

## PERSONLIGHETSFORSTYRRELSER

<a href="#">Hva er..?</a>	<a href="#">Symptomer</a>	<a href="#">Utbredelse</a>	<a href="#">Årsaker</a>	<a href="#">Behandling</a>	<a href="#">Hva gjør jeg?</a>
<a href="#">Pårørende</a>	<a href="#">Prognose</a>	<a href="#">Ulike typer</a>	<a href="#">Lenker</a>	<a href="#">Forsiden</a>	

### Hva er en personlighetsforstyrrelse?

Man tenker seg gjerne at personligheten består av et mønster av ulike grunnleggende personlighetstrekk. Med personlighetstrekk forstår vi stabile mønstre for hvordan vi tenker, føler og handler som viser seg i mange viktige sosiale og mellommenneskelige sammenhenger.

Tidligere ble denne diagnosekategorien kalt "karakteravvik".

En personlighetsforstyrrelse er en psykisk lidelse preget av avvik i personlighetstrekk som viser seg i form av reaksjoner innen mange personlige og sosiale situasjoner som er annerledes det som er kulturelt forventet og akseptert. Personens atferd er lite fleksibel eller ikke funksjonell i mange ulike situasjoner, og representerer et mønster som går igjen over lang tid. En personlighetsforstyrrelse fører til betydelig ubehag, enten for personen selv, eller for hans/hennes sosiale miljø. En personlighetsforstyrrelse utvikler seg langsomt gjennom barndommen og vil vise seg sent i barndommen eller i ungdomsårene.

Personlighetsforstyrrelser blir delt inn i undergrupper, med spesifikke symptomer og sykdomsforløp for hver undergruppe. Undergruppene vil kort bli beskrevet [her](#).

### Symptomer på personlighetsforstyrrelse

Personlighetsforstyrrelsen er kjennetegnet ved at personen skiller seg fra de fleste andre mennesker på følgende områder: 1)kognisjon; måten personen oppfatter og tolker seg selv, andre mennesker og begivenheter, 2) affektivitet; om personens følelser er passende til situasjonen, 3) hvordan personen kontrollerer sine impulser og får dekket sine behov og 4) hvordan personen forholder seg til mennesker som står ham/henne nært og takler å være sammen med andre mennesker.

En person med en personlighetsforstyrrelse skiller seg i stor grad fra andre mennesker på disse områdene. Alle symptomene trenger ikke å være tilstede samtidig.

Det er flere grader av personlighetsforstyrrelser. Mange kan leve med en personlighetsforstyrrelse, mens noen av personlighetsforstyrrelsene er så plagsomme for personen selv eller omgivelsene at det blir vanskelig for personen å leve et vanlig liv.

### Utbredelse av personlighetsforstyrrelser

Personlighetsforstyrrelser forekommer sjeldent. Tallene på utbredelsen varierer med hvor strenge kravene til diagnosen er.

### Årsaker til personlighetsforstyrrelser

Som for mange andre psykiske lidelser vil utviklingen av personlighetsforstyrrelser skyldes en kombinasjon av arv og miljø. Det er vanlig å tenke at personlighetsforstyrrelser kan utvikles som resultat av ulike negative forhold i en persons barndom, som f.eks. mangel på stabile personer i barndommen som barnet kunne knytte seg til, brudd på følelsesmessige bånd, at foreldrene ikke avpasser seg barnets ønsker og utviklingsnivå, dårlige rollemodeller, overgrep, hjem preget av disharmoni, fysisk eller psykisk vold. Dette er faktorer som kan være med å påvirke personlighetsutviklingen på en negativ måte og som kan være årsaksmessige faktorer eller faktorer som gjør en person mer sårbar for å få en personlighetsforstyrrelse. Det er imidlertid viktig å være oppmerksom på at mange barn som opplever ulike grader av negative faktorer i barndommen, likevel ikke utvikler en

personlighetsforstyrrelse.

## Behandling av personlighetsforstyrrelser

Det er mange ulike grader av hvor mye en person blir preget av en personlighetsforstyrrelse. Det er mange som kan leve hele livet med en personlighetsforstyrrelse uten å trenge eller ønske behandling.

