

Päihdepäivä- persoonallisuushäiriöt

- Päihdepsykiatriin näkemyksiä kevät 2004

DRUG ADDICTION IS A COMPLEX ILLNESS

Joensuu 10.3.2004

Persoonallisuushäiriöt

Käyttäytymisen häiriöt



- persoonallisuushäiriöllä tarkoitetaan syvälle juurtuneita ja pitkäaikaisia käyttäytymismalleja, jotka ovat joustamattomia ja ilmenevät haitallisina monenlaisissa elämäntilanteissa
- Ovat kehityksellisiä tiloja, jotka alkavat lapsuudessa, nuoruudessa tai viimeistään varhaisessa aikuisiässä
- Taustalla pitkäaikaisia ympäristökijöitä lapsuuden kehitysympäristössä esim. väkivaltaa, inestiä, vanhempien päihdeongelmat jne.
- Eräät biologiset tekijät esim. kohonnut seerumin testosteroni-, 17-estradioli- sekä estronipitoisuudet (impulsiivinen) aivoselkäydinnesteen serotoniinimetaboliitin, 5-HIA:n aivojen kuorikerroksen prefrontaalialueella harmaan aineen supistuma (epäsos.)
- voidaan tutkia ja arvioida ns. dimensionaalisesta tai ns. kategoriaalisesta lähtökohdasta käsin

Taulukko 15.1. Persoonallisuushäiriön yleiset diagnostiset kriteerit (DSM-IV).

- | | |
|--|---|
| <p>A. Pysyväisluonteinen sisäinen kokemus- ja käyttäytymistapa, joka poikkeaa selvästi henkilön kulttuuriympäristön odotuksista ja ilmenee vähintään kahdella seuraavista alueista:</p> <ul style="list-style-type: none">- kognitio (tavat havainnoida ja tulkita itseä, muita henkilöitä ja tapahtumia)- affektiivisuus (emotionaalisten reaktioiden laajuus, voimakkuus, labiilius ja asianmukaisuus)- vuorovaikutuskyky- impulssikontrolli. | <p>C. Käyttäytymistapa johtaa kliinisesti merkittävään kärsimykseen tai haittaan sosiaalisella, ammatillisella tai muulla tärkeällä toiminnan alueella.</p> <p>D. Käyttäytymistapa on vakaa ja pitkäaikainen, ja se on alkanut jo nuoruudessa tai varhaisaikuisuudessa.</p> <p>E. Käyttäytymistapa ei ole paremmin tulkittavissa muun mielenterveyden häiriön ilmenemis- muodoksi tai seuraukseksi.</p> |
| <p>B. Käyttäytymistapa on joustamaton ja ulottuu moniin henkilökohtaisiin ja sosiaalisiin tilanteisiin.</p> | <p>F. Käyttäytymistapa ei johdu minkään kemiallisen aineen (esim. huumeen tai lääkkeen) suorasta fysiologisesta vaikutuksesta tai ruumiillisesta häiriöstä.</p> |

Persoonallisuushäiriöiden diagnostiikka ja hoito

- luokitellaan hallitsevien käyttäytymismallien perusteella
- diagnoosia tehtäessä tulisi kliinisesti arvioida kaikkia psyykkisen toiminnan osa-alueita, tulisi pohjautua mahdollisimman moneen tietolähteeseen
- DSM-IV-luokitus perustuu moniakselijärjestelmään. 1. akselilla arvioidaan ajankohtaiset kliiniset häiriöt (esim. masennus, päihderiippuvuus) ja 2. akselilla mahdolliset persoonallisuushäiriöt tai älyllinen kehitysvammaisuus (SCID 1-2)

Taulukko 15.2. ICD-10-luokituksen mukaiset persoonallisuushäiriöt ja pitkäaikaiset persoonallisuuden muutokset.

Persoonallisuushäiriöt

- Epäluuloinen persoonallisuus.
- Eristäytyvä (skitsoidi) persoonallisuus.
- Epäsosiaalinen persoonallisuus.
- Tunne-elämältään epävakaa persoonallisuus.
- Huomiohakuinen persoonallisuus.
- Vaativa (obsessiivis-kompulsiivinen) persoonallisuus.
- Estynyt persoonallisuus.
- Riippuvainen persoonallisuus.
- Muut määritetyt persoonallisuushäiriöt.

Sekamuotoiset ja muut persoonallisuushäiriöt

Pitkäaikaiset persoonallisuuden muutokset, jotka eivät aiheudu aivovauriosta tai aivosairaudesta

- Tuhoisaa kokemusta seuraava persoonallisuuden muutos.
- Vakavaa mielenterveyden häiriötä seuraava pitkäaikainen persoonallisuuden muutos.
- Muut määritetyt pitkäaikaiset persoonallisuuden muutokset.

Taulukko 15.3. DSM-IV-järjestelmän mukaiset persoonallisuushäiriöt.

Ryhmä A

Epäluuloinen persoonallisuus.

Eristäytyvä persoonallisuus.

Psykoosipiirteinen persoonallisuus.

Ryhmä B

Epäsosiaalinen persoonallisuus.

Epävakaa persoonallisuus.

Huomiohakuinen persoonallisuus.

Narsistinen persoonallisuus.

Ryhmä C

Estynyt persoonallisuus.

Riippuvainen persoonallisuus.

Pakko-oireinen persoonallisuus.

- ryhmä A:n häiriöitä luonnehtii tietty outous ja erikoisuus
- ryhmä B:n henkilöt ovat dramaattisia, emotionaalisia ja epävakaita
- ryhmä C:n henkilöt ovat usein ahdistuneita tai pelokkaita
- persoonallisuushäiriöitä on pidetty hyvin vaikeahoitoisina tai jopa mahdottomina hoitaa
- pers.häiriöisten henkilöiden persoonallisuuden piirteet toimivat tehokkaasti defenssien palveluksessa, joten he eivät itse kärsi ahdistuneisuudesta tai masennuksesta
- monet potilaat pitävätkin käyttäytymiskaavojaan ja vuorovaikutustapojaan osana itseään, eivätkä halua luopua niistä
- hoitona on käytetty erilaisia psykoterapeuttisia lähestymistapoja
- psykodynaaminen terapia, jossa potilaalle on mahdollisuus korjata häiriintynyt separaatio-individuaali-kehityksensä, on saanut tukea lapsihavainnointitutkimukselta
- lääkehoidossa ei ole vakiintuneita spesifiä hoitokäytäntöä



