hun tør ikke bo aleine, og har frivillig vært på akuttavdeling (i mangel av noe annet) frem og tilbake i ett år nå (hun ble før det utskrevet til ingen ting etter ett år på tvang) Hun er deprimert, har lagt på seg og jeg er mer bekymret nå enn før for at hun kan ta livet sitt..... Slik jeg opplever det har hun blitt oppbevart i psykiatrien med det resultat at hennes tilstand har blitt stadig verre.... Hun var ikke psykotisk i utgangspunktet, men det kan virke som om hun har lært seg diverse tilstander for å få oppmerksomhet (eller hva det er) Hun er veldig redd til tider og jeg tør ikke tenke på hva slags konsekvenser (post-traumatisk) hennes erfaring i møte med hjelpeapparatet vil virke inn på hennes muligheter til å "finne seg selv).

Finnes det hjelp å få ? I såfall hvor ?
Hun er 20 år

Hilsen Mamma
Innsendt av: Hilde

Jeg skjønner at du er bekymret. Hun er heldig å ha en mor som bryr seg. Ofte går seg ting til, men akuttpost høres ikke riktig ut dersom hun ikke er psykotisk eller har selvmordsplaner.

mvh Gunilla K. Fosse

Diagnose og behandling

Du svarer Siss: "Grunnen til at man stiller en diagnose er fordi man tilpasser behandlingen etter diagnosen."

Er det derfor traumatiserte pasienter som har fått en personlighetsdiagnose, ikke får hjelp med traumbearbeiding - selv når de ber om dette? Og er det i så fall i samsvar med brukermedvirkning, pasientrettigheter og etikk?

Innsendt av: Kari

Hvis man har et traume og ønsker hjelp med å bearbeide så bør man få det. Enig med deg.

mvh Gunilla K. Fosse

Jeg er sterkt kritisk

"De unnvikende, som det er flest av i Norge, er sky, hemmede, engstelige og tør ikke eksponere seg. De var den stilleste i klassen og er ikke pådrivere på en politisk arena, sier Karterud."

Er det mulig for folk i helsevesenet å forestille seg det å passe perfekt inn i ovenstående beskrivelse, men likevel være godt fornøyd med livet sitt? jeg har alltid vært sky, og unngått aktiviteter på grunn av dette når de har fått meg til å føle meg engstelig. Jeg har vært den stille jenta i klassen som ikke har ønsket (eller turt om du vil) å eksponere seg. Likevel har jeg hatt et flott liv, og alltid følt meg normal. Nå har jeg imidlertid fått en datter som er like sjenert, og jeg føler hun "sykeliggjøres" av barnehage osv. Ingen tvil om at hun kommer til å føle seg unormal om det offentlige skal strebe så etter å sette henne i en "annerledes"-bås. La mennesker få være seg selv! Vi er ikke like alle sammen. Tenk på at du kan ødelegge et menneske ved å dytte på det en negativ identitet.

Innsendt av: Frustrert

Hvis du har et flott liv som sjenert så er du per definisjon ikke personlighetsforstyrret, selv om du har unnvikende trekk. Hvis din datter blir mobbet grunnet sjenerthet er det viktig å ta affaire, ellers er det vel ingen grunn til at hun skal endre seg, hvis hun er fornøyd.

mvh Gunilla K. Fosse

Hvordan få til terapi?

Har du noen tips til hvordan få noen med noe som minner om antisosial personlighetsforstyrrelse til å gå til behandling?

Personen har mistet kontakt med barn pga dette, og barna vurderer å ta kontakt igjen hvis det kommer ordentlig behandling og bedring på plass, så det er noen brekkstenger tilgjengelig.

Innsendt av: -Nn

Da vil det kunne virke motiverende på vedkommende. Det vil kanskje være det som trengs: gulerøtter.

mvh Gunilla K. Fosse

TRENGER HJELP!

Hei.

Mine barns far sliter med å vise empati og skjønne at andre tenker/føler på en annen måte enn ham selv. Hans meninger og handlemåter er det "riktige". Han ser ikke at han har noen problemer,- det er de andre som har det.

Dette har ført til at et av barna (med diagnose innen autismspekteret), ikke har klart å ha kontakt med ham på mange år. (De andre har stritt på sin måte, og funnet noen brukbare løsninger). Han går i "baret" hver gang kontakt prøves, med plumpe uttalelser og snakke-/væremåte som skaper utrygghet og redsel. Han vil gjerne ha kontakt (det er også nederlag for ham at andre ser situasjonen far/datter), og får info og hjelp fra meg om forslag for å lykkes. Har han fått forslag for en situasjon, bruker han den også ved andre anledninger hvor den ikke fungerer. Vanskelig for å lese situasjoner og andres tanker og følelser, og dermed kunne tilpasse være-/framgangsmåte.

Generelt veldig snill og grei (!), men noen få ganger i livet svært aggressive episoder med politianmeldelse fra lege. Men han "har ikke gjort det". Andre "beskylder" ham for noe han "ikke har gjort". En gang etter et svært brutalt angrep på eget barn, med vitne, påstod han at han ikke hadde gjort det, at de som mente det, var "idioter" og "gale". "Hva er det som feiler deg? Jeg har da ikke gjort sånn! Er du helt syk?"

Han må ha ting veldig tydelig.

Men han ser ikke andres grenser!! Trækker stadig over på alle områder.. og kan ikke se at han gjør det! Han utsletter andres grenser,- de får ikke ha sine egne.

Har alltid vært mest opptatt av materielle ting. Er "ikke hjemme/tilstede" for følelsesmessige behov. (Hva er da det for noe?..)

Har svært stort behov for aksept fra omgangskrets og på jobb. De to områdene er viktigst i livet, og går langt foran egen familie. Når den aksepten noen ganger uteblir, og "venner" kanskje trekker seg unna, faller hans verden i grus. Han MÅ være populær og godt likt. Samtidig blåser han i hvem som er tilstede når han sier sine meninger. Kongen og hvermannen, det gjør ingen forskjell, han sier akkurat hva han mener. Er negativ til autoriteter og regler/lover. HANS regler er de som gjelder.

Flere av mennene i hans aller nærmest familie har svært like væremåter og omdømme.

Omgivelser har satt et eget navn på det (ingen vet jo hva det er, men alle bare vet at det er slik, og ryster på hodet av at de ikke klarer trengte inn med logiske resonneringer. Som å snakke til fjellvegg).

Han har flere ekteskap bak seg. Det er HAN som føler seg lurt av partneren,- legger all skyld der.

Er dette en slags personlighetsforstyrrelse? Har han kanskje noe innen autismspekteret?? Eller noe annet?

Jeg sliter med å tro at dette er noe han gjør med vilje. Jeg tror ikke han kan noe for det. I alle fall det meste.

Men andre mener at han er veldig klar over hva han gjør når han manipulerer/presser/legger

skyldfølelse på andre. Og ikke eier folkeskikk.

Likevel,- han er jo egentlig så snill.

Er de jeg som tar feil?

FINNES DET NOEN SOM HELST FORKLARING PÅ DETTE , OG HVORDAN BØR VI GÅ FRAM?

Dette er veldig vondt for familie og andre, og har ført til mye leit. Og psykiske skader på andre.

Trenger hjelp!!

Innsendt av: Sliten

Jeg anbefaler at du leser boken "Gjenvinn livet ditt", som beskriver noen av de mønster som du beskriver: defekter/skam, emosjonell deprivasjon, ta seg tilrette, strenge standarder. Selvfølgelig er ikke dette noe han ønsker eller helt har kontroll på. Ofte finner man svaret i oppveksten: foreldrene har vært svært opptatt av status og det er kun det perfekt som teller. Alt annet betyr ingenting. Bak fasaden er det tomhet, ensomhet og redsel for å føle på verdiløshet/mislykkethet.

mvh Gunilla K. Fosse

schizoid

Finnes det noe behandling mot schizoid personlighetsforstyrrelse?

Hva er årsaken til en slik personlighetsforstyrrelse?

Innsendt av: Hanne

Vanligvis er årsaken en blandning av arv og miljø. Det gjelder for alle personlighetsforstyrrelser. Schizoid pf. kan ibland sammenblandes med Asperger. Viktig å finne ut av det.

mvh Gunilla K. Fosse

personlighetsforstyrrelse?

Kjæresten min (18) har i lengre tid vært deperimert, hatt store problemer med å gå på skolen, gjøre lekser og lignende. Han sover store deler av dagen og er oppe om natten. Humøret hans er veldig skiftende og han har også noen sosiale problemer. Høres det ut som om han er "syk"? Bør jeg snakke med en lege?

Innsendt av: maria

Jeg synes du skal snakke med noen om din uro, men først og fremst må du snakke med kjæresten din.

mvh Gunilla K. Fosse

Behandling

Hvordan finne kvalifisert behandler for personlighetsforstyrrelser som kan foregå parallellt med at man er i full jobb i Oslo?

Jeg tenker på mulighet for behandling av eksperter (som ved Dagbehandlingsklinikken) men uten at man må slutte i jobb.

Innsendt av: Lise

Kan du ikke undersøke med Dagbehandlingsklinikken. Kanskje de har andre tilbud også?

mvh Gunilla K. Fosse

Ustabil

Exen min passer akkurat inn i beskrivelsen av en "Ustabil-borderline", og en annen. Jeg vil gjerne anbefale ham behandling, men hvordan går jeg fram? Jeg skulle ønske at han kunne ha det bra. Også uten å kontrollere meg.

Innsendt av: Nina

Det er vanskelig å motivere noen for behandling, spesielt en x-partner antar jeg. Du kan lese i selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt". Kanskje vil du finne noen nye innfallsvinkler.

mvh Gunilla K. Fosse

De glemte!

En ting er de som har personlighetsforstyrrelser. Det er dessverre alt for mange som roper om hjelp i årevis uten å få hjelp.

Et minst like stort problem har de som lever sammen med slike mennesker, og som overhodet ikke får noen hjelp. For disse er det å lære mer om symptomene til den de lever med like forvirrende som informerende. Er personen jeg lever med slik... eller kanskje slik?... nei ingenting passer helt...

Tusenvis av mennesker går rundt og ønsker det beste for et nært familiemedlem uten å stille spørsmålet: Hva gjør dette med meg? Har jeg godt av dette? Bør jeg ha det annerledes?

Alle disse menneskene lider minst likke mye som de forvirrede. På engelskspråkelige nettsider finnes det mange ressurser for disse også, men det finnes ikke en eneste norsk ressursside!

Innsendt av: Prometheus

Det er viktige spørsmål du stiller. Jeg er enig med deg. I Norge finnes det en ressurstelefon for "psykopatoffer":

LABYRINT -
Forum om psykopati

(en hjelpetelefon for ofre)
tlf 90 08 13 11 el. 99 39 55 56
Mandag og tirsdag fra 20 til 22

mvh Gunilla K. Fosse

Borderline og hat

Hei!

Jeg bor sammen med en jente med borderline personlighetsforstyrrelse. Vi har vært kjærester i godt over 2 år, og i det siste har hun begynt å motta behandling fra en spesialist på området. De to årene har vært fylt av alvorlig selvskading og stadige selvmordsforsøk, etterfulgt av tvangsinnleggelse etc. Dette har fått meg til å trekke mot forum på internett der mennesker med samme problemer som meg møtes. Dvs mennesker som opplever denne selvskadingen på nært hold, og det konstante "ansvaret" for en annen persons liv. Det jeg har opplevd på disse forumene er hvilket hat borderlinere har klart å skape i normalt sunne (?) individer. Spesielt mennesker som har valgt å forlate de, virker ofte inkapable til å elske igjen. Jeg er redd for å bli en slik person, men jeg vil heller ikke forlate henne. Det er derfor jeg nå kommer til poenget, som er at i løpet av den siste måneden har jeg begynt å se en forandring i kjæresten min. Hun har ikke skadet seg, ikke hatt så mange dager der hun er langt nede, og til og med taklet å drikke uten å true med å drepe seg. Jeg velger å tro at dette er et tegn på et skritt i riktig retning, og at terapeuten vet hva han driver med. Jeg merker en forandring i meg selv, og er optimistisk med tanke på framtiden. Har du merket mye av dette? Altså at borderlinere er redd for at andre skal hate de, og det er nettopp denne følelsen av hat de induserer i mennesker etter lang tids samvær? Hat eller emosjonell kulde...

Innsendt av: Hatebreed

Du er inne på noe viktig. Mange med borderline pf. føler at de er verdiløse og defekte. Sammen med overbevisningen om at de vil bli forlatt, og et stort behov for omsorg kan de oppleves som krevende og klengete, og blir da ofte forlatt, dessverre. Det er fint at din kjæreste har det bedre. Jeg tror selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt" vil kunne være til hjelp for mange partnere. Her kan man få innsikt og forståelse for hva som ofte ligger bak forstyrrelsen. Da kan man kanskje unngå å utvikle "hatet" du snakker om, som ofte handler om at man har strukket seg langt, i alt for lang tid.

mvh Gunilla K. Fosse

sjenert

Jeg er litt sjenert. Ja jeg har en haug med venner liksom, lever et godt liv, men føler jeg sliter litt med å få kontakt med jenter jeg liker. ./ Jeg har "jentevenner" oxo, men jeg sliter med å få kontakt med jenter jeg liker som jeg nevnte. Har jeg personlighetsforstyrrelse?

Hilsen forvirret 16 årig gutt xD

Innsendt av: Jens

Man stiller ikke diagnose før en person er voksen. Du får fundere på hva det er som hemmer deg. Tenker du negativt om deg selv, forventer å bli avvist? Eller er du bare genert, eller faller du for "feil" jenter? Det er mange ting som styrer oss ubevisst. Kanskje har du svaret innom deg.

mvh Gunilla K. Fosse

Forstyrret mor

Hei, en venn av meg har barn med en kvinne, og det er mer enn 4 år siden det de flyttet fra hverandre. Men hun terroriserer fortsatt på telefonen, og bruker barna. Jeg har lyst å klappe til henne og kjøre henne opp etter veggen og rope at hun må ta seg sammen og tenke på barna. Hva kan man gjøre med forstyrrede personer som bare er ute etter å straffe en ex-samboer? Hun virker åpenbart livredd for å bli forlatt og mye ligger i barndommen, men det er snart fem år siden de flyttet fra hverandre! Hvor lenge kan det holde på, og hva er riktig reaksjon til folk som oppfører seg direkte urimelig og er til skade for alle rundt seg?