Personen selv kan ofte være mindre plaget av lidelsen enn personens omgangskrets. Dette er fordi at sider ved personen som oppfattes vanskelige av omgangskretsen, kan oppfattes som normale og uproblematisk av personen selv. Av den grunn vil han/hun ofte ikke søke behandling. Dersom en person med personlighetsforstyrrelse kommer i behandling, er det ofte som resultat av en annen lidelse, f.eks. angst eller depresjon. Dersom en person kommer i behandling for sin personlighetsforstyrrelse kan det være vanskelig for terapeuten å få etablert et godt samarbeidsforhold med klienten. Dette er fordi personer med personlighetsforstyrrelse ofte har vanskelig for å ha tillit til andre.

Medikamentell behandling for personlighetsforstyrrelser har liten verdi, men kan kombineres med psykoterapi i behandling av andre psykiske lidelser som kan forekomme samtidig, som f.eks. angst og depresjon.

### Hva gjør jeg hvis jeg lurer på om jeg har en personlighetsforstyrrelse?

Dersom du lurer på om du har en personlighetsforstyrrelse bør du først og fremst skaffe deg mer informasjon om den lidelsen du tror du har. Det finnes mange ulike personlighetsforstyrrelser. Dersom du føler deg spesiell eller annerledes fra andre mennesker har du ikke nødvendigvis en personlighetsforstyrrelse. Du bør også oppsøke din lege og snakke med ham/henne om din bekymring. Legen kan hjelpe deg med henvisning til psykolog eller psykiater. Dette er eksperter som kan vurdere om du har en personlighetsforstyrrelse, og eventuelt hjelpe deg videre i behandlingsapparatet.

### Hva kan jeg gjøre som pårørende til en med personlighetsforstyrrelse?

Dersom en av dine nærmeste har en personlighetsforstyrrelse vet du at vedkommende har et mønster i sin måte å tenke, føle og handle på som er annerledes fra de fleste andre. Det er tvilsomt om du vil kunne bidra til å endre vedkommendes personlighet. For din egen del kan det være nyttig å skaffe deg informasjon om lidelsen. Vær imidlertid oppmerksom på at det er store individuelle forskjeller fra person til person, slik at generell kunnskap ikke alltid passer helt for den du kjenner. Det er også viktig å være oppmerksom på at personen kan ha *noen* sider ved sin personlighet som oppfattes som problematiske, mens andre deler er helt uproblematisk. Det er ikke sikkert at du vil trenge å forholde deg til disse problematiske sidene i det hele tatt. Forhold deg til vedkommende slik du ellers forholdt deg til ham/henne, før du fikk kjennskap til at vedkommende har fått denne diagnosen.

### Prognose for personlighetsforstyrrelse

En personlighetsforstyrrelse er i seg selv en vedvarende tilstand som viser seg i mange situasjoner og som har vedvart siden barne- eller ungdomsårene. Av den grunn er det vanlig å tenke at det er vanskelig å få til en betydelig endring av en personlighetsforstyrrelse. Noen personlighetsforstyrrelser blir imidlertid mindre fremtredende etter hvert som personen blir eldre, og mange tilpasser livet sitt slik at de kan leve relativt vanlig med en personlighetsforstyrrelse hele livet. Andre kan lære hvordan de kan håndtere situasjoner som har vist seg problematiske. Noen kan også fungere bedre dersom de gjennom behandling får innsikt i sin egen personlighetsstruktur.

## TYPER PERSONLIGHETSFORSTYRRELSE

[Paranoid](#)

[Schizoid](#)

[Schizotyp](#)

[Antisosial](#)

[Emosjonell ustabil](#)

[Histrionisk](#)

[Narsissistisk](#)

[Unnvikende](#)

[Avhengig](#)

[Tvangspreget](#)

Personlighetsforstyrrelser blir delt inn i undergrupper, med spesifikke symptomer og sykdomsforløp for hver undergruppe. Undergruppene vil variere noe avhengig av hvilket diagnose-system som benyttes. Her vil de vanligste

personlighetsforstyrrelsene bli beskrevet. Beskrivelsene er på ingen måte utfyllende. Du kan få mer informasjon ved å se i litteraturhenvisningen. Du bør også lese om [hva er en personlighetsforstyrrelse](#).