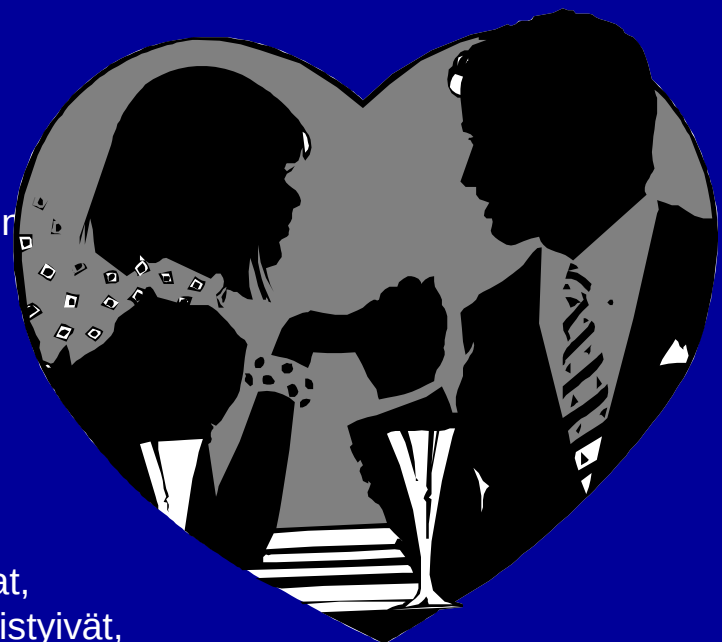
Persoonallisuushäiriöt nuoruusiässä

- 30-40% lapsuuden ja nuoruuden vakavista käytöshäiriöistä jatkuu aikuisuudessa epäsos.persoonallisuutena
- pers.häiriödiagnoosia ei aseteta ennen 18-vuoden ikää
- nuoren pers. kehityksen ongelmat voivat aiheutua useista identiteettiin liittyvistä ongelmista esim. uran valinnasta, ystävyyssuhteista, seks.suuntautuneisuudesta, moraalisista arvoista jne.
- voidaan käyttää diagnoosia identiteettihäiriö
- jos persoonallisuutta leimaa kypsyttömyys (esim. lyhytjännittyneisyys, raivokohtaukset, lapsenomainen reaktiotapa jne.) voidaan käyttää persoonallisuuden kypsyttömyyden nimikettä



Perinteisten persoonallisuushäiriöiden peruskomukset ja -strategiat

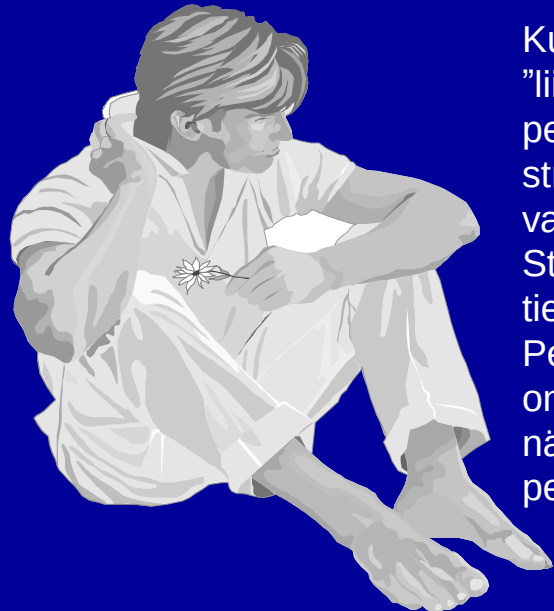
A. Beck et al, 1990,Cognitive Therapy of Personality Disorders - kirjassa kuvaavat, kuinka kullakin persoonallisuushäiriöllä on oma uskomus/asennejärjestelmä ja strategiat,jotka luovat luonteenomaisen persoonallisuusprofiilin. Persoonallisuus koostuu heidän mukaansa perustavaa laatua olevista KOGNITION, AFFEKTien ja MOTIVAATION prosesseista. Persoonallisuuden perusprosessit lepäävät perusrakenteiden (skeemojen) varassa. Havainnot laukaisevat skeemat (kognitiiviset, affektiiviset, motivaationaaliset , instrumentaaliset eli toimintavalmiudet ja kontrolli eli itsearviointi ja toiminnan estäminen tai suuntaaminen). Persoonallisuushäiriöisten ongelmana ovat päälle jäävät, ylikorostuvat, uskottavuudessa lisääntyvät,kaikkea koskevaksi yleistyvät , äärimmäistyivät, jäykät, rakenteellistuvat ja esineellistyvät uskomukset ja perusstrategiat, jotka ovat syynä heidän kärsimyksiinsä ja ongelmiinsa.



<u>Persoonallisuushäiriö</u>	<u>peruskomus/ -asenne</u>	<u>strategia/ näkyvä käytös</u>
- riippuvainen	- olen avuton	- kiinnittyminen
- epäluuloinen	- saatan vahingoittaa	- välttäminen
- passiivis-aggressiivinen	- voisin kiirehtiä	- vastustus
- vainoharhainen (paranoid)	- ihmiset ovat mahdollisia vastustajia	- varuillaanolo
- narsistinen	- olen erityistapaus	- itsensä suurentelu
- hysteerinen	- minun on tehtävä vaikutus	- dramatiikka
- obsessiivis-kompulsiivinen	- virheet ovat pahasta. En saa tehdä virheitä.	- täydellisyydentavoittelu
- epäsosiaalinen	- ihmiset ovat hyväksikäytettäviä	- hyökkäys
- eristäytyvä, schizoidi	- tarvitsen runsaasti tilaa	- eristäytyminen

Perinteisten persoonallisuushäiriöiden perususkomukset ja -strategiat

Persoonallisuushäiriöisillä ei-toimivat uskomukset ja asenteet aiheuttavat tulkinta- ja sitä kautta käyttäytymisharhaa, mitkä ovat omiaan heikentämään uskomusten ja asenteiden todenperäistä testausta. Persoonallisuus tyypistä tai luonteenpiirteestä siirrytään ”kognitiivisen siirtymän” kautta persoonallisuushäiriöisen oireilevaan käyttäytymiseen, mikä saa potilaan itsensä tai jonkun muun (omaiset, sukulaiset, yhteiskunta) ehdottamaan potilaalle hoitoa. Hoidon tarpeen hän voi kieltää tai vain häiritsevien oireidensa tasolla (ahdistus, masennus, ongelmia työssä tai ihmissuhteissa) myöntää. Vaikka potilasta haastatellessa saattaa kokonainen vaikeuksienkirjo näkyä, potilas yleensä haluaa apua vain oireisiinsa. Tai hän saattaa pitää omia uskomuksiaan ja käyttäytymisstrategioitaan aivan normaaleina ja tyydyttävinä, eikä ymmärrä mikä niissä voisi olla ei-normaalia ja saa aikaan diagnostisen leiman, stigman (narsistinen, schizoidinen ja epäsosiaalinen persoonallisuus).



Kun he joutuvat tilanteeseen, jossa heidän luontainen ”liikaherkkyys” joutuu koetukselle, paljastuu heidän perususkomus- ja -asennejärjestelmänsä sekä perusstrategiansa. Heidän ylikehittyneitä sopeutumisstrategioita vastaa heidän vastakkainen alikehittynyt strategia. Strategioiden kehittymisen takana on aina perinnöllinen alttius, tietyt kehitykselliset kokemukset ja tietyntyyppinen minäkäsitys. Persoonallisuushäiriöisten yksilöiden psykologisia luonteenpiirteitä on hyödyllistä eritellä ja analysoida. On hyvä selvittää, miten he näkevät itsensä ja muut. On hyvä eritellä heidän perususkomuksia, perusstrategioita ja pääasiallisia tunteita (affekteja).

A. Beck et al, 1990, Cognitive Therapy of Personality Disorders

MÄÄRITETYT PERSOONALLISUUSHÄIRIÖT, SEKAMUOTOISET JA MUUT PERSOONALLISUUSHÄIRIÖT SEKÄ PITKÄAIKAISET PERSOONALLISUUDEN MUUTOKSET

F60

Persoonallisuushäiriöt

Tähän sisältyy:

Määritetyt persoonallisuushäiriöt

Määritelty persoonallisuushäiriö tarkoittaa henkilön persoonallisuudessa ja käyttäytymistavoissa esiintyviä vakavia häiriöitä. Ne vaikuttavat tavallisesti useisiin persoonallisuuden alueisiin. Niihin liittyy melkein aina huomattavaa ahdistusta ja sosiaalista haittaa. Häiriöt alkavat yleensä ilmeisinä lapsuudessa tai nuoruudessa ja jatkuvat läpi aikuisiän. Sen vuoksi diagnoosin asettaminen on asianmukaista vasta 16 tai 17 vuoden iästä lähtien. Yleiset, kaikkia persoonallisuushäiriöitä koskevat diagnostiset ohjeet esitetään seuraavassa ja jokaisen häiriön kohdalla esitetään erikseen kunkin häiriön yksityiskohtainen kuvaus.