Innsendt av: trond

Det er viktig å sette grenser dersom man føler seg terrorisert, men her må man avveie hva som er best med hensynet til barna.

mvh Gunilla K. Fosse

depresjon ++

Jeg er ei 20 år gammel jente som sist vår ble utsatt for et endelig traume som følge av flere års nedtrykthet (skrudde "av" følelsene mine i disse åra). Reagerte så med voldsom angst. Jeg har aldri hatt selvtillit, og holdt på å ta livet av meg selv som 13åring. Så i sommer ble jeg med ett helt narssisistisk og hadde verdens beste selvtillit, men opplevde også å ha dødsønsker. Merket så at jeg var splittet, meg i bakgrunnen med null selvfølelse, og en ny selvgod meg som styrte i front. Opplevde også å høre og se folk i hodet mitt som prøvde å fortelle meg ting. Psykologen min medisinerer meg med 125 mg Seroquel, som tok bort angsten og "den andre". Nå er jeg kun deprimert med spredte selvmordstanker. Hadde en enorm opptur november/desember hvor jeg følte meg FRISK! Nå er jeg fryktelig redd for å havne på bunn igjen, jeg er utmattet hele tiden, og kjenner litt angst nå og da. Psykologen min har sagt at jeg har dyp depresjon med psykotiske trekk, men dette gir meg så lite informasjon om prognose osv. Psykologen er langtidssykemeldt, så jeg har ikke hatt konsultasjon siden desember. Vil gjerne vite hva som feiler meg og om jeg er dømt til å få flere nedperioder?

Innsendt av: Stine

Dine symptomer minner om symptomer som mange med ustabil personlighetsforstyrrelse beskriver: svingninger i selvtillit, affekter og personlige kontakter. Også din bakgrunn med traumer og selvmordsforsøk er vanlig i denne pasientgruppe. Hvis du er alvorlig deprimert kan det hjelpe med antidepressive, men psykoterapi er viktig slik at du får bearbeidet traumene og blir hel følelsesmessig. Hvis man får veldig høy selvtillit og ekstreme svingninger så kan det være snakk om en bipolar lidelse, noe en psykiater kan vurdere. Be om hjelp! Du skal ikke ha det slik!

mvh Gunilla K. Fosse

Kvinnelige psykopater

Er psykopatti noe som oftest finnes hos menn, eller finnes det like ofte hos kvinner?
Innsendt av: kyrre fjeldvik

I forekomststudier i den generelle befolkningen forekommer antisosial personlighetsforstyrrelse oftere hos menn. Det finnes studier som tyder på økt genetisk predisposisjon hos menn.

mvh Gunilla K. Fosse

Kan en psykopat behandles?

Er det mulig å hjelpe en psykopat til å bli "frisk"? Dette er jo hvis du klarer å overbevise han/henne om at de faktisk har en personlighetsforstyrrelse. Hvis mulig, hvilke behandlinger må de da gjennomgå?

Innsendt av: Cath

Dette er et spørsmål som man diskuterer. Mange mener at det ikke nytter eller er mulig grunnet mangel på innsikt eller motivasjon for behandling. I Nederland og England pågår det nå forskningsprosjekt med skjemat terapi i rettspsykiatrisk setting.

mvh Gunilla K. Fosse

Skillet mellom moralisme og helsefokus

Dette er ikke spesielt kontroversielt, bare et ønske om en presisering:

Dagbladet snakker om "personlighets-avvik", mens begrepet avvik jo handler om noe som ikke er som normalen. Men hvis man ikke sier noe om hva som er "normalt", vil det ikke være lett for mange å tolke som avvik fra flertallet eller konvensjoner? Slike avvik er det jo ingen grunn i seg selv til å sykliggjøre.

Jeg mener det er viktig å understreke forskjellen mellom sosiale avvik, og det kliniske personlighetsforstyrrelsesbegrepet, og at det sykelige handler (som det står litt perifert i artikkelen) om hva som er hemmende eller ubehagelig for personen selv, eller skadelig for omgivelsene?

Innsendt av: Yon-Juu-Ni

Du tar opp en viktig ting, som flere andre også har reagert på. Selvfølgelig stiller man ikke en diagnose uten å ta hensynt til normalen (kulturen). Man tar alltid utgangspunkt i de generelle kriteriene:

Personlighetsforstyrrelser defineres som vedvarende mønster av indre opplevelser og atferd som avviker markant fra det som forventes i personens kultur. Seks kriterier (fra A - F) skal være

oppfylte:

A: Dette vedvarende mønster manifesterer seg innenfor minst to av følgende områder:

- Kognisjon
- Emosjonalitet
- Interpersonlig fungering
- Impulskontroll

B: Det vedvarende mønstret er ufleksibelt og er gjennomført i et bredt spekter av personlige og sosiale sammenhenger og skal ikke være begrenset til én spesifikk triggende situasjon

C: Det vedvarende mønstret leder til klinisk betydningsfullt ubehag eller funksjonssvikt sosialt, yrkesmessig eller på andre viktige områder

D: Mønstret er stabilt og har vedvart i lang tid

Debuten kan føres tilbake i det minste til ungdomsårene eller tidlig voksen alder

E: Det vedvarende mønstret forklares ikke bedre som uttrykk for eller følge av en annen psykisk lidelse

F: Det vedvarende mønstret skyldes ikke de direkte fysiologiske virkningene av en substans (f.eks. misbrukssubstans eller et medikament)

eller en generell somatisk tilstand, f.eks. hodeskade.

mvh Gunilla K. Fosse

God dag

Tror du man kan påvirke sosiale dysfunksjonaliteter ved å finne stimuli som gir økt aktivitet i sentre der man mener de sosiale egenskapene pasienten "mangler" styres fra, og deretter å gjenta dette stimuliet og prøve, i samsvar med pasientens eksisterende egenskaper, å fremtvinge personligheten en ny sosial egenskap? Dersom skaden ikke er klinisk permanent selvfølgelig.

Innsendt av: Ikke student, kun nysgjerrig

I skjemat terapi har man teknikker hvor man styrker "Den sunne voksne" siden av en person. Dette gjøre vha. flere teknikker: kognitive, emosjonelle og terapirelasjonen. Målet er å hjelpe personen å oppnå kontakt med avstengte følelser, å lære vedkommende å sette grenser rundt seg på en voksen måte, og å slutte å straffe seg selv med hendelser og kommentarer fra fortiden. Til slutt så har man atferdsteknikker, som kronen på verket, for å endre dysfunksjonell atferd. Man kan kanskje si at man på denne måte "fremtvinger" personligheten nye sosiale egenskaper/ ferdigheter.

mvh Gunilla K. Fosse

Er dette tegn på pers.forstyrrelse?

Gjelder en kvinne ca. 45 år.:

Henter ikke post i postkassa, og når hun henter kan den bli gjemt rundt om i huset f.eks. i

ermene på klær i klesskap eller i skuffer o.l. Gjemmer post for alle som bor i huset også post til barn.

Betaler ikke regninger, sier hun har betalt men det viser seg at hun ikke har.

Hun og mannen skrev i fellesskap brev til ulike kreditorer etter at mannen hadde funnet mange kravbrev, hun skulle kjøpe frimerker og sende dem.

Fortalte at hun hadde gjort dette. Mannen ventet på svar fra kreditorene, ingen svarte. Han ringte dem, ingen hadde mottatt brevet. Hun selger gjenstander til andre, mottar pengene men leverer ikke gjenstandene som også i noen tilfelle ikke har vært eid av henne. Hun har tatt penger fra barnas sparebøsser. Har fått ut penger fra forsikringsselskap og banker som har stått i ektemannens navn men nekter for dette selv om ansatte i banken bekrefter at det var hun som var der. Har underslått penger i barnesangkor, ble ikke anmeldt da ektefellen gjorde opp for henne.

Hun kan fortelle løgner selv om den andre står med beviset i hånda på at hun lyver.

Flere i hennes familie forteller at hun alltid har vært slik og at hun lyver for dem også.

Barna gjemmer penger de får da de vet de kan bli borte.

Når mannen eller andre har "avslørt henne" kan hun bli rasende, slå, skrike og banne. Vil ikke ha behandling.

Egentlig er det mye annet å beskrive, men må gjøre dette kort.

Innsendt av: Aashild noreng

Vi må alle ta konsekvensene av våre handlinger. Gjør hun det? Hvis ikke så er det kanskje på tide at hun gjør det. Kanskje vil det øke motivasjonen for behandling?

mvh Gunilla K. Fosse

Psykiatrisk pseudovitenskap

Å sortere mennesker i vilkårlige, stigmatiserende kategorier, er uetisk og helsenedbrytende. Dette har ingenting med medisin eller vitenskap å gjøre. Slutt å psykeliggjøre naturlige menneskelige variasjoner! Slutt å stemple andre mennesker med negative karakteristikk som avvikende og personlighetsforstyrrede? Har du hørt om karakterdrap? Har det slått deg at din praksis er uetisk og psykisk nedbrytende? Tror du selv på dette tøvet? Har det slått deg at psykiatrien lider av megalomani og "behandlings"vanvidd!

Innsendt av: Anne

Er enig med deg i at man ikke skal stemple folk som avvikende eller forstyrrete, men diagnostikk fyller noen viktige funksjoner i forhold til behandling og ytelser. Diagnosen stilles ikke etter en halvtimes konsultasjon, uten etter en grundig utredning. For mange kan det oppleves trygt å ha en diagnose, som de kan få hjelp med i behandlingen.

mvh Gunilla K. Fosse

Schizotyp

Hei, jeg har schizotyp lidelse, men har de siste årene kommet meg veldig og merker nå nesten ikke noe til den. Kan man bli "frisk" av den eller vil den alltid være der så jeg må passe på litt?

Innsendt av: Minx

Personer med schizotyp lidelse kan ha hallusinasjonliknende opplevelser og ibland har de opplevd traumatiske hendelser i livet. Hvis du har bearbeidet livshendelser og er umedisinert i dag, så tror jeg ikke at du trenger å være på vakt. I WHO sitt diagnossystem er schizotyp personlighetsforstyrrelse kategorisert under schizofreni.

mvh Gunilla K. Fosse

Sosial angst.

Hei.

Mann på 43 som opplever at jeg sliter mer og mer med endel sosiale settinger. Det være seg selskapligheter hvor man kjenner få, eller å ta til orde i uvante settinger. Dette er sikkert vanlig men jeg merker at dette bare har økt de siste årene. Har ellers et rimelig normalt liv med barn og jobb osv.. Noen triks for å hjelpe seg selv til å overvinne plagene?

Innsendt av:

Kanskje kan du ha hjelp av selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt". Det er en bra bok som tar utgangspunkt i forskjellige "skjema", eller mønster, som har utviklet seg. Den kan bestilles fra Ananke: sidsel.m.nilsen@ntnu.no. Eks. på skjema er defekter/skam: man føler seg verdiløs og defekt, eller sosial isolasjon: man føler seg annerledes, eller strenge standarder: inget man gjør er godt nok.

mvh Gunilla K. Fosse

Hvor går grensen...?

Når kan du definere det som personlighetsforstyrrelse - fremfor en "sær" personlighet...? At det ikke bare er noe vi ikke er komfortable med, men at det faktisk er snakk om en forstyrrelse.....?

Innsendt av: per

Se andre svar ang. generelle kriterier.

mvh Gunilla K. Fosse

lurer

vet ikke hva den nye behandlingsformen går ut på, men stiller meg noe skeptisk til dette selv om jeg ikke har nok faglig tyngde innen psykiatrien. spørsmålene er som følger

1. må ikke du få pasienten til å få en stor grad av sykdomsinnsikt for å behandle bra?
2. er ikke det vanskeligere for en personlighetsforstyrret å oppnå sykdomsinnsikt en andre psykisk syke?
3. Er ikke diagnosen veldig vanskelig å stille? Kan det da bli eventuelt feilbehandling?

Innsendt av: jostein

1. Jo, det er viktig med innsikt, ellers mangler oftest motivasjon, som er viktig ved alle former for behandling
2. I noen tilfeller ja, f.eks. antisosiale og narsissister
3. Diagnosen bygger på 2 sett av kriterier: generelle og spesifikke (eks. unnvikende, ustabil, avhengig). De generelle kriteriene kan du lese mer om i andre svar

mvh Gunilla K. Fosse

Grandios fortyrrelse

Heisann. Jeg har hørt uttrykket "Grandios Narsisistisk Personlighetsfortyrrelse". Hva betyr det? Det høres ikke helt bra ut...

Innsendt av: Kjell

Å ha en narsisistisk personlighetsforstyrrelse betyr vanligvis å være grandios, føle at man har spesielle rettigheter.

mvh Gunilla K. Fosse

Er ikke helt sikker..

Hei! Jeg er temmelig sikker på at jeg har borderline. Jeg er ikke helt sikker, men jeg har trodd det en god stund. Dessuten ser jeg at jeg passer litt inn i andre personlighetsforstyrrelser også, og da tenker jeg på histrionisk, unnvikende og avhengig personlighetsforstyrrelse, som de er beskrevet her på dagbladet.no sine sider. Det jeg lurer på er: hvordan kan jeg finne ut for sikkert om jeg er syk? Jeg har vurdert å dra til psykolog noen ganger, men det har aldri blitt til noe for det er jo nesten som om jeg er hypokonder når det gjelder psykiske lidelser. Det som er skikkelig ille er vel at jeg kan se hvor galt jeg oppfører meg men får ikke helt til å stoppe det.