### Paranoid personlighetsforstyrrelse

Paranoid personlighetsforstyrrelse er kjennetegnet ved at personen har lett for å bli fornærmet, og ydmyket, har vanskelig for å glemme krenkelser og tilgi; vedkommende bærer nag i lang tid. Personen har en tendens til å være selvopptatt og vil tolke ting som skjer som at hendelsen er myntet på personen. Han/hun har en tendens til å overfortolke, til å tro at det ligger fiendtlige intensjoner og meninger bak tilsynelatende nøytrale hendelser. Vedkommende mistenker ofte partneren for å være utro.

Det anbefales at du leser om [personlighetsforstyrrelser](#) for å få et mer helhetlig bilde av symptomer, årsaker, behandling, hva du kan gjøre, prognose etc.

### Schizoid personlighetsforstyrrelse

Schizoid personlighetsforstyrrelse er kjennetegnet ved en manglende interesse for å være sammen med andre mennesker, manglende opplevelse av behov, ønsker og begjær, manglende evne til å uttrykke følelser og sosial ufølsomhet. Vedkommende opplever ingenting intenst og er likegyldig overfor mennesker og aktiviteter. Noen ganger har personer med denne lidelsen mange fantasier og kan uttrykke seg gjennom kunstneriske aktiviteter.

Det anbefales at du leser om [personlighetsforstyrrelser](#) for å få et mer helhetlig bilde av symptomer, årsaker, behandling, hva du kan gjøre, prognose etc.

### Schizotyp personlighetsforstyrrelse

Schizotyp personlighetsforstyrrelse kjennetegnes ved at personen er underlig, eksentrisk og rar i oppførsel, utseende og talemåte, har avdempete følelsesmessige uttrykk og virker kald og reservert. Videre er personen preget av mistenksomhet og paranoide oppfatninger, vil ha en tendens til underlige sanseopplevelser og vil trekke seg tilbake fra sosiale sammenhenger. En person med denne lidelsen vil bli oppfattet som underlig og rar. Han eller hun kan ha det bra dersom de får være i fred.

Det anbefales at du leser om [personlighetsforstyrrelser](#) for å få et mer helhetlig bilde av symptomer, årsaker, behandling, hva du kan gjøre, prognose etc.

### Antisosal personlighetsforstyrrelse

Antisosal personlighetsforstyrrelse er betegnelsen som i dag brukes om det som tidligere ble kalt psykopat. Lidelsen kjennetegnes ved at personen ikke føler samvittighet, skyld og anger, er uansvarlig, impulsiv og aggressiv og ikke følger samfunnets lover, normer og regler. Dessuten vil personen ikke ta hensyn til andres følelser, og han/hun vil skyld på andre når noe går ham/henne i mot. Risikoen for å utvikle et liv med mye kriminalitet, alkohol- eller stoffmisbruk er høy. Vedkommende har lett for å gå inn i forhold, men klarer ikke å opprettholde relasjonen. Han/hun blir fort frustrert og lar dette komme til uttrykk som aggresjon, og ofte også vold.

Det anbefales at du leser om [personlighetsforstyrrelser](#) for å få et mer helhetlig bilde av symptomer, årsaker, behandling, hva du kan gjøre, prognose etc.

### Emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse

Emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse ble tidligere kalt borderline personlighetsforstyrrelse. Fagfolk deler i dag denne

lidelsen inn i to undergrupper – impulsiv type og borderline type. De to typene vil ikke bli beskrevet separat her. Emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse er kjennetegnet ved at personen har et intenst og ustabil følelsesliv, ofte med mye sinne. Personen går lett inn i intense og ustabile forhold, har et ustabil og usikkert selvbilde og identitet, har en tendens til å kunne skade seg selv eller true med å foreta slike handlinger. Personen kommer lett i krangel med andre, og har problemer med å kontrollere seg når han eller hun blir frustrert. Personen er veldig redd for å bli forlatt, og kan fort føle en tomhetsfølelse. Når de er alene vil de ikke føle at de er verdt noen ting, det er bare "tomt". Personen trenger andre for å føle at de eksisterer, det er som om de "låner" sin identitet fra andre.