Eri kulttuureja varten voi olla tarpeen kehittää oma erityinen kriteeristö, jossa otetaan huomioon tämän kulttuurin sosiaaliset normit, säännöt ja velvoitteet.

Diagnostiset kriteerit:

G1. Yksilön luonteenomaiset ja pysyvät sisäisen kokemisen tavat ja käytös kokonaisuudessaan poikkeavat merkittävästi kulttuurin sisäisistä normeista. Poikkeama ilmenee vähintään kahdella alla luetellulla alueella:

(1) tiedollinen toiminta (eli kuinka ihminen havaitsee ja tulkitsee asioita, ihmisiä ja tapahtumia; miten hän asennoituu ihmisiin ja muodostaa mielikuvia itsestään ja muista)

(2) tunne-elämä (eli tunne-elämän kirjo, voimakkuus ja asianmukaisuus tilanteeseen nähden)

(3) impulssikontrolli ja tarpeiden tyydyttäminen

(4) ihmissuhteiden luonne ja toimintatapa muiden ihmisten kanssa

G2. Poikkeama ilmenee pysyvänä käytösmallina, joka on joustamaton, sopeutumaton tai muutoin häiriintynyt laajalti eri henkilökohtaisissa ja sosiaalisissa tilanteissa (eli se ei esiinny yksinomaan jonkin laukaisevan tekijän tai tilanteen aikaansaamana).

G3. Kohdassa G2 kuvattu käytösmalli aiheuttaa henkilökohtaista kärsimystä tai vastoinikäymisiä sosiaalisessa selviytymisessä tai molempia.

G4. On näyttöä siitä, että häiriö on pysyvä ja pitkäaikainen ja että se on alkanut myöhäislapsuudessa tai nuoruusiässä.

G5. Häiriö ei ole muun aikuispsykiatrisen häiriön ilmenemismuoto tai sen seurausta, vaikka väliaikaisia tai kroonisia luokissa F00-F59 tai F70-F79 kuvattuja tiloja voi esiintyä persoonallisuushäiriön rinnalla tai samanaikaisesti

G6. Elimellinen syy, aivosairaus, -vamma tai toimintahäiriö, tulee sulkea pois. (Jos tilanteen on aiheuttanut tunnettu elimellinen tekijä, käytetään ryhmän F07 koodeja.)

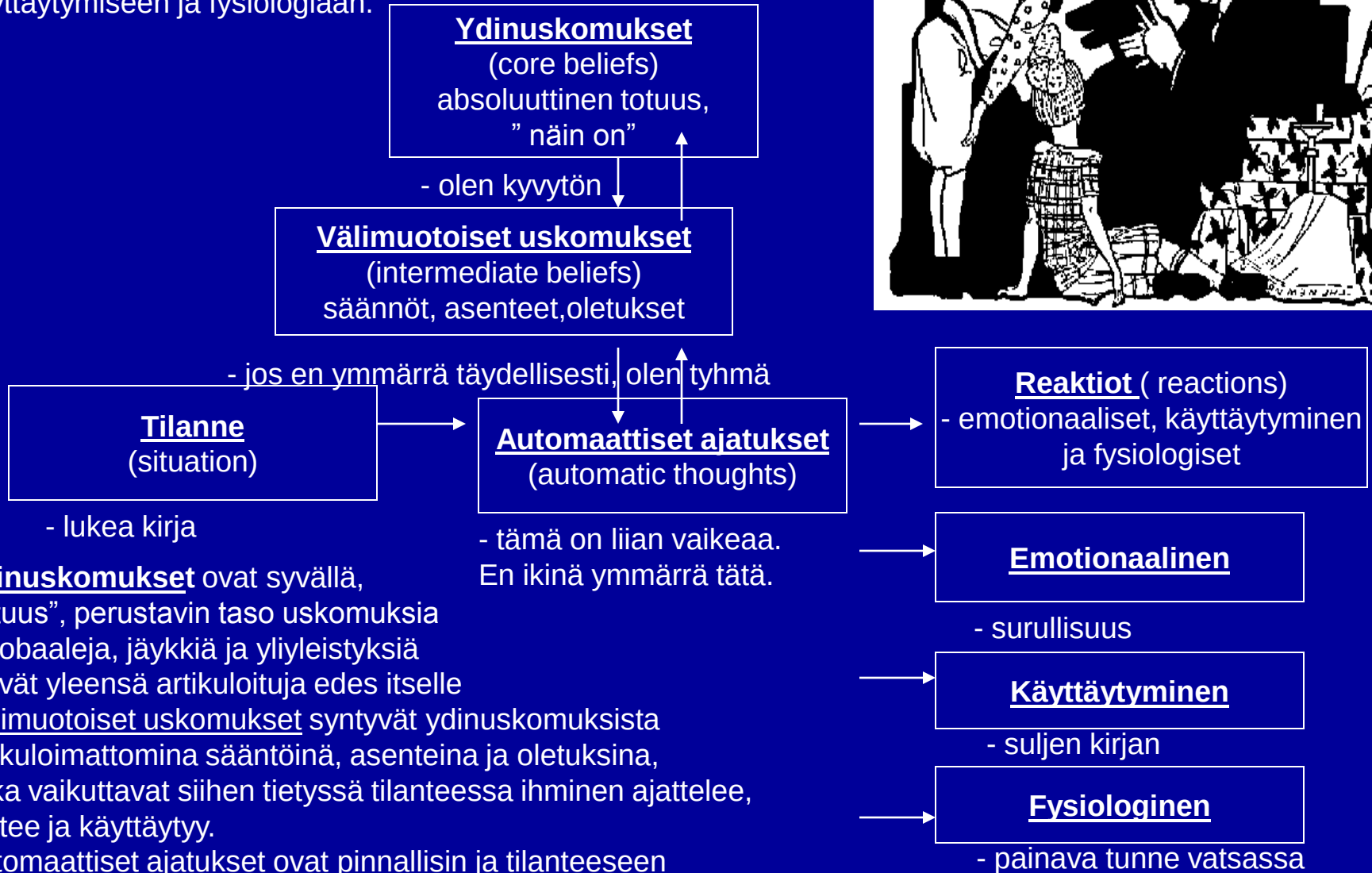
Kriteerien G1-G6 arvioinnin tulisi pohjautua mahdollisimman moneen lähteeseen. Joskus on mahdollista saada riittävästi näyttöä yhden yksilöhaastattelun perusteella, mutta yleisesti suositellaan kuitenkin useita haastatteluja ja tiedon keräämistä myös muilta ihmisiltä ja sairaskertomuksista.

Tietyn kulttuurin sosiaalisia normeja, sääntöjä ja velvoitteita (kuten esimerkiksi vastuuttomuutta ja sosiaalisten normien väheksymistä epäsosiaalisen persoonallisuuden kyseessä ollen) kuvaavien alakriteerien muodostamista tarvittaessa on ehdotettu.