Innsendt av: Marianne

Å ha en personlighetsforstyrrelse betyr å ha langvarige problemer med å fungere sammen med andre i sosiale sammenhenger, på jobb, eller med partner. Ofte gir dette funksjonstap, slik at man detter ut av jobb eller studier, eller opplever samlivsbrudd. I tillegg kommer ofte noen former for psykiske plager, ihvertfall for de som søker hjelp. De som ikke søker hjelp kan ha andre typer problemer, som f.eks. føle på et sterkt indre press om å yte perfekt eller ha en opplevelse av å være avstengt følelsesmessig.

Jeg synes du skal søke hjelp dersom du opplever at du har et mønster som ødelegger for deg. Psykoterapi er ofte en snarvei til bedre psykisk helse.

mvh Gunilla K. Fosse

Schizoid personlighetsforstyrrelse..

Hei. "Lider" av schizoid personlighetsforstyrrelse.

Ble diagnostisert etter 1 time hos psykiater og har siden ikke fått noe som helst slags oppfølging eller informasjon.

Lurer på om det finne effektive behandlingsformer for denne diagnosen?

Innsendt av: TG

Jeg syns at du skal be om en ny time med grundig utredning og forslag på behandling. Mange med schizoid personlighetsforstyrrelse er fornøyd med tilværelsen og ønsker ikke behandling. Ibland kan Asperger ha liknende trekk.

mvh Gunilla K. Fosse

Psykopat

Hei!

Jeg bare lurte på hvordan man skal gå fram for å bedre takle en psykopat. Spesielt hvis han er sjefen din.

Innsendt av: Jan Roger

Hvis arbeidsmiljøet er dårlig som et resultat av din sjefs atferd så syns jeg at du skal ta kontakt med din tillitsvalgte. Psykopater er generelt vanskelige å takle da de mangler empati og dermed har et "forsprang" i forhold til folk med følelseslivet intakt.

mvh Gunilla K. Fosse

Lurer

Hei,

Jeg har posttraumatisk stressyndrom på grunn av overgrep i barndommen. Er dette definert som en personlighetsforstyrrelse?

Går i støttegruppe og synes selv at dette hjelper, selv om jeg fremdeles er livredd overgriper, har problemer med å slappe av, sover dårlig, unngår å dra til hjemstedet, er dessuten fryst ut av slekta da de er sinte fordi jeg anmeldte ham(min far).

Hvilken behandlingsform er mest effektiv for min "evigvarende stresstilstand"?

Innsendt av: nn

PTSD er ikke definert som en personlighetsforstyrrelse, men personer som har opplevd alvorlige overgrep kan ha ustabile personlighetstrekk: de kan koble ut følelser, være redd for å kjenne på negative følelser slik som frykt, skam og avmakt, samt ha en tendens til å legge skylden på seg selv. Ibland kan de ha problemer med sinneutbrudd. Hvis du kjenner igjen deg i denne beskrivelse så trenger du hjelp med å komme i kontakt med følelsene og med å slutte å straffe deg selv. Hvis du er reellt redd kan du få voldsalarm. Ta kontakt med politiet.

mvh Gunilla K. Fosse

Skjematerapi?

Hva ligger i begrepet skjematerapi? Hvordan er det annerledes fra kognitiv atferds-terapi?
Innsendt av: psykologistudent

Se nedenfor!

Hva er skjematerapi?

Terapeuten hjelper pasienten å ivareta grunnleggende følelsesmessige behov ved å styrke pasientens voksne side. terapeuten blir et forbilde som veileder/støtter underveis. Kognitive, emosjonelle og atferdsteknikker brukes til å bryte negative livsmønstre.

Hva er skjema?

Et mønster som utvikles under oppveksten i samspill mellom arv og miljø. Hvis grunnleggende følelsesmessige behov som omsorg, trygghet, beskyttelse og selvbestemmelse ikke har blitt dekket så kan negative skjema utvikle seg.

Hvordan foregår behandlingen?

Først kartlegges behovene som ikke ble dekket i barndommen (eks. omsorg), så koples de til aktuelle problemer (eks. en følelse av at ingen bryr seg). Bildeøvelser (emosjonelle teknikker) brukes for kontakt med fortrenge følelser. Man lærer å kjenne på triste følelser uten å straffe seg selv(kognitive teknikker). Til slutt jobbes det med å bryte atferdsmønstre (eks. slutte unngå situasjoner).

Hvem kan få hjelp?

Metoden er utviklet for dem med langvarige problemer, eks personlighetsforstyrrelser. Men alle som opplever at de har et negativt mønster som styrer dem, eks at de unngår noe de egentlig har lyst å være med på eller straffes seg selv med negative tanker (typisk meg, nå klarte jeg det ikke igjen...) kan ha hjelp av metoden. Kan også brukes ved eks spiseforstyrrelser eller problemer i parforhold.

Hvorfor egner metoden seg for personlighetsforstyrrelser?

De med personlighetsforstyrrelser som søker hjelp har ofte langvarige problemer som ofte skyldes udekkete emosjonelle behov eller krenkelser i barndommen.

mvh Gunilla K. Fosse

Urban vs Landsbygda

Stemmer det at personlighetsforstyrrelser ofte er kulturelt betinget? Altså det som eksempelvis blir ansett som normalt på landsbygda i Brasil, ansees som en personlighetsforstyrrelse i Norge?!

Har selv blitt diagnostisert med en blandet personlighetsforstyrrelse, men er ikke særlig hardt rammet. Føler at det nå skapes et stigma omkring disse diagnosene. Tror du dette vil gjøre ting vanskeligere for mennesker som lever med disse diagnosene?

Innsendt av: Fullt Navn

Ja, det stemmer dette med kulturelt betinget. Man kan ikke diagnostisere personlighetsforstyrrelser

uten å vurdere de generelle kriteriene (se nedenfor).

mvh Gunilla K. Fosse

Som lege

Lurer på om du har noen gode råd om hva man spesielt skal se etter og særlig hvordan man skal gripe fatt i det når man som lege på sykehus mistenker personlighetsforstyrrelser. Man har jo ofte svært lite tid per pas., og man henviser jo ikke til psykiater kun på mistanke, og det er vel litt for lettvindt å si "følges opp av fastlege". Begynne med psyk. sykepeleier, kanskje? Har du noen gode erfaringer å dele?

Mvh

Lege på lite sykehus uten psykiater:)

Innsendt av: Hilde

Jeg anbefaler boken "Gjenvinn livet ditt". Her beskrives skjema (lifetraps) som mange personer som lider av personlighetsforstyrrelser har: den opplevelsen de har av seg selve, som skaper langvarige problemer. F.eks. kan de føle seg annerledes enn andre, eller defekte. Undersøk også om pasienten fyller de generelle kriteriene.

mvh Gunilla K. Fosse

Korleis vite?

har ofte lurt på korleis ein kan vite om ein person har personligheitsforstyrrelse? Har du ei heilt enkel forklaring på det?

Innsendt av: Ragnhild

Man må underøke de generelle kriteriene. Se mer nedenfor.

mvh Gunilla K. Fosse

Unnvikende personlighetsforstyrrelse

Hei!

Jeg syns dette høres mest ut som en slags sosial fobi, eller angst mot å drite seg ut. Alle former for irasjonell frykt er kanskje en form for forstyrrelse eller avvik, men vil det ikke "den unnvikende" i de fleste tilfeller være klar over handicapet sitt og ha mulighet til å trene på å bli "bedre" i disse sammenhengene?

Jeg syns unnvikende forstyrrelse skiller seg litt ut fordi den virker som et handicap eller hinder i hverdagen. Scidzoid fortyrrelse, derimot handler f.eks. mer om at men faktisk ikke ønsker noen kontakt med andre, og har det best med seg selv. da virker det mer naturlig å snakke om en forstyrrelse.

De som er unnvikende, har vel som oftest et ønske om å være en omgjengelig og åpen person, de bare får det ikke til pga angst?

Innsendt av: Lars

Det stemmer, men ofte har de lagt listen svært høyt.

mvh Gunilla K. Fosse

Hvor tidlig kan personlighetsforstyrrelser diagnostiseres?

Innsendt av: Lise Follestad

Helst ikke før 20-22 års alder.

mvh Gunilla K. Fosse

Normale forstyrrelser

Hei.

Vanlige mennesker har alltid hatt svake sider. Noen er bra til det ene, og andre er bra på andre ting. Nå vil det vel bli populært å DIAGNOSTISERE medarbeidere på gøy. Friske mennesker som klarer seg bra kan jo ha små personlighetsforstyrrelser uten å være syke.

Den alternative og naturlige læren setter aldri SYKDOMSTEGN ved normale avvik.

Mennesker er jo helt normale og forskjellige? I astrologien viser stjerne-tegnene ulike personligheter. Men en Psykiater kan heretter gjøre alle Tyrer, krepser og vekter om til psykiatiske pasienter. . Så hvem blir syke mennesker, og hvem blir friske? Hvor betydelig må avviket være for at man regnes som syk?

Håper du kan svare. På forhånd takk.

Hilsen antimobbing

Innsendt av: mia

Personer som lider av personlighetsforstyrrelse, og som søker hjelp, har det vanskelig. De føler seg ofte verdiløse eller misslykkede. De er ofte på rehab.penger eller uføre, har psykiske symptomer og sliter mellommenneskelig. På den måten er det personen selv som opplever trykket.

mvh Gunilla K. Fosse

Psykopat

Jeg har en bror som er psykopat. Han er veldig vanskelig å omgås og jeg vet ikke hva jeg skal gjøre. Han er skilt og har en voksen sønn som heller ikke har et godt forhold til sin far. Det blir ofte uvennskap mellom oss. Min bror kritiserer alt og alle, er best og veldig dominerende. Han snakker mye, og avbryter meg alltid, og han lytter ikke på andre. Jeg prøver å rette på han. men han er helt umulig å gi noe korreks på sin væremåte.Hva kan jeg gjøre for å få et bedre forhold til ham?

Innsendt av: chersy

Psykopater er vanskelige å forholde seg til. Du må akseptere ham som han er, på godt og vondt. Kanskje kan du hjelpe hans sønn?

mvh Gunilla K. Fosse

emosjonell personlighetsforstyrrelse?

Innsendt av:

Emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse er det samme som borderline.

mvh Gunilla K. Fosse

Hvordan er det mulig å være forstyrret i personligheten?
Hvordan vet vi når en personlighet ikke er forstyrret?

Innsendt av: Anne Brit Raaen

Når vi ikke har langvarige problemer med negative tanker, feiltolkninger, mellommenneskelig fungering, selvtillit/selvfølelse, uhensiktsmessig atferd, impulsivitet, psykiske symptomer, funksjonstap etc. Dette gjelder for de som søker hjelp.

mvh Gunilla K. Fosse

Narsissistisk?

Har de med narsissistisk personlighetsforstyrrelse manglende innsikt i egen sykdom? Jeg har fått høre at jeg må ha denne personlighetsforstyrrelsen, men mener selv jeg ikke passer til beskrivelsen....

Kan det være fordi jeg ikke har sykdomsinnsikt, og egentlig er slik som de med denne personlighetsforstyrrelsen blir beskrevet?
Jeg liker jo ikke tanken på at jeg er slik...

Jeg er både empatisk og følsom, og mener jeg ikke er mer selvopptatt enn det som er normalt.

Innsendt av: Ingrid

Hvis man er empatisk så er man vanligvis ikke narsissistisk personlighetsforstyrret. Se svar nedenfor angående narsissisme.

mvh Gunilla K. Fosse

Undrer...

Kan personlighetsforstyrrelser være arvelige?

Som feks. antisosial personlighetsforstyrrelse...?

Jeg har levd med en mann som treffer på seks av punktene på den forstyrrelsen (han har ikke vært hos psykolog,så det er basert på at jeg etterhvert kjenner ham godt og ser at punktene stemmer). Jeg er bekymret i forhold til at jeg har barn med ham, og barnet har store adferdsproblemer.... Eller utvikler barn ev psykiske lidelser pga at foreldre er psykisk syke?

Innsendt av: Anonym

Det er en viss genetisk disposisjon for antisosial atferd. Det betyr at det må en utløsende faktor til for å utløse disposisjonen. Eksempel er vold og overgrep. Du må beskytte ditt barn slik at han/hun ikke blir utsatt for dette.

mvh Gunilla K. Fosse

Selvrefererende inkonsistens

Hvordan kan du etisk forsvare diagnoser som gir mennesker et stempel de vil kunne protestere på å få, og hvis protest er bygget inn i diagnosens kriterier slik at diagnosen før eller senere vil vise seg selvbekreftende korrekt, alternativt at man "innser" sin diagnose og dermed også bekrefter den?

Innsendt av: Per Son

Det er vanskelig å etisk forsvare en slik diagnostikk.

mvh Gunilla K. Fosse

Narcissist

Jeg har fått diagnosen "Narcissistisk personlighetsforstyrrelse".

Er det ille?

For meg er denne diagnosen ubegripelig (jeg føler meg fullstendig normal...), i den forstand at jeg ikke skjønner at jeg skal ha det. Hvor/hvordan leser jeg om den?

Innsendt av: Meg

Ut fra et skjematerapeutisk perspektiv handler det om en oppvekst preget av foreldre som var opptatt av status. For å få oppmerksomhet måtte barnet bli slik som foreldrene ønsket: perfekt. Derfor er narsissister ofte perfeksjonister og føler seg enten perfekte eller totalt mislykkete. Bak den perfekte fasaden er det ofte et ensomt barn som føler seg verdiløs. Det er nå din oppgave å hjelpe barnet inni deg, ikke flykte fra dette ansvar selv om det er vondt å føle på defekt, ensomhet og skam. Søk hjelp dersom du ikke klarer det alene. Du kan også lese selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt".

mvh Gunilla K. Fosse

Sette diagnose

Kan hvem som helst sette en slik diagnose på mennesker? Barnevernet er veldig ivrige i å sette diagnosen personlighetsforstyrrelse på folk, slik at de lettere får overtatt omsorgen for barna. Dette vet jeg foregår da jeg selv har blitt utsatt for dette, som jeg oppfatter som et stort overgrep. Jeg trodde at man måtte ha psykologutdannelse for å være kvalifisert til å sette en slik merkelapp på mennesker. Men har lært at det holder med å være ansatt i barnevernet. Er dette virkelig lov?