Det anbefales at du leser om [personlighetsforstyrrelser](#) for å få et mer helhetlig bilde av symptomer, årsaker, behandling, hva du kan gjøre, prognose etc.

### Histrionisk personlighetsforstyrrelse

Histrionisk personlighetsforstyrrelse kjennetegnes ved at personen er teatralsk og overdramatisk, og har en tendens til å overdrive følelsesmessige uttrykk. Personen er ofte overflatisk og de følelsesmessige uttrykkene veksler fra situasjon til situasjon. Han/hun vil ofte ha et behov for å være i oppmerksomhetens sentrum. Personen er opptatt av å være attraktiv, legger stor vekt på utseende og kler og oppfører seg mest mulig forførende.

Det anbefales at du leser om [personlighetsforstyrrelser](#) for å få et mer helhetlig bilde av symptomer, årsaker, behandling, hva du kan gjøre, prognose etc.

### Narsissistisk personlighetsforstyrrelse

Narsissistisk personlighetsforstyrrelse kjennetegnes ved at personen har en følelse av å være meget spesiell og viktig. Personen føler seg berettiget til å bli spesielt beundret, til suksess og særbehandling både fra andre enkeltpersoner og fra samfunnsinstitusjoner. Personen er lite empatisk, det er egne interesser og behov som er viktige. Personen har lett for å tolke andres atferd som misunnelse, og er selv ofte misunnelig på andre. Han/hun er opptatt av at de han/hun omgås må være ekstraordinære, enestående og ha høy status, fordi det bare er disse som fortjener hans/hennes samvær.

Det anbefales at du leser om [personlighetsforstyrrelser](#) for å få et mer helhetlig bilde av symptomer, årsaker, behandling, hva du kan gjøre, prognose etc.

### Unnvikende (engstelig) personlighetsforstyrrelse

Unnvikende (engstelig) personlighetsforstyrrelse er kjennetegnet ved at personen har lav selvfølelse, er usikker og nærtagende. Dette fører til frykt for kritikk, avvisning og for å ikke bli likt. Livet blir preget av spenning, engstelse og usikkerhet, redsel for å dumme seg ut og bli latterliggjort. Personen vil innrette livet slik at han eller hun vil være tryggest mulig, og dermed unngå mange sosiale sammenhenger eller andre situasjoner som vedkommende opplever som skremmende.

Det anbefales at du leser om [personlighetsforstyrrelser](#) for å få et mer helhetlig bilde av symptomer, årsaker, behandling, hva du kan gjøre, prognose etc.

### Avhengig personlighetsforstyrrelse

Avhengig personlighetsforstyrrelse kjennetegnes ved at personen oppfatter seg som ute av stand til å ta vare på seg selv. Dette gjør dem uselvstendige, de tør ikke ta dagligdagse avgjørelser og overlater mest mulig ansvar til andre. Personen frykter intenst å miste sine nærmeste og blir ute av stand til å være alene. Vedkommende vil ha en tendens til å unngå konflikter og heller legge seg flat for og appellere til den han/hun er avhengig av.

Det anbefales at du leser om [personlighetsforstyrrelser](#) for å få et mer helhetlig bilde av symptomer, årsaker, behandling, hva du kan gjøre, prognose etc.

### Tvangspreget personlighetsforstyrrelse

Tvangspreget personlighetsforstyrrelse kjennetegnes ved at personen er svært opptatt av detaljer, har en overdreven ordenssans, er perfektionistisk og overdreven samvittighetsfull. Vedkommende er ofte rigid, sta og har krav om at andre skal følge de systemene de har laget. Han/hun vil ha problemer med å fullføre oppgaver, med å delegere arbeid til andre og med å samarbeide med andre.

Det anbefales at du leser om [personlighetsforstyrrelser](#) for å få et mer helhetlig bilde av symptomer, årsaker, behandling, hva du kan gjøre, prognose etc.

### Personlighetsforstyrrelser – lenker og anbefalt litteratur

Torgersen, S. (1995), Personlighet og personlighetsforstyrrelser. Oslo: Universitetsforlaget.

[Informasjon om personlighetsforstyrrelser fra Ullevål Sykehus, Dagavdelingen, ved Prof. Karterud](#)

[Nettverk for psykoterapeutiske dagavdelinger i Norge](#)