Tutkimustarkoituksissa persoonallisuushäiriön diagnoosin alatyypin täytyy nimetä. Jos useamman kuin yhden alatyypin kriteerit täyttyvät, niitä kaikkia voidaan käyttää.

Ihmisenä olemisen kognitiivinen malli

Kognitiivinen terapia perustuu kognitiiviseen malliin, joka olettaa että ihmisten tilanteen havaitseminen vaikuttaa heidän emootioihin, käyttäytymiseen ja fysiologiaan.



Ydinuskomukset ovat syvällä,
”totuus”, perustavin taso uskomuksia

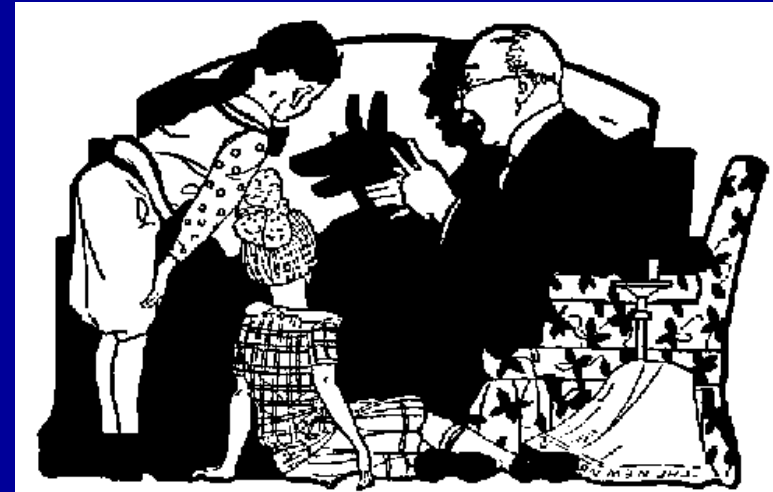
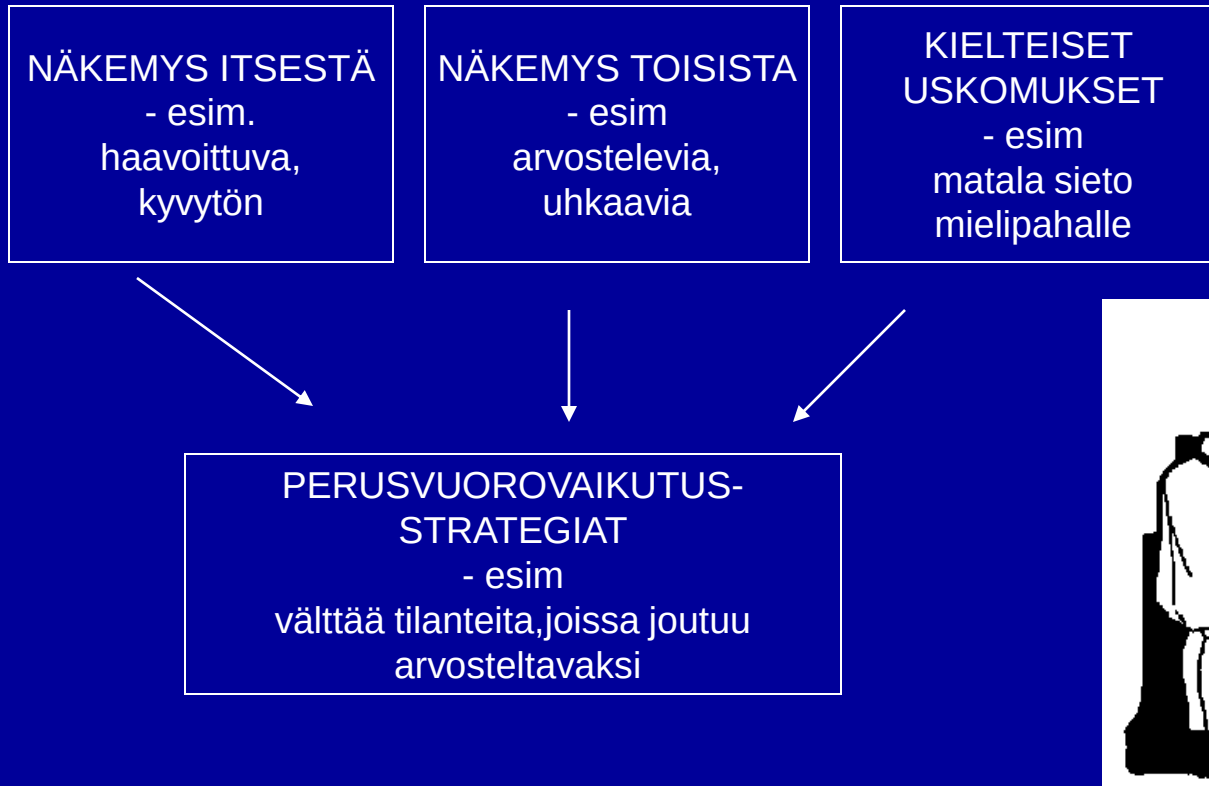
- globaaleja, jäykkiä ja yliyleistyksiä
- eivät yleensä artikuloituja edes itselle

Välimuotoiset uskomukset syntyvät ydinuskomuksista artikuloimattomina sääntöinä, asenteina ja oletuksina, jotka vaikuttavat siihen tietyssä tilanteessa ihminen ajattelee, tuntee ja käyttäytyy.

Automaattiset ajatukset ovat pinnallisin ja tilanteeseen spesifisesti liittyvä kognitio eli todelliset sanat ja mielikuvat jotka tulevat mieleen tilanteessa.

A. Beck et al, 1990, *Cognitive Therapy of Personality Disorders*
J.S.Beck, 1995, *Cognitive Therapy- Basics and Beyond*,

Persoonallisuushäiriöihin liittyvien näkemysten ja uskomusten yhteys perusvuorovaikutusstrategioihin



Lyhyesti, kognitiivinen malli ehdottaa , että vääristynyt tai epätoimiva ajattelu (joka vaikuttaa ihmisen mielialaan ja käyttäytymiseen) on yleistä kaikissa psykologisissa häiriöissä. Realistinen ajattelun arviointi ja uudelleenmuotoilu(modifikaatio) tuottaa parannusta mielialaan ja käyttäytymiseen. Pysyvämpiä muutoksia saadaan aikaan , jos saadaan muutetuksi ihmisen kielteisiä ja ei- toimivia uskomuksia. Terapeutti etsii keinoja tuottaa kognitiivinen muutos (cognitive shift) - muutos ihmisen ajattelussa ja uskomusjärjestelmässä- tuodakseen asiakkaalleen kestäviä emotionaalisia ja käyttäytymismuutoksia.