Innsendt av: Annette Olsen

Man kan ikke sette en personlighetsforstyrrelsesdiagnose uten å gjøre en grundig psykiatrisk utredning. Vanligvis er det psykologer og psykiatere som gjør denne utredning, eller erfarne psykiatriske sykepleiere/kliniske sosionomer med spesialutdanning innen diagnostikk.

mvh Gunilla K. Fosse

ustabilpersonlighetsforstyrrelse

for litt over et år siden fikk jeg diagnosen ustabil personlighetsforstyrrelse kan du fortelle meg hva det vil si??

Innsendt av: kathrine

Det betyr vanligvis at du har hatt en ustabil eller uforutsigbar oppvekst og i dag er redd for å bli forlatt, sliter med tomhetsfølelse, skader deg selv med vilje for å fjerne angst/vonde følelser, er impulsiv på flere måter, f.eks. overspiser eller kjøper ting du ikke har råd til. Du har også vanligvis stemningssvingninger og kan ha raseriutbrudd, og føler ofte på tomhet. Det er viktig at du får hjelp med dette, hjelp til å føle på vonde følelser, slik at du kan berarbeide negative opplevelser. Viktig med stabil partner og stabile venner, som er der for deg da du trenger det, og som ikke truer med å forlate deg.

mvh Gunilla K. Fosse

Religion

Etter mitt syn er troen på religioner en personlighetsforstyrrelse. De som er religiøse lider av tvangstanker.

Hvorfor er dere innen psykiatrien så lite villige til å debattere religion som en personlighetsforstyrrelse ?.

Innsendt av: Trine Jensen

Ang. villighet til å diskutere, jeg syns ikke man skal diskutere slike følsomme tema uten å ha noen slags dokumentasjon som utgangspunkt. Det er min synspunkt.

mvh Gunilla K. Fosse

Psykdom

Tre av min families medlemmer er notoriske løgnere. Det er til stadighet og i en rekke ulike format.

Sjelden de hvite, og ikke alltid frivillig oppgitte løgner (de uoppfordrede lystløgnene) men unnamanørveringer og dekningsløgner.

To av mine familiemedlemmer utviser til tider sterkt forvirret opptreden og har helt på det rene problemer med en utfordret virkelighetsoppfattelse.

Det er også desverre en del rus og medisinerer inne i bildet.

Alle tre er manisk depressive (diagnostisert) og de har til tider denne fantastiske oppfattelsen av at de NÅ er friske og ikke trenger medisinen.

Det kan også se ut til at stoffkiftet er noe fluktuerende hos minst to av de..(eller egentlig sikkert alle tre men den ene driver ikke årlig med kartlegginger.)

De er alle tre hypokondere mer eller mindre. ved siden av dette har det ene medlemmet hatt en del problemer med kreft og har operasjoner og cellegift med tilhørende dødsangst. Alle har fler selvmordforsøk bak seg og to av de har vært klinisk døde. Den ene to ganger.

En av de er sterkt hypokonder og blir "lidelsen" personifisert bare om han får et skrubbsår.

Han krever da full oppmerksomhet om sin elendighet fra alle i sin omgivelse.

Jeg observerer oftere og oftere at dess mer de er "ute av seg" dess mer er egenopplevelsen til de enkelte at de de er nærmere seg selv enn noensinne.

De er rett og slett helst i forstyrrelse og draes til mer forstyrret tilstand AV selve tilstanden de er i når de ikke er friske.

Det skal sies at jeg også observerer at rusen også drar likeså sterkt som personlighetsfortyrrende sykdomsrelaterte tilstander.

Hva skal jeg gjøre ?? De nekter alle å gå i ytterligere terapi og føler alle at systemet har sviktet dem.

Jeg trenger hjelp ;. Jeg er bare menneskelig

Innsendt av: Kjetil

Du kan ikke hjepe dem som ikke vil hjelpes. Ta vare på deg selv!

mvh Gunilla K. Fosse

ANTISOSIAL

HVA KAN JEG GJØRE MED SØNNEN MIN SOM ER ANTISOSIAL 22 ÅR OG HELT AVHENGING AV DATA. JEG VIL SØKE PSIKOLOGISK HJELP FOR HAN MEN HAN NEKTER.

Innsendt av: RUNDE LIDIA

Hvis han ikke vil er det ikke mye du kan gjøre, annet enn å sette grenser rundt deg. Kanskje det vil hjelpe?

mvh Gunilla K. Fosse

Verbal abuse

På bakgrunn av følgende funn (Johnson et al.2001):

"Offspring who experienced maternal verbal abuse during childhood were more than 3 times as likely as those who did not experience verbal abuse to have borderline, narcissistic, obsessive-compulsive, and paranoid PDs during adolescence or early adulthood. These associations remained significant after offspring temperament, childhood physical abuse, sexual abuse, neglect, physical punishment during childhood, parental education, parental psychopathology, and co-occurring psychiatric disorders were controlled statistically. In addition, youths who experienced childhood verbal abuse had elevated borderline, narcissistic, paranoid, schizoid, and schizotypal PD symptom levels during adolescence and early adulthood after the covariates were accounted for."

hvordan vil du anbefale å gripe an problemene med kjeftekulturen som ofte er sentral i hjem og institusjoner (Ref.: Sigsgaard 2002)?

Innsendt av: Hesperos

Verbal trakassering setter spår, ofte ved at man internaliserer den trakasserende stemmen. På den måten hører man stemmen inne i hodet sitt, påminnende en om hvor håpløs og ufullstendig man er. Vha. psykoterapi kan man få hjelp med å "eksternalisere" foreldrestemmen, slik at man kan bygge opp selvfølelsen. Det er vanskelig å komme "kjeftekulturen" til livs i hjemmene, men på instusjoner skulle deg gå å få bukt med dette. I skolen må man sette stopp for erting, som vil kunne gi de samme problemene.

mvh Gunilla K. Fosse

Paranoid

Jeg kan ikke passere folk på gata uten å være forberedt på at de slenger dritt til meg - fullstendig fremmede i en annen by til og med.

Er jeg paranoid?

Innsendt av: GG

Sannsynligvis har du en negativ oppfatning om deg selv, og tror at folk skal slenge dritt til deg fordi du tenker negativt om deg selv. Kanskje er du blitt ertet eller kritisert tidligere i livet? Hvis det er slik så vil jeg anbefale at du leser selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt". Den kan gi deg selvinnsikt og hjelpe deg å komme deg videre.

mvh Gunilla K. Fosse

psyk rusmissbruker ?

Jeg er rusmissbruker men har nå vært rusfri i 17mnd. for 4 år siden fikk jeg 6 forskjellige diagnoser deriblandt paranoid og unnvikende personlighetforstyrrelse. I dag er jeg utredet på ny og 100% friskmeldt, altså uten diagnoser. Har jeg blitt frisk eller var jeg ikke psyk?

Innsendt av: ola k

Mange ganger har rusmisbrukere også personlighetsforstyrrelser, ofte ustabil personlighetsforstyrrelse. Rusmisbruk kan også lede til unngåelse og paranoia.

mvh Gunilla K. Fosse

Umoden i voksen alder

Hei

Jeg har en venninne som er veldig umoden til å være 29 år. Hun tror på alt alle sier til henne. Hun er veldig pliktoppfyllende av seg. Hun er lett å lure. Er det en personlighetsforstyrrelse eller rett og slett forsinket utvikling evt. lav IQ? Hun tenker nemlig som en tenåring i mange situasjoner.

Innsendt av: Sara Andersen

Hun er sikkert veldig snill og tror at andre er slik som hun. Kanhende har hun et mønster hvor hun ubevisst oppsøker folk som holder hennes mønster ved like og lar seg lure igjen og igjen?

mvh Gunilla K. Fosse

borderliner

Hva kjennetegner en person med borderline personlighet? Og er det mulig for denne personen å jobbe med seg selv for så å bli "bedre"? Er det verdt å bli involvert, eller er det dårlige sjanser for forbedring?

Skal sies at denne personen er ganske ekstrem, et forferdelig sinn, tar aldri ansvar, setter fyr på klær, ødelegger ting i raseri, skylder på andre for alt han selv gjør slike ting..

Trusler om selvmord, må alltid ha oppmerksomhet uansett hva det gjelder. En gang et av mine familiemedlemmer døde, viste han ingen sympati, men sa han selv skulle ta livet sitt, slik at jeg viste oppmerksomhet mot ham igjen. Slenger mat i veggen da den ikke er lagd med nok kjærlighet. osv osv.

Har forlatt ham, men han sier han skal skaffe hjelp.

Er det mulig å forandre seg såpass?

Håper på svar.

Innsendt av: jessie

Personer med ustabil personlighet har vanligvis empati, mens narsissister og antisosiale mangler empati i større eller mindre grad. For å bli bedre må man ønske det selv. Psykoterapi er ofte vanskelig, man må kjenne på negative følelser, gå tilbake i barndommen osv. Det trengs derfor både motivasjon og mot. Selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt" beskriver flere skjema som kan være forenlig med den atferden du beskriver, spesiell redsel for å bli forlatt/avvist og emosjonell deprivasjon (neglect).

mvh Gunilla K. Fosse

Personlighetsforstyrrelse

Jeg har lest at det er bare en personlighetsforstyrrelse det er bred enighet om. Den

antisosiale. Hva mener du?
Innsendt av: Bjørn Sira

Den antisosiale er den som er tydeligst og her er det også påvist genetisk predisposisjon (Gene X Environment Interaction). Ellers så er det de generelle kriteriene som er viktigst ved diagnostikk. Hvis en person ikke fyller de generelle kriteriene så har personen per definisjon ikke en spesifikk personlighetsforstyrrelse (f.eks. unnvikende, antisosial, ustabil).

mvh Gunilla K. Fosse

sammenhenger

Jeg lurer på om det kan være forbindelser mellom livssyn (f.eks et kristent) og personlighetsforstyrrelse. Jeg har relasjoner som gjør at jeg må forholde meg til problematikken. Dette miljøet er nytt for meg. Det dreier seg om personer som påstår å kjenne den eneste sannhet, som kan fordømme og såre andre, bruke andre o.l., men de gjør det alltid med referanse til "Guds vilje". Det gjelder også andre personer som framstår som samvittighetsfulle og moralsk renhårige, men som i hemmelighet bryter grenser for hva de selv aksepterer. Et felles punkt er en manglende evne til empati, innlevelse. Det ser ut for meg som om de henvender seg til "de høyere makter" når de egentlig har "syndet" mot sin neste. Så får de råd og/eller tilgivelse der, og slipper å ta konsekvensene slik vi andre må. Grubler på dette for det er en ukjent verden for meg. Mitt verdensbilde og menneskebilde er mer farget av psykologiens språk. I den terminologien ville jeg kalt noen av dem psykopater. Det virker for meg som det er en sammenheng.
Innsendt av: Oda

Jeg tenker slik: En psykopat har ikke innsikt i seg selv og har vanligvis ingen "selvkritisk stemme". Hvis man refererer til "Guds vilje" som eneste sannhet og er uempatisk så kan det kanskje minne om psykopati, spesielt hvis man lar alt mulig passere i "Guds navn". Jeg tror ikke at kristne folk flest er slik, jeg tror du har å gjøre med en subgruppe som ikke er representativ for folk med kristen livssyn.

mvh Gunilla K. Fosse

Konkurs

gikk konkurs for en liten stund siden. Etter det har jeg ikke orket å gå ut, treffe andre mennesker og bare hatt lyst til å kanskje nok piller til ikke å våkne igjen. Det å tape på den måten er vel kraftig avvikende?
Innsendt av: v

Det å tape er ikke avvikende, men det å tenke på seg selv som en taper er avvikende. Kanhende er det ikke første gangen du tenker slik om deg selv? Eller om andre. Vi mennesker lager oss fort regler og antakelser. For noen er det f.eks. vanskelig å føle på svakhet, kanskje fordi de måtte ta ansvar for en svak/syk forelder da de var barn. De sitter igjen med en følelse av at de ikke liker svake folk, hverken andres svakhet eller egen svakhet. Vanligvis blir dette vanskelig da vi alle er svake av og til. Du må ikke ta piller! Ta kontakt med din fastlege forttest mulig og be om en henvisning til psykiatrisk poliklinikk.

mvh Gunilla K. Fosse

Endelig i behandling.

Hei.

Jeg er en gutt på 29 år som endelig har kommet inn i behandling for personlighetsforstyrrelse. Jeg lider vist av unnvikende personlighetsforstyrrelse. For tiden står jeg på Efexor (150mg x 225mg pr døgn). Har i ca 10 år brukt store doser beroligende grunnet sterk angst. Jeg klarte på egenhånd å komme meg av Xanor (tok siste dose 31 mai 2006) og ble satt på Efexor da den også skal motvirke angst, men jeg syns ikke den hjelper så mye mot angst/uro.

Har du erfaringer/råd om et annet preparat som jeg enten kan bytte til, eller ta i tillegg?
Blir VELDIG glad for svar.

Med vennlig hilsen

J.E

Innsendt av: J.E

Bra at du har sluttet med Xanor. Det er bra gjort! Hvorfor unngår du? Ofte er det en grunn til det. Den grunnen har ofte oppstått i barndommen sammen med at du kanskje var genert. Kanskje ble du mobbet i skolen, eller dine foreldre kritiserte deg. Kanskje har du begynt å tenke negativt om deg selv, hvilket forsterker unngåelsen. Kanskje har du laget deg "bevis" som ytterligere forsterker dine (negative) antakelser om deg selv. Se på dine mønster sammen med din terapeut. Det finnes ingen medisiner som fjerner negative antakelser. Disse må man bryte ned og fjerne bit for bit.

mvh Gunilla K. Fosse

Personlighetsforstyrrelse?

Dersom en person

- *ikke tåler forventningspress
- *unngår konflikter for enhver pris
- *ikke tåler uforutsette ting
- *trenger konstant bekreftelse (positiv feedback)
- *legger skylden på foreldrene for problemer i dagliglivet (ikke klarer legge fortidens hendelser bak seg som har vært opplevd som negative)
- * er høyt oppe eller lavt nede, aldri noe midt i mellom
- *forventer at ens egne behov skal stå i sentrum og tas hensyn til
- *ikke evner å utføre arbeidsoppgaver h*n ikke har lyst til
- *er dypt deprimert og suicidal

er vedkommende da en person som kan mistenkes for å ha en personlighetsforstyrrelse, eller er det andre ting som er galt??

Vet at dette er lite konkret informasjon, men vil ikke komme med opplysninger som avslører identiteten til den det gjelder.

Innsendt av: Anonym

Vanskelig å svare på, men helt klart har han problemer. Hvis de er langvarige så kan det være at han har en personlighetsforstyrrelse. Høres ut som om han kan ha hatt dominerende foreldre og kanskje kan ha hjelp av å lese selvhjelpsboken "Gjennvinn livet ditt".

mvh Gunilla K. Fosse

Behandling

Hvorfor blir ikke nærmeste pårørende kontaktet i forbindelse med behandling av en pasient med personlighetsforstyrrelse? Det burde være en fordel både for å gi informasjon om oppvekst og likeledes få informasjon om hvordan en skal forholde seg til vedkommende.

Innsendt av: Else

Enig med deg. Det er viktig å involvere pårørende, men ikke alle behandlingsmodeller egner seg for dette. Skjematerapi egner seg godt fordi den har et element med undervisning i seg.

mvh Gunilla K. Fosse

Blandet personlighetsforstyrrelse

Jeg har blitt diagnostert som blandet personlighetsforstyrrelse og med mistanke om manisk/depressivitet. Jeg har gått til behandling og brukt medisiner i 11 år både hos psykolog, psykiatrisk sykepleier og psykiater. Jeg har også plager med angst og depresjoner.

Jeg har blitt bedre etter at jeg sluttet med medisiner for et års tid siden og går nå bare på medisiner ved behov. Jeg har fått beskjed om at det er en sykdom man må lære seg og leve med og kan ikke behandles. Jeg er gift og har 3 barn.

Hvordan kan jeg best lære meg og leve med dette og ikke la det gå ut over familien min? Det går mye ut over dem når jeg får disse down-periodene mine som kan vare ganske lenge og jeg er veldig passiv og orker ikke noe.

Innsendt av: Anita

Kanskje kan du ha hjelp av selvhjelpsboken "Gjennvinn livet ditt". Ibland kan depresjon være et uttrykk for at man ikke har fått dekket grunnleggende følelsesmessige behov i barndommen, spesielt om man er blitt emosjonelt deprivert (neglisjert). Kanskje kan du lære deg å ivareta dine egne behov på en bedre måte, og sette grenser for andre?

mvh Gunilla K. Fosse

Traumer, straff og skyld

Jeg har noen spørsmål jeg har tenkt en del på. Jeg håper du kan svare meg kort hvis de ikke er for omfattende. På forhånd takk.

1. Kan du forklare paradokset ved at mennesker som har vært utsatt for traumer tiltrekkes selv av traumatiske beskrivelser i film eller bøker?
2. Kan du si noe om hvorfor noen mennesker aktivt nedvurderer, tar en offerrolle og straffer seg selv?
3. Det virker som om mange kvinner tror på skyld og skam så sterkt at det kan virke som en religiøs overbevisning. Er kvinner genetisk disponert, eller er dette en miljøstyrt hersketeknikk?

Innsendt av: TB

1. Kan være en måte å bearbeide vonde følelser på.
2. Det kan ibland være tryggere å gi seg selv skylden (kan gi en følelse av kontroll).
3. Igjen, hvis man gir slipp på skylden kan vanskeligere følelser komme til overflaten, som f.eks. frykt og avmakt. Min erfaring er at både kvinner og menn legger skylden for traumer på seg selv, men at kvinner er mer utsatt for den kulturelle skammen.

mvh Gunilla K. Fosse

tittei

er så mye mas her om personlighets avvik..

..men hva er egentlig det? aldri helt fått det med meg. Gi meg en god kort forklaring på hva det der :)

Innsendt av: Eirik

En person må fylle såkalte generelle kriterier, samt vanligvis noen eller flere av de spesifikke kriteriene (unnvikende, avhengig etc.).

mvh Gunilla K. Fosse

Penger-ærlighet

Når folk aldri har orden på sin økonomi og gjør den samme feilen hele tiden med å ikke betale regninger osv. Driter i inkasso. Når man har penger til å betale regninger, bruker man disse til noe som er morsomt i stedet. Når man har holdt på sånn i 20-25 år er det da en personlighetsforstyrrelse? Har også alkeholproblemer..

Innsendt av: Petro

Vanskelig å avgjøre og vanskelig å gjøre noe med dersom personen selv ikke er motivert for endring. Som pårørende er det ofte ultimatum som kan fungere best.

mvh Gunilla K. Fosse

Hjelp!

Hvordan skal man formidle at en person trenger hjelp? Det er uansett hva jeg sier til han, reagerer han med sinne, løgn eller fravikethet. Nå vet ingen hva en sannhet er fra han lenger, da han lyver konstant og innser ikke at han blir tatt i løgner hver eneste gang. Han fraviker fra alle avtaler og har havnet i stort økonomisk kaos. Svarer sjelden/aldri på telefoner fra venner. Har også problemer med å skjønne andres problemer, samt har kommet med vage selvmordstrusler. Ikke løsningsorientert og all kritikk blir rettet mot person og ikke sak.

Takknemlig for all hjelp!

Innsendt av: fortvilet

Han må finne ut av det selv, at han har problemer og trenger hjelp. Vanskelig å være venn eller pårørende her.

mvh Gunilla K. Fosse

trenger råd!

min eldre søster har en personlighetsforstyrrelse - jeg kommer ikke på navnet nå. i hvertfall fungerer den slik at de som har den gjerne lar sinne og frustrasjon gå utover seg selv (selvskading) eller andre. Helt uprovosert kan hun verbalt angripe meg, lyve, og si helt forferdelige ting. Hun oppfører seg helt grusomt, rett og slett. Utenom disse periodene/anfallene, så er hun kjempekoselig.

Jeg blir såret og forvirret når hun helt plutselig kan "klikke" på meg for ingenting - hvordan kan jeg takle henne bedre?

Hun er snart 30 år, jeg er 20.

Innsendt av: ina

Ikke la det hun sier gå inn på deg. Hun er sikkert fortvilet selv. Ingen grunn til at du også skal fortvile.

mvh Gunilla K. Fosse

Hva er normalt?

Hei,

jeg leste gjennom litt om de forskjellige "forstyrrelsene" og det er en ting jeg lurer på: Hvordan kan Du/Dere definere hva som er normalt og ikke?

Det er jo faktisk forskjell på folk. Folk har forskjellige personligheter. Det er det som gjør oss spesielle.

Noen holder seg mer for seg selv og liker det, mens andre kanskje er midtpunktet i venneflokken.

Skal si meg enig i at man bør få hjelp og støtte hvis man har sterke plager med angst bare for å ta et eksempel.

Men å si at det er mange som har "forstyrrelser" fordi de kan vise tegn på det ene eller det andre er vell å dra det litt langt.

Du kan ikke peke på folk å si at de har personlighets forstyrrelser bare fordi de f.eks. har få venner.

"Doktorer" som vet det beste for en er virkelig noe som kan gjøre en irritert noen ganger.

Innsendt av: Steinar Hagen

Det unormale/normale ligger vanligvis i de såkalte generelle kriteriene som må være til stede før man kan stille en spesifikk personlighetsforstyrrelsesdiagnose (unnavikende, ustabil etc.). Disse kriterier omhandler langvarige problemer og nedsatt livskvalitet.

mvh Gunilla K. Fosse

psykopati

Hei, håper du kan svare på mitt spørsmål da jeg trenger råd.

Det handlet om psykopater på 'puls' på nrk i forrige uke. Psykiateren som svarte på spørsmål i programmet uttalte at han har rådet en del klienter til å komme seg ut av forhold til psykopater. I mitt tilfelle er ikke det så lett da 'psykopaten' er faren min. Moren min er fremdeles gift med han. Nå er jeg i slutten av 20-årene og bor i en annen by enn foreldrene mine. Det er først i løpet av de siste 3 årene ca at jeg er blitt klar over hvilken effekt min far har hatt på meg og mitt liv. Må si det var litt av et sjokk da jeg begynte å reflektere over dette. Jeg fikk heldigvis bekreftelser og støtte fra mor da vi begynte å prate om han.

Det snakkes mye om det fysiske misbruket av barn, da det heldigvis ikke er et like stort tabu lenger som det var tidligere. Selv føler jeg meg utsatt for et misbruk på det psykologiske/mentale plan. Opplyser forøvrig om at far aldri har vært fysisk voldelig mot meg eller min mor. Faren min har vist en del psykopatiske trekk. Han er veldig humørsyk. F.eks. har humøret hans påvirket min sinnsstemning og mitt humør; var han i dårlig i humør, smittet det over på meg - var han i godt humør, ble jeg veldig mistenksom og i tillegg usikker (jeg visste jo at humøret kom til å snu igjen, antakelig veldig raskt og på grunn av en liten bagatell). Så å si aldri har jeg følt at han har vært stolt av meg, noe som går veldig ut over selvtilliten. Det har vært mye kritikk av meg opp igjennom og liten eller ingen forståelse for mine selvstendige valg. Det er fraværet av den personlige egenskapen empati som framstår som det sterkeste psykopatiske trekket hos han.

Å ha respekt for foreldrene sine er en ting, men jeg er ganske redd faren min. Det er umulig å forutse hva som kan komme fra hans kant, og det å være så utrygg på faren sin er utrolig slitsomt og stressende. Håper du kan svare på hvordan jeg bør forholde meg til han, spesielt når det kommer personlige angrep. I en situasjon hvor han f.eks. kritiserer meg; bør jeg jatte med, eller forsvare meg? Har det noen hensikt å forklare han hvilken effekt han har på meg i en gitt situasjon? -Bør jeg gjøre meg så sårbar som jeg må når jeg eventuelt forklarer det, eller bør jeg framstå som sterk og ikke forklare? Jeg vet ikke lenger hvorvidt jeg er glad i han eller ikke. Han har hatt det vanskelig i oppveksten, og det er antakelig derfor han har

utviklet personlighetsforstyrrelse. Bare så synd at hans vanskeligheter har gitt meg problemer. Hvor bør jeg søke hjelp hvis jeg ønsker å få kartlagt skadene som er påført meg og prøve å få retta opp igjen skadene? Det er en del ting jeg sliter med, og jeg lurar på i hvilken grad det kommer av opplevelser i oppveksten.

Innsendt av:

Hvis du fortsatt er redd for ham så vil du kanskje også være redd for folk som likner på din far. Da er det viktig å komme seg ut av redseln og øke din selvtillit. Ellers vil du risikere å hamne i negative mønster med andre. Kanskje kan du ha hjelp av selvhjelpsboken "Gjennvinn livet ditt". Der er det flere skjema som kan være aktuelle for deg. Det er en "behandlingsoppskrift" for hvert skjema.

mvh Gunilla K. Fosse

Anti empati

Min eks-kone kunne aldri vise følelser hverken for barna eller meg, hverken fysisk eller med ord. Hun kunne aldri gi barna en klem eller spørre de om ting som barna var opptatt av, følgelig gjaldt det samme for meg. For henne var jobben derimot et meget viktig element hun engasjerte seg i, stilte alltid opp og jobbet gjerne ekstra selvom dette kunne gå utover mann og barn. I dag har jeg barna 75% og det hender hun skaffer barnevakt for å jobbe når hun har barna... Hva skyldes denne mangelen på følelser for sine nærmeste? Hun er meget opptatt av et strøket hjem og en fin fasade men har ingen følelser for de som hun skulle bo der sammen med - ikke engang for barna. Hun forstår f.eks ikke hvorfor barna blir lei seg. Trøster de ikke hvis de har slått seg etc.

Innsendt av: Pappa

Kanskje har hun strenge standarder? Hennes foreldre var kanskje mer opptatt av status enn av henne som person? Hun har kanskje adoptert foreldrenes personlighet og ikke utviklet en egen personlighet? Uansett så høres det ikke ut som om hun har det helt bra med seg selv. Det er viktig at du som er barnas far gir barna følelsesmessig påfyll.

mvh Gunilla K. Fosse

unnavikende personlighetsforstyrrelse

Hvordan er det mulig å behandle unnavikende personlighetsforstyrrelse?

Innsendt av: mona

Det er mulig med psykoterapi. Det finnes også en selvhjelpsbok som jeg kan anbefale: Gjennvinn livet ditt.

mvh Gunilla K. Fosse

vondt for å åpne seg

hei, jeg går i behandling, har prøvd flere terapeuter. psykologer, psykiatere, klinisk

sosionom, psykiatrisk sykepleier, etc.

der jeg går nå er ok, men jeg klarer ikke å åpne meg, jeg klarer ikke å prate uten å være fullstendig overfladisk.

jeg har personlighetsforstyrrelse, ego state disorder, jeg vet ikke helt hva det er. men jeg håper desperat jeg vil bli bra eller bedre, for jeg sliter.

men hvordan skal man klare å åpne seg???

takk for svar

Innsendt av: for engstelig til å ikke være anonmy

Det du beskriver er vanlig forekommende, spesielt hos personer som lider av ustabil personlighetsforstyrrelse. De har stengt av vonde følelser, hvilket leder til tomhetsfølelse. Man kan fungere relativt bra med en "maske" men tomheten blir ofte plagsom. For å klare å åpne seg må man stole på terapeuten og ha mot til å gå inn i de vonde følelsene. Ta opp problemet med din terapeut.

mvh Gunilla K. Fosse

Skjematerapi.