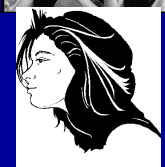
*A. Beck et al, 1990, Cognitive Therapy of Personality Disorders
J.S.Beck, 1995, Cognitive Therapy- Basics and Beyond,*

Perinteisten persoonallisuushäiriöiden perususkomukset ja -strategiat

- tyypilliset ylikehittyneet ja kehittymättömät strategiat

<u>Persoonallisuushäiriö</u>	<u>ylikehittynyt strategia</u>	<u>kehittymätön strategia</u>
- epäluuloinen (paranoid)	- valppaus, epäluottamus, epäilevyys	- seesteisyys, luottamus, hyväksyntä
- eristäytyvä, schizoidi	- itsenäisyys, eristäytyminen	- läheisyys, vastavuoroisuus
- passiivis-vihamielinen	- itsenäisyys, vastustus, passiivisuus, sabotaasi	- läheisyys, varmuus, aktiivisuus, yhteistyökyky
- epäsosiaalinen	- taistelu, hyväksikäyttö, saalistus	- myötätunto, vastavuoroisuus, sosiaalinen herkkyyys
- huomionhakuinen	- esiintyminen, ulospäin suuntautuneisuus, vaikutelmanteko	- mietiskelevyys, kontrolli, järjestelmällisyys
- narsistinen	- itsensä suurentelu, kilpailevuus	- jakaminen, ryhmään samastuminen
- estynyt	- sosiaalinen haavoittuvuus, välttäminen, estely	- itsevarmuus, seuran rakastaminen
- riippuvainen	- avun etsiminen, takertuminen	- itseriittoisuus, liikkuvuus
- obsessiivis-kompulsiivinen, vaativa	- kontrolli, vastuu, järjestelmällisyys	- spontaanisuus, leikkisyys

rajatila- ja skitsotypoidaalisella (psykoosipiirteinen) persoonallisuushäiriöisillä ei em:ja voida erottaa, vaan heillä on useimmanlaatuisia ylikehittyneitä ja kehittymättömiä perususkomuksia ja -strategioita.



Persoonallisuushäiriöiden luokittelu :

Ryhmä A : - *tietty outous ja erikoisuus*

1. Epäluuloinen persoonallisuus
2. Eristäytyvä persoonallisuus
3. Psykoosi- tai psykoosi-tyyppinen persoonallisuus

Ryhmä B : - *dramaattisia, emotionaalisia ja epävakaita*

4. Epäsosiaalinen persoonallisuus
5. Epävakaa persoonallisuus
6. Huomionhakuinen persoonallisuus
7. Narsistinen persoonallisuus

Ryhmä C : - *ahdistuneita ja pelokkaita*

8. Estynyt persoonallisuus
9. Riippuvainen persoonallisuus
10. Pakko-oireinen (obsessiivis-kompulsiivinen) persoonallisuus

Persoonallisuushäiriöt :

Ryhmä A : - *tietty outous ja erikoisuus*

- **Epäluuloinen persoonallisuus**
- **Eristäytyvä persoonallisuus**
- **Psykoosi- tai psykoosi-tyyppinen persoonallisuus**

Epäluuloinen persoonallisuus (Paranoid personality disorder) Juha kemppinen, 2000

- heidän perussana on ”epäluottamus”
- he ovat varuillaan, etsivät kätkeytyjä motiiveja eivätkä luota muihin useimmissa tai kaikissa (jopa hyvissä) tilanteissa

Näkemys itsestä:

- he pitävät itseään oikeudenmukaisina ja toisten väärin kohtelemina

Näkemys toisista:

- toiset ovat oleellisesti kieroja, pettäviä, salakavalia ja piilevän manipuloivia
- toiset estävät, nolaavat ja syrjivät heitä- salaisen ja kätkeytyn viattomuuden varjolla
- toiset muodostavat salaliittoja heitä kohtaan

Uskomukset(beliefs):

perus (core)uskomukset:

- ” muut voivat haavoittaa minua”, ” ihmisiin ei voi luottaa”, ” ihmisillä on epäilyttäviä motiiveja”, ”ihmiset pettävät”

->ehdolliset (conditional) uskomukset:

- ” jos en ole varuillani, ihmiset voivat manipuloida, väärinkäyttää tai koettaa hyötyä minusta”
- ” jos ihmiset ovat ystävällisiä, he yrittävät hyötyä minusta”, ” jos ihmiset ovat etäisiä, se todistaa että he ovat epäystävällisiä”

-->oma toimintaohje (instrumental, self-instructional)

uskomukset:

- ” ole vartijasi”, ” älä luota keneenkään”, ” etsi kätkeytyjä motiiveja”, ” älä mene mukaan”

Uhkat:

- pääpelot liittyvät siihen, että tulee salaisesti manipuloiduksi, kontrolloiduksi, uhatuksi tai syrjityksi



Strategia: ” muut ovat minua vastaan”

- epäluuloiset ihmiset ovat äärimmäisen varuillaan, aina hälytystilassa, epäluuloisia, etsivät koko ajan vihjeitä, jotka paljastaisivat salaisia motiiveja heidän ”vastustajistaan”
- he voivat tällaisella käyttäytymisellä herättää vihamielisyyttä, minkä he luulivat jo alun perin olevan olemassakin

Mieliala (affekti) :

- **pää tunne on viha oletettua väärinkäyttöä kohtaan**
- **jotkut epäluuloiset ihmiset voivat kokea myös ahdistusta havaittua uhkaa kohtaan**
- **kivulias ahdistus saa heidät hakemaan apua**

A. Beck et al, 1990, Cognitive Therapy of Personality Disorders

Epäluuloinen persoonallisuus

Tähän sisältyy:

Ekspansiivinen paranoidinen (mahtaileva epäluuloinen) persoonallisuus

Sensitiivinen paranoidinen (arka epäluuloinen) persoonallisuus

Fanaattinen (kiihkomielinen) persoonallisuus

Kverulanttinen (valitteleva) persoonallisuus

Persoonallisuushäiriö , paranoidinen



Tälle persoonallisuushäiriölle on luonteenomaista epäluuloisuus, ylenmääräinen herkkyys takaiskuille, kyvyttömyys antaa loukkauksia anteeksi sekä taipumus kokemusten vääristymiseen tulkitsemalla toisten neutraalit tai ystävälliset teot vihamielisiksi tai halveksiviksi. Piirteisiin kuuluvat myös toistuvat perusteettomat epäilykset puolison tai sukupuolikumppanin seksuaalisesta uskollisuudesta sekä taistelunhaluinen ja itsepintainen tietoisuus omista oikeuksista. Myös liiallinen itsekeskeisyys ja omahyväisyys ovat usein esiintyviä ominaisuuksia.

Diagnostiset kriteerit:

A. Täyttää persoonallisuushäiriön (F60) yleiset kriteerit.

B. Vähintään neljä seuraavista:

- (1) ylenmääräinen herkkyys takaiskuille ja torjuvalle käytökselle
- (2) taipumus kantaa kaunaa pitkään, esimerkiksi kieltäytymällä antamasta anteeksi loukkauksia
- (3) epäluuloisuus ja taipumus kokemusten vääristymiseen tulkitsemalla muiden neutraalit tai ystävälliset teot vihamielisiksi tai ylimielisiksi
- (4) omien oikeuksien puolustaminen taistelunhaluisesti ja sitkeästi ottamatta huomioon kulloistakin tilannetta
- (5) puolison tai seksuaalikumppanin uskollisuuden toistuva, perusteeton epäileminen
- (6) itsekeskeinen, omahyväinen elämänasenne
- (7) kuvitelmat jatkuvasta vehkeilystä sekä itseä kohtaan että maailmassa yleensä

Eristäytyvä persoonallisuus (Schizoid personality disorder)

Juha kemppinen, 2000

- avainsana on ”eristäytyminen”, ovat itsenäisten ihmisten ruumiillistumia. Ovat valmiita uhraamaan läheisyyden, jotta säilyttävät erillisyytensä ja itsenäisyytensä

Näkemys itsestä:

- he näkevät itsensä itseriittoisina ja yksinäisinä. He arvostavat liikkumatilaa, itsenäisyyttä ja yksinäisiä yrityksiä. He tekevät mieluummin päätöksensä yksin ja suorittavat yksinäisiä aktiviteetteja kuin toimivat ryhmässä

Näkemys toisista:

- toiset ovat tunkeilevia. Läheisyys tarkoittaa muille mahdollisuutta rajoittaa omia tekemisiä

Uskomukset(beliefs):

perus (core)uskomukset:

- ” olen pohjimmiltani yksinäinen”, ” läheiset ihmissuhteet ovat sotkuisia ja ei-palkitsevia sekä rajoittavat tekemisiäni”, ” teen tämän kaiken paremmin jos en ole ihmisten ympäröimä”

->ehdolliset (conditional) uskomukset:

- ”jos joudun liian lähelle ihmisiä, he voivat koukuttaa minut”, ” en voi olla onnellinen ellei minulla ole täydellistä liikkumisvapautta”

-->oma toimintaohje (instrumental, self-instructional)

uskomukset:

- ” älä mene liian lähelle”, ”pidä etäisyyttä”, ” älä intoudu mukaan”

Uhkat: ?