Kan du beskrive den nye behandlingsmåten (skjematerapi) for unnnvikende personlighetsforstyrrelse, og hvor kan man henvende seg for å få en slik behandling? Oppnåes det best resultat ved å starte behandling tidligst mulig, feks. i tenårene, eller er det å foretrekke å vente til man er voksen?

Innsendt av: Bente.

Diagnosen personlighetsforstyrrelse settes først når en person er voksen, men tendensen til å unnnvike tenker jeg at man kan begynne å behandle allerede i tenårene. Unnnvikelse er ofte en atferd som kan forsterke seg selv, slik at man til slutt blir fange i sin egen unnnvikelse. I selvhjelpboken "Gjenvinn livet ditt" kan man få hjelp med å hjelpe seg selv med skjemaer som mange med unnnvikende personlighetsforstyrrelse har: defekter/skam, sosial isolasjon og strenge standarder, ibland også avhengighet.

mvh Gunilla K. Fosse

Skjematerapi?

Hva går skjematerapi ut på, og hvordan stiller det seg ift f.eks. dialektisk adferdsterapi?

Innsendt av: jøye

Ang. skjematerapi, se nedenfor. Ang. dialektisk atferdsterapi så er det en behandling spesielt utviklet for ustabil personlighetsforstyrrelse, hvor fokus er på å minske selvskading. Skjematerapi har i tillegg til atferdsterapi også kognitive teknikker, emosjonelle teknikker og et sterkt fokus på terapirelasjonen. I tillegg kan skjematerapi også brukes ved andre typer personlighetsforstyrrelser.

Hva er skjemat terapi?

Terapeuten hjelper pasienten å ivareta grunnleggende følelsesmessige behov ved å styrke pasientens voksne side. terapeuten blir et forbilde som veileder/støtter underveis. Kognitive, emosjonelle og atferdsteknikker brukes til å bryte negative livsmønstre.

Hva er skjema?

Et mønster som utvikles under oppveksten i samspill mellom arv og miljø. Hvis grunnleggende følelsesmessige behov som omsorg, trygghet, beskyttelse og selvbestemmelse ikke har blitt dekket så kan negative skjema utvikle seg.

Hvordan foregår behandlingen?

Først kartlegges behovene som ikke ble dekket i barndommen (eks. omsorg), så koples de til aktuelle problemer (eks. en følelse av at ingen bryr seg). Bildeøvelser (emosjonelle teknikker) brukes for kontakt med fortrenge følelser. Man lærer å kjenne på triste følelser uten å straffe seg selv (kognitive teknikker). Til slutt jobbes det med å bryte atferdsmønstre (eks. slutte unngå situasjoner).

Hvem kan få hjelp?

Metoden er utviklet for dem med langvarige problemer, eks personlighetsforstyrrelser. Men alle som opplever at de har et negativt mønster som styrer dem, eks at de unngår noe de egentlig har lyst å være med på eller straffes seg selv med negative tanker (typisk meg, nå klarte jeg det ikke igjen...) kan ha hjelp av metoden. Kan også brukes ved eks spiseforstyrrelser eller problemer i parforhold.

Hvorfor egner metoden seg for personlighetsforstyrrelser?

De med personlighetsforstyrrelser som søker hjelp har ofte langvarige problemer som ofte skyldes udekkete emosjonelle behov eller krenkelser i barndommen.

mvh Gunilla K. Fosse

Definisjon ?

Jeg kjenner mange med "avvikende" personligheter i forhold til 'normen' - men ingen "forstyrrede" personligheter.

Personligheter er ofte ustabile - selvets integritet varierer fra person til person.

Hva definerer en "personlighetsforstyrrelse" ?

Innsendt av: Goebbels

At problemene er langvarige og gir funksjonstap og/eller psykiske symptomer og ofte uhensiktsmessig atferd.

mvh Gunilla K. Fosse

Stor frustrasjon!!

Jeg skulle virkelig ønske at det offentlige hadde et større fokus på konsekvensene det har for barn å vokse opp med mennesker som har psykiske lidelser/personlighetsforstyrrelser. Hva kan resultatet bli for et barn hvis f.eks mor er psykopatisk (i ordets rette forstand - løgnaktig, med manglende empati og skyldfølelse, manipulerende mm)? Når skal vi ta "ofrene" på alvor?

Innsendt av: Hilde

Enig med deg. Vi må ta ofrene på alvor. Vi har alle en samfunnsplikt her. Det gjelder både i nabolaget og på skolen.

mvh Gunilla K. Fosse

Psykopat?

Hei, jeg gjorde min livs tabbe en gang da jeg var ung. Jeg slo til en mann på byen i fylla. Betyr det at jeg er en psykopat? Er overbevist om at jeg ikke ville gjort det samme igjen, men føler at jeg overreagerte den gangen og lurur på om det er noe galt med hodet mitt siden jeg reagerte slik jeg gjorde...

Innsendt av: Angrende

Hvis du angrer er du ikke psykopat.

mvh Gunilla K. Fosse

Behandling

Jeg kjenner en person som er passer inn i kategorien "Antisosial, ønsker ikke behandling, og mener hun er feilfri". Dette er til stor belastning for hennes familie. Hvordan kan man få en slik person til å søke hjelp? Dette har pågått over en rekke år.

Innsendt av: Marianne Sørensen

Det er vanskelig å motivere noen til behandling med mindre man stiller ulitmatum.

mvh Gunilla K. Fosse

dyssosial personlighetsforstyrrelse med psykopatiske trekk

er de med denne diagnosen kapabel til å ta vare på barn? hvordan kan man gjøre det best for barna med samvær med en slik forelder? barnet har vist nervøsitet når det har vært sammen med denne forelderren. er det tilfellet at det kan være best for barnet uten samvær i en slik sak? barnet er 5 år.

Innsendt av: bekymret mamma

Hvis en person har denne diagnose vil de selvfølgelig ikke være gode foreldre. De har ikke empati og er uberegnelige. Dette er en generell holdning.

mvh Gunilla K. Fosse

Avhengig

Jeg tror at jeg kanskje har den forstyrrelsen at jeg er avhengig, hvordan kan man få stillt diagnosen, og er det flere kjennetegn på den?

Innsendt av: Peder

Viktigste kjennetegn er en følelse av å ikke klare seg alene, redsel for ensomhet, redsel for å ta avgjørelser, redsel for å ta feil avgjørelser, behov for bekreftelse og en tendens til å strekke seg langt for å ikke bli alene. Typiske er problem med å kjøre bil alene.

mvh Gunilla K. Fosse

Emosjonelt ustabil?

Jeg er en jente på 24 som går til en psykolog som nå lurer på om jeg har en emosjonelt ustabil PF. Selv kjenner jeg meg ikke helt igjen i diagnosen for jeg er ganske stabilt nede (deprimert), er heller ikke impulsiv i forhold til bilkjøring, sex eller noe annet og har god kontakt med familie, venner og kolleger. Har prøvd å ta livet mitt to ganger, drev med selvsykdom i tenårene, men klarer meg greit nok nå selv om jeg er deprimert (og sliter litt med spising). Har klart å ta en 3-årig høyskoleutdanning og jobber 100 % nå. Er det vanlig at en med PF kan klare seg såpass bra i forhold til jobb, utdanning og venner? For det er vel vanlig å se på hvordan personen klarer seg i dagliglivet også?

Innsendt av: Henriette24

For å få diagnosen personlighetsforstyrrelse så er det flere kriterier som skal være til stede. Først er det de "generelle kriteriene" som sier noe om langvarige problemer med å fungere sammen med andre grunnet negative tankemønstre, tolkningsfordreining, affektabilitet og impulsivitet. Hvis man fungerer bra sammen med venner, kjæreste og familie, og fungerer bra på jobb så er det mindre sannsynlig at man har en personlighetsforstyrrelse. Du kan likevel ha noen "skjemaer" som forstyrrer din livskvalitet, og kanskje vil du ha nytte av selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt".

mvh Gunilla K. Fosse

Alkohol og personlighetsforstyrrelser

Kan personlighetsavvik forsterkes av alkohol? Hva kommer det av at de fleste mennesker - med og uten alkoholproblem- er seg selv når de drikker, mens enkelte plutselig kan virke utilregnelige? Det er noe i øynene som jeg ikke kan forklare.

Innsendt av: Bartender

At enkelte plutselig kan virke utilregnelige kan kanskje ha noe med personlighetsavvik å gjøre, med det kan også være andre grunner. Kanskje er vedkommende i dårlig humør eller lei seg før de begynner å drikke. Eller kanskje bruker de alkohol for å kompensere for følelser av utilstrekkelighet og føler seg tøffere og sterkere da de drikker alkohol?

mvh Gunilla K. Fosse

Utdanning

Hei hei.

Jeg er utdannet barnevernspedagog og lurder på hvordan jeg kan videreutdanne meg innenfor skjematerapien? Har lest de siste dagers artikler om dette og finner det meget interessant.

Har lastet ned linker som har vært tilgjengelige på artiklene. Jeg har tilholdssted i Trondheim.

Kan du hjelpe meg?

Innsendt av: Henriette Kampsveen

Jeg holder innføringskurser for helsepersonell med moderat til avansert erfaring av psykoterapi. Neste kurs starter i 2008. Jeg er opptatt av å utdanne også annen helsepersonell, men vet ikke helt når dette kan bli. Kanskje tidligst i 2009. Kan du ikke ta kontakt med meg på St. Olavs Hospital?

mvh Gunilla K. Fosse

Unnvikende personlighet.

Hei.

Jeg har lenge mistenkt at jeg har hatt en slags "forstyrrelse", da jeg i korte/lengre perioder av gangen blir nedfor, og har generelt sett unngått sosiale sammenhenger. Da jeg leste denne annonsen, hadde jeg alle tegna i unnvikende forstyrrelse. Selv om jeg kjente meg helt klart igjen, lurder jeg på om dette kan gå over av seg selv? Jeg er nemlig ikke lenger "redd" for å være med venner, og har ikke vært sån deppa jeg har pleid å være på lenge. Og det kjennes så veldig deilig :-)

Håper på svar, på forhånd takk.

Innsendt av: Anonym_86

Ting går seg ofte til, men hvis du merker at du sitter fast i et mønster som forsterker seg selv, da kan det være bra å ta kontakt med psykolog eller psykiater. Jeg vil også anbefale selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt", som kan bestilles fra Ananke: sidsel.m.nilsen@ntnu.no.

mvh Gunilla K. Fosse

Hvor kan jeg få hjelp.

Har personlighetsforstyrrelse.

Bor i rogaland, er det noen plass jeg kan få hjelp med skjematerapi.

Innsendt av: mari

Jeg er usikker, men du kan begynne med skjematerapi litt på egen hånd. Det finnes en selvhjelpsbok som heter "Gjenvinn livet ditt" som kan bestilles fra Ananke i Trondheim: sidsel.m.nilsen@ntnu.no. I boken kalles skjema for leveregel. Det amerikanske uttrykket er

"lifetrap", hvilket på en god måte beskriver de problemer dom skjema ofte medfører: man er fanget i en felle som er selvforsterkende.

mvh Gunilla K. Fosse

er dette reelle diagnoser?

Jeg kjenner til undersøkelser der 50% av de diagnostiserte m pers.forstyrrelser får andre diagnoser av andre leger/psykiatere. Dvs at 50% får en diagnose som er tilfeldig og avhengig av legens/psykiaterens valg, og pasienter får tilfeldige diagnoser. Ser du dette som ett problem?

Innsendt av: espen Hauk

I helsevesenet snakker vi om samsykkelighet eller komorbiditet. Blant psykiatriske pasienter er samsykkeligheten mellom såkalt symptomlidelser (f.eks. angst og depresjon) og personlighetsforstyrrelser ofte rundt 50 % eller mer. Vanligvis begynner man med å behandle symptomlidelsen, og fokuserer på personlighetsforstyrrelsen dersom man ikke oppnår god nok effekt av den initiale behandlingen.

mvh Gunilla K. Fosse

kan anklager som oppfattes som urettferdige resultere i paranoide trekk ?

jeg har i ettertid skjønt at jeg fikk sjokk

etter anklager som ble fremstilt anonymt, men fremført via leder. Dette har derfor resultert i stor usikkerhet og begynnende unnvikende adferd.

Hvordan bli bedre ? tabletter eller samtalerapi ? NB har ellers fungert OK i 46år !

Innsendt av: i trøbbel

Det høres litt rart ut at din leder har formidlet anonyme anklager, uten at du har fått dokumentasjon. Har du snakket med din tillitsvalgte? Selvfølgelig kan man bli usikker og mistenksom i slike tilfeller.

mvh Gunilla K. Fosse

Borderline Vs. ADHD

Hei

Jeg har nylig fått diagnosen ADHD. Tidligere har jeg vært innom flere diagnoser, blant dem borderline pf. Jeg fikk vite på min ADHD- utredning at disse diagnosene kan ha like symptomer, merk på jenter, og lett kan forveksles. Hva kan denne likheten være? og hva skiller?

Innsendt av: Hilsen Kristin

Likheten er ofte konsentrasjonsvansker, ulikhet kan være grad av uro.

mvh Gunilla K. Fosse

Stalker?

Jeg har gang på gang sagt i fra at jeg ikke ønsker hans oppmerksomhet. Likevel sender han sms, setter blomster i døra eller lapper i dørmatta. Han vasker bilen min uten min tillatelse og bytter ut lyspærer i bilens utside.

Jeg ignorerer han totalt når jeg møter han i oogangen eller garasjen, likevel fortsetter han å gi meg oppmerksomhet jeg ikke ønsker. Er han en stalker ... bør jeg være redd han? Hvordan skal jeg best oppføre meg for å ikke "trigge" mer det han tydeligvis oppfatter som "tegn" fra meg på at jeg ønsker å ha kontakt med han? HJELP!

Innsendt av: isolert i mitt eget hjem!

Jeg syns du skal ringe politiet og diskutere denne sak. Det er ikke sikkert at han er farlig, men han respekterer ikke dine grenser, noe du kan forlange at han skal gjøre.

mvh Gunilla K. Fosse

Finnes det noen måte å få et budskap til å gå inn hos narsisister?

Delte over i periode bolig med ett sånt menneske (narsisist med psykopaktiske trekk), og det er veldig mye jeg i ettertid kunne tenkt meg å si av sannhetens ord. Men jeg vet at det vil være som å snakke til en murvegg, og bare tanken på det er utrolig frustrerende. Går det an å få dem til å ta til seg informasjon som er ubehagelig for dem å forholde seg til? Min erfaring er at slik informasjon blir bortforklart av dem selv og slutter å eksistere ganske raskt.

Innsendt av: Kine

Mennesker med narsissistiske og psykopatiske trekk har ikke alltid innsikt i egen problematikk eller kontakt med sine følelser. I en diskusjon kan de føle seg angrepet og komme i forsvarsposisjon. I denne posisjon er de vanligvis flinke til å argumentere og man kan få følelsen av å møte en murvegg. Det kan være bedre å stille undrende spørsmål, enn å komme med påstander, men ibland når man ikke frem da heller.

mvh Gunilla K. Fosse

meri, oslo

Forskjeller i "normalen" mellom ulike landsdeler og land?

La oss ta den histrioniske typen først: Folk fra f.eks. Italia og Frankrike fremstår gjerne som langt mer "dramatiske" enn mer trauste nordmenn. Folk fra nord er ofte mer selvhevdende enn "søringer". Amerikanere kan ofte fremstå veldig navlebeskuende i sitt forhold til resten av verden. Er derfor en stor del av disse befolkningene narsissistisk?

Burde man ikke være litt forsiktig med disse kategoriene. At noe av det er subkulturelle og kulturelle forskjeller og ikke en direkte personlighetsforstyrrelser? Det er helt klart mange i ethvert samfunn som har dysfunksjonelle personligheter, trekk som går ut over livskvalitet både for dem selv og deres nærmeste. Og det er bra om disse kan få innsikt i utfordringene og nærme seg "normalen".

Men samtidig kan jo "normalen" bli et ganske trangt sted, hvor vi mister viktige forskjeller som beriker fellesskapet. Noe kulturelle forskjeller kan fortelle oss noe om. At "normalen" er langt mindre statisk enn denne modellen tillater?

Innsendt av: Mari Olsen

Jeg er enig i at man skal være forsiktig med kategoriene, men i diagnostiseringen tar man hensyn til kulturelle forskjeller. Det er også riktig at normalen kan bli et trangt sted, men folk som lider av personlighetsforstyrrelser sliter så pass mye at de trenger behandling for å få en bedre livskvalitet.

mvh Gunilla K. Fosse

Stigma

Går det ikke an å sortere mennesker etter andre kriterier enn personlighetsforstyrrelser? Det er bare psykologer, leger, psykiatere, legemiddelprodusenter og andre pengeinnkrevende grupper som tjener på det.

Savner mer humanistiske kriterier.

Strukturfascisme eller noe annet?

Innsendt av: Siss

Grunnen til at man stiller en diagnose er fordi man tilpasser behandlingen etter diagnosen. Det er derfor diagnosen er viktig, og det har ingenting å gjøre med å sette merkelapper på folk, eller fordi noen skal tjene penger. Når dette er sagt så er det selvfølgelig mange som reagerer på ordet forstyrrelse, men det er også mange som synes det er OK å ha en forstyrrelse; som føler at det er trygt at det finnes et navn på plagene de har.

mvh Gunilla K. Fosse

Studentsykdom?

Hei,

22 år, mannlig student. Har ikke problemer med å omgås andre mennesker dersom jeg må, men jeg hater det. Kjenner ingen utenom familien min. Bruker all tid på trening og skolearbeid, uten å ha noen faktiske grunner for det. Har hatt spiseforstyrrelser før, men føler dette problemet er borte.

Nåværende problemet mitt er: Jeg legger detaljerte planer for morgendagen før jeg legger meg, Dersom planene ikke går nøyaktig slik jeg forventer så blir jeg stresset - jeg begynner å kaldsvette og mister totalt kontroll - blir nærmest apatisk; også har jeg en tendens til å skli ut med å bli svært aggressiv. Siden jeg ikke nødvendigvis ikke har noen å ta det ut på så legger jeg skylden på meg selv. Men av og til føleste det som jeg er to personer: han som vil

la meg sove 1 time lenger på en lørdag, eller han som vil ha meg opp av senga klokka 6 og trene/gjøre skolearbeid...

Er jeg klin gal? Bør jeg oppsøke hjelp?
Innsendt av: Laplace

Det høres ut som om du prøver å kontrollere noen tanker eller følelser på denne måte, og at du har et sterkt press inne i deg. Du er ikke klin gal, men jeg syns du skal oppsøke hjelp. Man skal ikke ha det slik som du har det! Kanskje kan du ha hjelp av selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt", som kan bestilles fra Ananke: sidsel.m.nilsen@ntnu.no. Kanskje har du "strengte standarder" (kapittel 15 i boken)?

mvh Gunilla K. Fosse

hvordan finne ut

Jeg lurer på om det finnes en enkel måte å finne ut om man har personlighetsforstyrrelser. Alla slik som kjønnsykdommer.

Innsendt av:

Diagnosen stilles vanligvis vha. et diagnostisk intervju, men enkelt sagt så er det snakk om langvarige mønster som gir problemer i mellommenneskelige situasjoner, enten ved at man tenker negativt om seg selv, feiltolker utsagn eller situasjoner, eller at man har en uhensiktsmessig atferd (eks. impulsivitet, rus, selvskading). Ofte sliter man med lav selvfølelse eller lav selvtillit og ibland med tomhetsfølelse. Psykiske symptomer er vanlige. Dette gjelder spesielt for de typer personlighetsforstyrrelser som søker hjelp.

mvh Gunilla K. Fosse

Unnvikende?

I føkle dagbladets fremstilling av personlighetsforstyrrelsene er jeg unnvikende. Hva vil dette egentlig si og hva kan jeg gjøre for å endre dette? Må jeg gå til terapi, eller er det no form for øvelser e jg kan gjøre mer på egenhånd? Var rart å kjenne seg igjen, og føle seg så truffet, men var nesten litt lettelse også å "vite" at det er noe, ikke bare jeg som er "rar". Jeg er i begynnelsen av 20 årene. Hvor stor er sjansen for at dette forsvinner?

Innsendt av:

Unnvikelse betyr at man unnviker for å unngå situasjoner hvor man kan bli kritisert, latterliggjort eller avvist. Det blir fort en vane å unnvike, og man kan fungere relativt bra selv om man har denne atferd. Derfor er det viktig å ta fatt i dette så fort som mulig, slik at den ikke får forsterke seg. Du kan begynne med å lese i selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt", som kan bestilles fra Ananke: sidsel.m.nilsen@ntnu.no. Finn ut hvilke leveregler (skjema) du har og se om du kan følge "oppskriften" i boken steg for steg. hvis du trenger hjelp, ta kontakt med din fastlege for henvisning til psykiatrisk poliklinikk.

Du må jobbe litt med dette, alene eller i psykoterapi, gjerne gruppeterapi, så vil det vanligvis gå seg til.

mvh Gunilla K. Fosse

Linn Skåbers forstyrrelse

Jeg mener det må være uttrykk for en personlighetsforstyrrelse når en person - som Linn Skåber - er så ekstremt "høy" på seg selv at hun faktisk lager en slik serie! Og - liksom for å "unnskyld seg" - sier hun at det bare er "fiction".

Er du tøff nok til å kommentere dette?

Innsendt av: Kjell Jørgensen

Jeg kan ikke kommentere dette. Jeg har ikke sett henne i action.

mvh Gunilla K. Fosse

Forstyrrende elementer.

Hver dag er ganske perfekt. Jeg setter meg inn i en nyvasket bil og drar på jobb. Der blir jeg møtt av beundrende blikk fra alle, der hvor jeg glir igjennom lokalet i en lekker mørk dress. Og det er naturlig nok forståelig for de andre menn som er der er bare svake underutviklede miniatyrer av en mann.

Men enkle individer gir meg en forstyrrende effekt. Følgelig så fantaserer jeg om å spise dem, men det er ikke det som forstyrrer meg. Jeg prøver å gjøre hva som helst for å bli kvitt de forstyrrende individene; ved å gi dem arbeidsoppgaver borte fra mitt åsyn, avspasering og forflytninger.

Men disse faktorene begynner å bli vanskeligere å bli kvitt og jeg leter etter andre alternativer. Hva syns du?

Innsendt av: fabian

De som ikke sender deg beundrende blikk er sannsynligvis de som best kan hjelpe deg med dette problem. Kanskje du skal finne ut av hva de er misfornøyd med før du forflytter dem? Det vil kunne gi deg svaret som du er på jakt etter. Ofte kan det være ens egen redsel for å ikke fremstå som perfekt eller problemer med lav selvfølelse som kommer i veien.

Et alternativ er å søke hjelp hos psykiater eller psykolog, eller å lese kapitlene om emosjonell deprivasjon, defekter/skam, strenge standarder og selv-berettigelse i selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt", som kan bestilles fra Ananke: sidsel.m.nilsen@ntnu.no

mvh Gunilla K. Fosse

Histrionisk

Jeg lurer først og fremst på om du har råd i forhold til hvordan man best forholder seg til, og best kan få mennesker som viser mange av de trekkene som beskriver Histrionisk personlighetsforstyrrelse til å søke hjelp. Selv om de muligens ikke kvalifiserer til diagnose,

så regner jeg med at det er hensiktsmessig å søke hjelp.

Man vil jo gjerne hjelpe, samtidig som man er redd for å dytte vedkommende i kjelleren ved å anbefale dem å søke profesjonell hjelp. Spesielt siden vedkommende i lang tid også har vært demprimert.

Når jeg prater med vedkommende og prøver å vinkle det i retning av at man for å løse problemer i mellommenneskelige relasjoner ofte må se på hvordan man selv handler og hvordan man imøtegår andre mennesker, så er standardsvaret "ja men" etterfulgt av argumenter for hvorfor alt er "de andres" feil. Andres argumenter møter stort sett døve ører. Hun hevder å kjenne seg selv og hvordan hun fremstår veldig godt, men belastningen oppførselen gir både henne selv og andre synes å motsi dette kraftig. De tydeligste trekkene er teatreals, enormt oppmerksomhetsbehov (koste hva det koste vil), samt skiftende fra den ene til den andre "voldsomme" følelsen.

Innsendt av: Lilly

Hvis hun er deprimert så kan du kanskje anbefale at hun søker hjelp for sin depresjon? Da vil hun sannsynligvis også få hjelp med sine histrioniske personlighetstrekk.

mvh Gunilla K. Fosse

Covert narsissist?

Hei!

Har arbeidet med og studert (UiB) psykopati og narsissisme en del år

<http://www.narsissisme.no/NyBok.html>

og lurer på følgende:

De siste ti-års forskning har vist at det i hovedsak er 2 typer narsissister. Overt type og Covert type. Covert er lite beskrevet i DSM-IV.

http://www.narsissisme.no/psykologi/artikler/overt_covert_narsissisme.pdf

Hvilke instrument har dere for å skille mellom disse to typer og de rene psykopater?

Jeg legger til grunn slik internasjonal forskning viser at den rene psykopat ikke er synonym med antisosil pf. eller dyssosial pf.

Innsendt av: Rune Fardal

I skjematerapitermer overkompenserer overte narsissister på defekter/skam og emosjonell deprivasjon, mens coverte vil overgi seg mer til defekter/skam. Vi har ingen andre instrumenter for å skille disse to former. Når det gjelder psykopati så finnes det psykopatsjekklister, men da psykopater og narsissister sjelden er hjelpesøkende så er det sjelden bruk for instrument av dette slag i klinikken, og dermed ikke heller for instrument som skiller dem fra hverandre.

mvh Gunilla K. Fosse

Har jeg en personlighetsforstyrrelse?

Jeg kjenner meg igjen i flere punkter under "unnavikende" og ustabil. Jeg er sjenert, vil helst unngå å møte folk jeg ikke kjenner, vil ikke ta kontakt med folk, føler meg tom, er deprimert, har dårlig selvtillit.

Har jeg en personlighetsforstyrrelse?

Innsendt av: Mann26

Kanskje. Typiske er langvarige plager, som en rød tråd gjennom livet, med røtter i barndommen og ens eget temperament. Funksjonstap eller psykiske symptomer av noe slag følger vanligvis med. Be din lege/psykolog om en utredning med henblikk på personlighetsforstyrrelse. Psykoterapi er vanligvis effektiv behandling.

mvh Gunilla K. Fosse

Avhengig

Hei.

Er det realistisk å tro at denne formen for personlighetsforstyrrelse kan kureres? Har personer med slike forstyrrelser i særlig grad innsikt i egen sykdom?

Innsendt av: Tola

Ja, det er realistisk å tro at denne formen for personlighetsforstyrrelse kan kureres. Kanskje kan du få noen tips i selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt", som kan bestilles fra Ananke: sidse.m.nilsen@ntnu.no. Det finnes et eget kapittel om avhengighet.

Personer med avhengig personlighetsforstyrrelse har vanligvis innsikt i egen sykdom. Denne innsikt kommer godt med i behandlingen.

mvh Gunilla K. Fosse

Ang paranoia

hei, bra tiltak dette:)

har slitt med paranoide vrangforestillinger i 4 år nå. på alle punkt. (og det kommer av rusmisbruk, ikke av naturlige årsaker.) men spesielt utbredt er tanken på at partner er notorisk-utro (noe jeg vet innerst inne ikke er sant), det er voldsomt slitsomt for oss begge og det sørger for at vi sakte men sikkert sklir fra hverandre, noe jeg absolutt ikke vil...

etter en voldsom vektøkning på zyprexa og en nesten bortkastet affære med seroquel. (som knapt hadde virkning) har ikke brukt medisin på rundt et års tid nå. men det største problemet ligger nok i tankekjøret, hadde jeg blitt kvitt det, hadde jeg blitt kvitt voldsomt mye.

for paranoide tanker slår ikke inn med en gang, slik som før, men heller etter ekstremt mye tenking og analysering. ser liksom et "mønster" i alle handlinger, diskusjoner etc, etc som til slutt viser til feks et utroskap som har tatt plass. idet tanken slår inn er det mye frykt, sinne, og bitterhet, men etter ca en dag så er ting på normalt nivå igjen...

så spørsmålet: har du andre alternative medisiner eller metoder som kan hjelpe meg?

takk på forhånd..
mvh utslitt 20-år ung gutt...

p.s: for et par år siden var ting ekstremt mye verre. 24 timer i døgnet med sammenhengene paranoide forestillinger, noe som har vist seg å ha bedret seg, ikke bare med zyprexa men også med alder, med tanke på at jo eldre man blir jo mer logisk og foruftig tenker man..