Strategia:

- he pitävät etäisyyttä ihmisiin aina kuin voivat
- voivat olla toisten ihmisten kanssa työn tai seksin vuoksi, mutta pitävät parempana olla yksikseen
- mikä tahansa lähestyminen (yhteenmuutto, lapsen hankkiminen jne.) koetaan uhkaksi omalle liikkumavapaudelle

Mieliala (affekti) :

- kun he pystyvät ylläpitämään , he kokevat vain lievää surullisuutta
- mikäli heidät pakotetaan läheisyyteen, he ahdistuvat
- peittävät tunteensa, eivätkä halua näyttää voimakkaita tunteita

Eristäytyvä (skitsoidi) persoonallisuus

Persoonallisuushäiriölle on ominaista vetäytyminen pois tunnepitoisista, sosiaalisista ja muista suhteista mielikuvitukseen, yksinäisiin harrastuksiin ja itsetutkiskeluun. Kyky ilmaista tunteita ja kokea mielihyvää on rajoittunut.

Diagnostiset kriteerit:

A. Täyttää persoonallisuushäiriön (F60) yleiset kriteerit.

B. Vähintään neljä seuraavista:

- (1) vain harvat asiat tai toiminnot tuottavat mielihyvää
- (2) tunne-elämän kylmyys, etäisyys tai tunteiden latistuminen
- (3) puutteellinen kyky ilmaista joko helliä, lämpimiä tunteita tai vihaisuutta muita kohtaan
- (4) välinpitämättömyys sekä kiitoksen että arvostelun suhteen
- (5) vain vähäinen kiinnostus sukupuoliseen kanssakäymiseen muiden kanssa (ottaen huomioon iän)
- (6) jatkuva yksinäisten toimintojen asettaminen etusijalle
- (7) mielikuvitusmaailma ja itsetutkistelu hallitsevat ajattelua
- (8) korkeintaan yksi tai ei yhtään läheistä ystävää tai luottamuksellista ihmissuhdetta tai ei haluakaan läheiseen ihmissuhteeseen
- (9) tahaton kyvyttömyys ottaa mitenkään huomioon vallitsevia sosiaalisia normeja tai tapoja



Psykoosi- ja persoonallisuus

Taulukko 15.6. Psykoosi- ja persoonallisuus (skitsotyyppinen) (DSM-IV).

A. Laaja-alaista sosiaalista ja ihmissuhteisiin liittyvää vajavuutta, johon kuuluvat heikentynyt kyky läheisiin suhteisiin ja viihtymättömyys niissä sekä kognitiiviset ja havaitsemisen häiriöt ja omituinen käytös. Alkaa varhaisaikuisuudessa ja esiintyy monissa yhteyksissä vähintään viidellä seuraavista tavoista:

1. Suhteuttamisajatukset (esim. henkilön kokemus siitä, että toisten eleet viittaavat häneen; suhteuttamisharhat pois luettuina).
2. Oudot uskomukset tai maaginen ajattelu, joka vaikuttaa käyttäytymiseen ja on ristiriidassa kulttuurinormeihin nähden (esim. taikauskot, usko selvänäköön, telepatiaan tai "kuudenteen aistiin"; lapsilla ja nuorilla eriskummalliset fantasiat tai mielen täyttävät ajatukset).
3. Epätavalliset havaintokokemukset, ruumiilliset illuusiot mukaan luettuina.

4. Eriskummalliset ajatukset ja puheen outous (esim. epämääräisyys, seikkaperäisyys, epämääräinen vertauskuvallisuus, ylihuolitelluus tai kaavamaisuus).

5. Epäluuloisuus tai paranoidiset ajatukset.

6. Asiaankuulumattomat tai rajoittuneet affektit.

7. Erikoinen tai kummallinen käytös tai ulkonäkö.

8. Ei ystäviä tai uskottuja lähisukulaisten lisäksi.

9. Liiallinen sosiaalinen ahdistuneisuus, joka ei vähene tuttuuden myötä ja johon liittyy enemmänkin paranoidisia pelkoja kuin negatiivista itsearviointia.

B. Ei esiinny ainoastaan skitsofrenian, psykoottispiirteisen mielialahäiriön, muun psykoottisen häiriön tai laaja-alaisen kehityshäiriön aikana.

Persoonallisuushäiriöt :

Ryhmä B : - *dramaattisia, emotionaalisia ja epävakaita*

- **Epäsosiaalinen persoonallisuus**
- **Epävakaa persoonallisuus**
- **Huomionhakuinen persoonallisuus**
- **Narsistinen persoonallisuus**

Epäsosiaalinen persoonallisuus (Antisocial personality disorder)

Juha kemppinen, 2000

- useita eri muotoja: leväperäisyys-manipulointi

-hyväksikäyttö-suora hyökkäys

Näkemys itsestä:

- he näkevät itsensä oman tiensä kulkijoina, yksinäisinä, itsenäisinä ja vahvoina
- jotkut näkevät itsensä yhteiskunnan väärin kohtelemisena, mikä oikeuttaa heidät epäsosiaaliseen käyttäytymiseen muita kohtaan
- jotkut ajattelevat ”syö tai tule syödyksi” , mikä on yhteiskunnassa normaalia tai jopa toivottavaa.

Näkemys toisista:

- toiset ovat hyväksikäyttäjiä, ja siksi on oikein että heitäkin hyväksikäytetään, vaikka kostoksi
- toiset ovat heikkoja ja haavoittuvia ja siksi heitä voikin saalistaa
- olen oikeutettu rikkomaan sääntöjä, koska ne ovat mielivaltaisia ja suojelevat ” niitä, joilla on” vastaan ”niitä joilla ei ole”

Uskomukset(beliefs):

perus (core)uskomukset:

- ” täytyy olla varuillaan”, ” jos en hyökkää, jään uhriksi”

->ehdolliset (conditional) uskomukset:

- ” jos en ole varuillani ja pakota ihmisiä, en koskaan saa sitä mikä minulle kuuluu”

-->oma toimintaohje (instrumental, self-instructional) uskomukset:

- ” se on minun vuoroni nyt ”, ” hyökkää ennen kuin sinun kimppuusi hyökätään”, ” ota se, ansaitset sen”



Uhkat: ?