Innsendt av: ikke viktig

Jeg tror at du og din partner vil ha nytte av å lese om "mistillit" i selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt", som kan bestilles fra Ananke: sidse.m.nilsen@ntnu.no.

Ang. medisiner så må du diskutere dette med din lege. Diskutere også om du kan ha en paranoid personlighetsforstyrrelse. Hvis du har det så vil jeg anbefale deg psykoterapi, evt. sammen med din partner.

mvh Gunilla K. Fosse

Alvorlig personlighetsforstyrrelse

Kan enkelte personer som har en alvorlig personlighetsforstyrrelse være velfungerende og gode mennesker som ikke gjør andre noe vondt?

Innsendt av: Conquistador

Per definisjon har en person som lider av personlighetsforstyrrelse funksjonstap av noe slag, enten sosialt eller i jobbsammenheng. I tillegg har de ofte psykiske symptomer som påvirker livskvaliteten negativt. Personer som lider av alvorlig personlighetsforstyrrelse er vanligvis gode (slik du skriver) hvis de har intakt evne til empati.

mvh Gunilla K. Fosse

Borderline

Jeg har selv ustabil pf og unnvikende pf. Men jeg tør ikke si det til andre, for spesielt ustabil (borderline) pf har et stygt rykte, og jeg opplever at folk tror at de som har borderline er både manipulerende, utagerende og voldelige.

Selv føler jeg at det å ha sånne psykiske lidelser ikke er "virkelige" for andre, at mange tror man "er sånn" pga latskap eller at det er selvforskyldt. Derfor ønsker jeg ofte at jeg hadde

feks kreft i stedet. Det er i alle fall en godkjent sykdomstilstand.

Hvordan ser du på dette? Er det typiske holdninger for det norske samfunn?

Innsendt av: Vilde

Ja, dessverre har ustabil personlighetsforstyrrelse dårlig rykte, men det er ofte ufortjent. Vanligvis er en person som har ustabil personlighetsforstyrrelse en empatisk og hyggelig person, som er redd for å bli forlatt og derfor kan reagere negativt på avvising. Det er selvfølgelig ikke snakk om latskap eller selvforskyldt. Vanligvis finnes svarene å hente i en ustabil eller uforutsigbar barndom.

mvh Gunilla K. Fosse

Unnvikende personlighet?

Hei,

Jeg opplever ofte ubehag i nye situasjoner hvor jeg er omgitt av mye folk, for eksempel en ny arbeidsplass eller et nytt kurs på universitetet hvor jeg ikke kjenner noen av medstudentene fra før o.l. Jeg blir nærmest paralyisert og snakker stort sett når noen spør meg om noe og har problemer med å slappe av (hodet/nakke kan av og til riste/skjelve svakt). På den annen side sammen med kamerater jeg har kjent stort sett hele livet er jeg en helt annen person; sosial, "normalt" pratsom og avslappet. Er det mulig å få til å endre seg til å bli mer sosial og avslappet også blant nye potensielle bekjenskaper og i såfall hvordan? Har du noen litteraturtips?

Innsendt av: Ung mann

Jeg anbefaler at du leser selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt" som kan bestilles fra Ananke: sidsel.m.nilsen@ntnu.no

mvh Gunilla K. Fosse

migrene= psykisk syk

har du noen erfaringer der migrenepasienter har blitt henvist til psykolog?

Min lege mener nemlig at min hodepine (med alle likhetstegn som migrene) er psykisk og at migrenen går bort hvis jeg "prater" med noen..?

Kan psykologer skrive ut reseptbelagte smertestillende?

Innsendt av: Lexi_

Psykologer kan ikke skrive ut reseptbelagte medisiner, men de kan hjelpe deg å finne nærmere ut om sammenhengen mellom hodepinen og psyken.

mvh Gunilla K. Fosse

diagnose??

Ved denne oppdelingen av folk. Vil det si at Statminister Jens Stoltenberg er Psykopat? At

Gerd Liv Valla er psykopat? Gjeder det alle sjefer og næringstopper? De vi kaller slavedrivere får gjerne tilnavn som psykopater. Men de får jo betalt for å opptre slik... Mens arbeidstakere, de ansatte må forandre personlighet for å beholde jobben... Har alle personlighetsforstyrrelser i dag, mer eller mindre? Syns det høres bra ut å være psykopat, for da kan ingen andre styre over deg. Skulle gjerne vært en gerdlivvalla.... Er dette sunt?
Innsendt av: r

Jeg tror ikke det er greit å være psykopat. Per definisjon er man da uempatisk, overflatisk og utnyttende/nedlatende i mellommenneskelige forhold. Les mer i boken "Sjarmør og tyrann" av Alv Dahl. Å være mer rasjonell enn emosjonell i enkelte situasjoner tror jeg mange ønsker; emosjonene får oss ibland til å føle oss svake.

mvh Gunilla K. Fosse

schizofreni og personlighetsforstyrrelser

hei gunilla klensmeden fosse.

jeg lurar på forholdet mellom schizofreni og personlighetsforstyrrelser. hvis man er diagnostisert med schizofreni, kan man samtidig ha en/flere personlighetsforstyrrelse(r), eller vil de eventuelle symptomene bli tilregnet schizofrenien? hva skiller eventuelt schizofreni fra en personlighetsforstyrrelse? er det at schizofreni regnes som en sykdom, mens en personlighetsforstyrrelse er bare en "ekstrem" form for personlighet? eller har det noe med psykose å gjøre?

jeg har hatt diagnosen schizofreni/schizoaffektiv lidelse i mange år (litt forskjellig fra behandler til behandler), men jeg kjenner meg mye bedre igjen i ustabil, avhengig, paranoid, unnvikende og schizotyp personlighetsforstyrrelse. kan det være feildiagnostisering på gang her?

mvh
Innsendt av: meg

Man kan ha både personlighetsforstyrrelse og andre lidelser samtidig. Hovedbehandling ved personlighetsforstyrrelse er psykoterapi. Jeg foreslår at du tar kontakt med din behandler og diskuterer dette. Hvis du fyller kriteriene for en personlighetsforstyrrelse så vil du sannsynligvis ha hjelp av psykoterapi rettet mot personlighetsforstyrrelsen.

mvh Gunilla K. Fosse

Hvordan møte sinneutbrudd

Hei

Har vært gjennom dsm systemet i studier og ser at min mor har noen trekk ved flere av forstyrrelsene. Den vanskeligste å forholde seg til er nok de uforutsigbare skiftene som følger med borderline. En må alltid være påpasselig for ikke å si/gjøre noe som hun kan mistolke, -slik at det utløser eorme raseri og kjefteubrudd.

Nå er jeg bare hjemme i ferier og har egentlig liten interesse for å bruke den lille tiden jeg

har med familien i dårlig stemning.

Lurer på om du har noen tips for hvordan jeg kan gå frem for å unngå at utbrudd kommer eller evt hvordan jeg kan snakke henne ut av utbruddet. -I disse situasjonene tolkes jo alltid alt i mest mulig negative virkning og forsterker bare sinnet...

Innsendt av: nn

Vanligvis blir de fleste av oss sint eller lei oss dersom vi føler oss misforstått eller angrepet. Noen føler seg fortere angrepet og misforstått enn andre. En måte å unngå dette er å stille spørsmål (undre seg) isteden for å påstå ting, eller å snakke om dette i forkant - i en neutral situasjon - og se om man kan komme overens om en måte å takle situasjonen da den oppstår (ta time-out). Kanskje vil du ha nytte av å lese i selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt", som kan bestilles fra Ananke: sidsel.m.nilsen@ntnu.no.

mvh Gunilla K. Fosse

Tegneserie

Undertegnede er en kar på over 30 år som elsker tegneserier a la Pondus og Rocky, men også øl og fotball er viktige ingredienser i mitt liv. Derimot så hater jeg romantiske komedier med Meryl Streep. Har jeg en umoden personlighetsforstyrrelse? Bør jeg begynne med tralala-piller?

Innsendt av: Günther

Det høres ut som om du har det bra. Fortsett med det!

mvh Gunilla K. Fosse

personlighetsforstyrrelse

Gjennom snart 4 år har jeg levd med en samboer som har store problemer.Han opplevde så mye vondt i barndommen at de 8-10 første årene er visket ut av hukommelsen.Jeg går som på nåler,-fordi han stadig forandrer seg,-han trives best alene og har ingen venner eller familie han har kontakt med.Alle andre har "tusen"feil,-mens han er feilfri.Vi har gjentatte ganger prøvd å prate,-men han sier det er hodet mitt det er noe i veien med.Han er redd nærhet,-og slipper ingen inn på seg.I det ene øyeblikket er han ganske vanlig,-for så 2min.etterpå endre både stemmeleie og holdning,-da blir han ironisk og spydig,-og jeg gjør alt galt.Han kan si hva han mener til alle og enhver,-men tåler ikke å bli motsagt.Han kan ikke føle empati,-og viser hverken sorg eller glede,-når noen prøver å fortelle om seg og sitt,-så bryter han av vedkommende og forteller om seg selv,-hele tiden seg selv.Jeg er sliten,-men ønsker samtidig å hjelpe,-om det er mulig.Takk for meg

Innsendt av: anne-marit mehl

Det er flott at du vil hjelpe, men ta vare på deg selv. Kanskje kan du ha nytte av å lese selvhjelpsboken "Gjenvinn livet ditt", bestilles fra Ananke: sidsel.m.nilsen@ntnu.no

mvh Gunilla K. Fosse

Å leve med noen som har personlighetsforstyrrelse

Jeg har for en tid tilbake kommet meg ut av et langvarig forhold til en partner med klare trekk av personlighetsforstyrrelse (min vurdering: høyt fungerende borderline med narsissistiske trekk), men som aldri ar fått noen diagnose. I egne øyne er det bare alle andre det er noe feil med. Et slikt samliv dreper ens selvfølese og fokus er til enhver tid på den andres behov. Det blir da svært vanskelig å få gjort noe med en helt uholdbar situasjon som preges av psykisk (og kanskje også fysisk) mishandling - ofte ganske subtilt. Etter min mening er det altfor lite fokus på hvordan slike mennesker ødelegger livet for andre. Det er et åpenbart behov for et tilbud for folk som lever sammen med disse menneskene. Er det noen planer om å etablere noe slikt?

Innsendt av: Henrik

Er enig med deg. Det burte finnes et slikt tilbud. Tror ikke at det finnes, men f.eks. incest- og krisesentrene er indirekte slike tilbud, selv om det ikke er eksplisitt uttalt at ofrene er blitt utsatt for vold/overgrep av personer med ikke-empatiske personlighetsforstyrrelser.

mvh Gunilla K. Fosse

Borderline

Vi lærer stadig på skolen at "borderline" er et utdatert og nedsettende begrep. Ser de bruker det her på dagbladet også. Hvilket begrep skal man bruke i steden?

Innsendt av: Mari Jensen

Emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse, borderline type er den norske betegningen.

mvh Gunilla K. Fosse

histrionisk personlighetsforstyrrelse

leste om symptomene på denne og ble litt betenkt. er dette noe man kan behandle? eller vokse av seg? jeg er 21 år og ser litt vel mange sammenhenger i forhold egen oppførsel de siste årene..

Innsendt av:

Du er ung og mange ganger vokser man av seg impulsive og histrioniske trekk. Hvis de skaper problemer for deg kan du ta kontakt med psykiater/psykolog.

mvh Gunilla K. Fosse

Hvorfor brenner enkelte personlighetsforstyrrelser ut?

Jeg har forstått det slik at enkelte personlighetsforstyrrelser kan forsvinne etter noen år. Er ikke personligheten mer eller mindre stabil gjennom hele livet?

Innsendt av: Marta

Det stemmer at noen personlighetsforstyrrelser ser ut til å brenne ut. Dette gjelder spesielt de mer ustabile og impulsive forstyrrelsene. Personlighet og personlighetsforstyrrelse er ikke samme sak.

mvh Gunilla K. Fosse

Hvis noen

- blir sint om kona blir syk, og går ut med kompiser i stedet for å ta seg av tre mindreårige barn
 - viser ingen forståelse om kona blir lei seg da
 - mener angrep er det beste forsvar
 - reiser på ferieturer uten å klarere med kona
 - bruker ukritisk penger på seg selv, men sparer når det gjelder familien
 - har ikke sans for å yte for å nyte
 - føler ikke han har ansvar for å drive hjemmet verken med arbeidsinnsats eller penger
 - bruker ukritisk all fritid til egne hobbyer
 - innleder gjerne utenomekteskapelige forhold
 - viser ingen anger
- ...men er ellers særdeles sjarmerende og imøtekommende utad....

--- kan man si at man har å gjøre med en psykopat da?

Innsendt av: "Betutta"

Forsida ble sist oppdatert:

Typisk for psykopater er at de er uempatiske og utnyttende i mellommenneskelige forhold, ikke viser anger og er sjarmerende utad. Les mer i "Sjarmør og tyrann" av Alv Dahl.

mvh Gunilla K. Fosse

Vaktsjef nå:

© 2010 DB Medialab AS Ansvarlig redaktør Dagbladet/Dagbladet.no: Lars Helle

Dagbladet på PDF



Les dagens avis her!