Strategia: - kahdenlaista taktiikkaa

- avoin epäsosiaalinen persoonallisuus avoimesti hyökkää, varastaa ja pettää toisia
- huijari huijaa toisia ovelan ja hienon manipulaation kautta, eli hyväksikäyttää ja pettää ihmisiä

Mieliala (affekti) :

- kun joku tunne on, niin se on vihaa -siitä epäoikeudenmukaisuutta että toisilla on jotain, minkä he ansaitisivat

A. Beck et al, 1990, Cognitive Therapy of Personality Disorders

Epäsosiaalinen persoonallisuus

Tähän sisältyy:

Asosiaalinen persoonallisuus
Antisosiaalinen persoonallisuus
Sosiopaattinen persoonallisuus
Moraaliton persoonallisuus
Amoraalinen persoonallisuus
Dissosiaalinen persoonallisuus
Psykopaattinen persoonallisuus



Persoonallisuushäiriölle on ominaista piittaamattomuus sosiaalisista velvollisuuksista ja paatunut välinpitämättömyys toisten tunteita kohtaan. Käyttäytymisen ja vallitsevien sosiaalisten normien välillä on karkea epäsuhta. Epämiellyttävät kokemukset kuten rangaistukset eivät helposti muuta tällaista käyttäytymistä. Turhaumien sietokyky on alhainen samoin kuin aggressiivisen ja väkivaltaisen käyttäytymisen kynnyks. Henkilöllä on taipumus moittia muita tai puolustella kaunistelevin järjeistyksin omaa käytöstään, joka johtaa hänet selkkaukseen yhteiskunnan kanssa.

Diagnostiset kriteerit:

A. Täyttää persoonallisuushäiriön (F60) yleiset kriteerit.

B. Vähintään kolme seuraavista:

- (1) paatunut välinpitämättömyys toisten tunteita kohtaan
- (2) jatkuva ja karkea vastuuttomuus ja välinpitämättömyys sosiaalisia normeja, sääntöjä ja velvoitteita kohtaan
- (3) vaikeus ylläpitää kestäviä ihmissuhteita, vaikkakaan ei vaikeutta huoda suhteita
- (4) turhaumien sietokyky on alhainen samoin kuin aggressiivisen ja väkivaltaisen käyttäytymisen kynnyks
- (5) kyvyttömyys tuntea syyllisyyttä tai ottaa opiksi epämiellyttävistä kokemuksista, erityisesti rangaistuksista
- (6) taipumus moittia muita tai puolustella kaunistelevin järjeistyksin omaa käytöstä, joka on johtanut selkkaukseen yhteiskunnan kanssa

Huom!

Jatkuva ärtyneisyys ja käytöshäiriö lapsuudessa ja nuoruusiässä täydentävät kliinistä kuvaa, mutta eivät ole välttämättömiä diagnoosille.

Eri kulttuureilla on niille ominaisia käytösmalleja sosiaalisten normien, sääntöjen ja velvoitteiden noudattamisen suhteen. Näiden erojen kuvaamiseen on ehdotettu kehitettäväksi diagnostisia alaluokkia. Tämä tarkoittaa esimerkiksi vastuuttomuutta ja välinpitämättömyyttä sosiaalisia normeja kohtaan.

Epävakaa persoonallisuus

- ominaista toimia hetken mielijohteesta harkitsematta seurauksia
- mielialat vaihtelee eikä usein kykene hallitsemaan tunteenpurkauksiaan
- taipuvainen riitaisuuteen ja yhteentörmäykseen
- häiriöt minäkuvassa päämäärien asettamisessa ja tavoitteissa
- etiologiassa keskeisenä pidetään häiriintynyttä varhaista lapsen ja vanhempien suhdetta, joka on johtanut erityisesti erillistymis-yksilöitymiskehityksen (separaatio-individuaali) häiriöön. Emotionaalinen laiminlyönti, varhaiset menetyskokemukset, seksuaalinen hyväksikäyttö jne.
- n. 2-3% väestöstä kärsii
- ICD-10 luokituksessa diagnosiluokkaan sisältyvät hyökkäävä (aggressiivinen) ja rajatila- ja räjähdysaltis (eksplosiivinen) persoonallisuus

Taulukko 15.8. Epävakaa persoonallisuus (DSM-IV).

Laaja-alaista ihmissuhteisiin, minäkuvaan ja afekteihin liittyvää epävakautta ja huomattavaa impulsiivisuutta. Alkaa varhaisaikuisuudessa ja esiintyy monissa yhteyksissä vähintään viidellä seuraavista tavoista:

1. Kiihkeitä yrityksiä välttää todelliselta tai kuvitellulta hylätyksi tulemiselta.
2. Epävakaita ja intensiivisiä ihmissuhteita, joita luonnehtii äärimmäisen ihannoinnin ja vähätelyn vaihtelu.
3. Identiteettihäiriö: merkittävästi ja jatkuvasti epävakaa minäkuva tai kokemus itsestä.
4. Impulsiivisuus ainakin kahdella potentiaalisesti itselle vahingollisella alueella (esim. tuhlaaminen, seksi, kemiallisten aineiden käyttö, holtiton liikennekäyttäytyminen, ahmiminen).

5. Toistuva itsetuhoinen käytös, siihen viittaavat eleet tai uhkaukset tai itsensä viiltely ym. vahingoittaminen.

6. Affektiivinen epävakaus, joka johtuu mielialan merkittävästä reaktiivisuudesta (esim. intensiivinen jaksoittainen dysforia, ärtyneisyys tai ahdistuneisuus, joka kestää tavallisesti muutamia tunteja ja vain harvoin muuttuu päivää kauemmin).

7. Krooniset tyhjyyden tuntemukset.

8. Asiaankuulumaton, voimakas suuttumus tai vaikeus kontrolloida suuttumusta (esim. toistuva äkkipikaisuus, jatkuva vihaisuus, toistuva lappeleminen).

9. Hetkellinen stressiin liittyvä paranoidinen ajattelu tai vakava dissosiativinen oireilu.



Huomionhakuinen persoonallisuus (Histrionic personality disorder)

Juha kemppinen, 2000

- avainsana on ” ilmeikkyy”, ekspressiivisyys, eli taipumus tunnelmoida tai romantisoida kaikki tilanteet ja tehdä vaikutus ja lumota toiset

Näkemys itsestä:

- he ovat loisteliaita, vaikuttavia ja ansaitsevat huomion

Näkemys toisista:

- toiset ovat hyväntahtoisia niin kauan kuin he suovat huomionsa, huvittuneisuutensa ja mielenliikutuksensa
- he yrittävät luoda vahvoja liittoutumia toisten kanssa, sillä edellytyksellä että voivat olla ryhmän keskipisteenä ja muut suostuvat tarkkaavaiseksi yleisöksi

- heidän itsetunto riippuu siitä , että he saavat jatkuvasti arvonantoa ympäriltään, minkä kanssa he silloin voivat olla hyvinkin läheisessä vuorovaikutuksessa

Uskomukset(beliefs):

perus (core)uskomukset:

- ” olen pohjimmiltani ei-viehättävä”, ” tarvitsen muita ihaillemaan itseäni jotta olisin onnellinen”
- kompensoiva uskomus : ” olen hyvin rakastettava, viihdyttävä ja mielenkiintoinen”, ” olen oikeutettu ihailuun”

->ehdolliset (conditional) uskomukset:

” jos en lumoa ihmisiä, en ole mitään ja olen avuton”,
” jos en viihdytä ihmisiä, he hylkäävät minut”, ” jos ihmiset eivät reagoi, he ovat kurjaa sakkia”

-->oma toimintaohje (instrumental, self-instructional) uskomukset:

- ” voin toimia tunteitteni mukaan”, jos olen vihainen, se oikeuttaa rankaisemaan toista. Surullisena itken. Dramatisoivat pettymystä/turhautumista, vaikka itsemurhavirityksellä. Ihmiset satuttavat.

Uhkat: ?



Strategia:

- he dramatisoivat ja järjestävät kohtauksia sitoakseen ihmisiä itseensä. Voivat saada raivokohtauksia, jos eivät saa tahtoaan läpi, koska heidän mielestä muut ovat kohdelleet heitä epäreilusti
- turhautumisen sietokyky heikko, joten itkevät, hyökkäävät päälle tai jopa tekevät itsemurhaeileitä ”rangaistakseen” ”hyökkääjää”. Suicidiyritykset voivat olla vakavia ja onnistuakin, vaikka ovat impulsiivisia

Mieliala (affekti) :

- päätunne on hilpeys,iloisuus ja hyväntuulisuus varsinkin silloin kun he ovat onnistuneet lumoamisessa
- he kokevat alituista hienoa ahdistuneisuutta, koska se heijastaa heidän hylkäämisen pelkoa.
- kun heidät tehdään tyhjäksi yleisönsä keskellä, heidän tunnetilansa voi muuttua vihaa tai suruun.

A. Beck et al, 1990, Cognitive Therapy of Personality Disorders

F60.4 Huomionhakuinen persoonallisuus

Tähän sisältyy:

Hysterinen persoonallisuus

Psykoinfantiilinen persoonallisuus



Persoonallisuushäiriölle ovat ominaisia pinnallinen ja epävakaa tunne-elämä, suurieleinen ja teennäinen esiintyminen, liioitteleva tunteiden ilmaiseminen, alttius vaikutteille, itsekeskeisyys, omien halujen tyydyttäminen ja toisten ihmisten laiminlyönti, loukkaantumisherkkyys sekä jatkuva huomion, arvannon ja jännityksen etsintä.

Diagnostiset kriteerit:

A. Täyttää persoonallisuushäiriön (F60) yleiset kriteerit.

B. Neljä seuraavista:

- (1) suurieleinen, teatraalinen esiintyminen tai liioitteleva tunteiden ilmaiseminen
- (2) alttius vaikutteille (yksilö on herkästi muiden johdateltavissa tai antaa olosuhteiden vaikuttaa päätöksiinsä)
- (3) pinnallinen ja epävakaa tunne-elämä
- (4) jatkuva sellaisen toiminnan ja jännityksen etsintä, missä henkilö on huomion keskipisteenä
- (5) epäasianmukainen viettelevyys joko ulkonäön tai käytöksen tasolla
- (6) liiallinen huoli omasta ulkoisesta viehätysvoimasta

Huom!

Itsekeskeisyys, nautinnonhaluisuus, jatkuva arvostuksen odottaminen, toisten ihmisten tarpeiden laiminlyöminen, herkkä loukkaantuminen sekä jatkuva manipulatiivinen käytös täydentävät kliinistä kuvaa, mutta eivät ole diagnoosin asettamisen kannalta välttämättömiä.

Narsistinen persoonallisuus (Narcissistic personality disorder)

Juha kemppinen, 2000

- avainsana on "itsensä suurentelu"

Näkemys itsestä:

- he näkevät itsensä erityisinä ja ainutlaatuisina (melkein prinsessoina/prinsseinä)
- he luulevat että heillä on erityisstatus,joka sijoittaa heidät tavallisten ihmisten yläpuolelle
- he pitävät itseään ylempiäarvoisina ja oikeutettuna erikoissuosiosoituksiin ja - hoitoihin
- he ovat tavallisia ihmisiä koskevien sääntöjen yläpuolella

Näkemys toisista:

- toiset ovat heitä alempana, koska he ovat arvokkaita ja keskitason ihmisten yläpuolella
- muut ovat heidän asiamiehiä tai alaisia
- he hakevat toisilta ihailua vakuuttuakseen omasta suuruudestaan ja säilyttääkseen ylempiäarvoisuutensa

Uskomukset(beliefs):

perus (core)uskomukset:

- "koska olen spesiaalia, ansaitseen erivapauksia, erityisiä etuja ja etuuksia
- "olen muiden yläpuolella ja heidän tulisi tunnustaa se"
- "olen sääntöjen yläpuolella"

->ehdolliset (conditional) uskomukset:

- " jos toiset eivät tunnusta erikoislaatuisuuttani, heitä pitää rangaista", " jos säilytän erityisyyteni, muut säilyvät alamaisinani"

-->oma toimintaohje (instrumental, self-instructional)

uskomukset:

- " kamppaile koko ajan vakuuttaaksesi tai osoittaaksesi ylemmyyttäsi"

Uhkat: ?



Strategia:

- he tekevät mitä tahansa joka vahvistaa heidän ylemmyyttään ja laajentaa heidän henkilökohtaista liikkuma-alaansa
- he etsivät loistoa, varallisuutta, asemaa, valtaa ja arvonantoa tavalla joka vahvistaisi heidän "ylemmyyden" mielikuvaansa, ovat yhteiskunnan "huippua"
- he kilpailevat tiukasti niiden kanssa,jotka väittävät omaansa yhtä korkean statuksen, manipuloivat vaikka saavuttaakseen päämääränsä, koska ovat tavallisia ihmisiä kyllä koskevien sääntöjen yläpuolella

Mieliala (affekti) :

- päätunne on viha,kun joku ei toimi heitä ihailien ja kunnioittaen, vaikka se kuuluisi heille. Tai muutoin tekee tyhjäksi heidän ylemmyyden aseman.
- he ovat alttiita masentumaan, jos heidän strategia epäonnistuu, "valtaistuimelta" pudottuaan he tuntevat menettäneensä kaiken

A. Beck et al, 1990,Cognitive Therapy of Personality Disorders

Taulukko 15.10. Narsistinen persoonallisuus (DSM-IV).

Laaja-alaisia suuruuskuvitelmia (fantasian tai käytöksen tasolla), ihailun tarvetta ja empatian puutetta. Alkaa varhaisaikuisuudessa ja esiintyy monissa yhteyksissä vähintään viidellä seuraavista tavoista:

1. Henkilöllä on suuret käsitykset itsestään (esim. liioittelee lahjojaan ja saavutuksiaan, odottaa perusteettomasti muiden pitävän häntä ylivermaisena).
2. Keskittyy ajatuksissaan jatkuvasti mielikuviin rajattomasta menestyksestä, voimasta, kauneudesta tai suuresta rakkaudesta.
3. Uskoo olevansa erikoinen ja ainutlaatuinen ja kokee, että häntä ymmärtävät vain muut huomattavat henkilöt ja instituutiot, joiden kanssa hänen tulisi olla tekemisissä.

4. Vaatii korostunutta ihailua.
5. Kokee olevansa oikeutettu erikoiskohteluun ja saamaan toiveensa täytetyiksi.
6. Käyttää häikäilemättä muita hyväkseen.
7. Empaattisuuden puute: haluttomuus huomata toisten tunteita ja tarpeita tai eläytyä niihin.
8. Henkilö on usein kateellinen muille tai uskoo muiden kadehtivan häntä.
9. Ylimielinen ja röyhkeä käytös tai asennoituminen.



Persoonallisuushäiriöt :

Ryhmä C : - *ahdistuneita ja pelokkaita*

- **Estynyt persoonallisuus**
- **Riippuvainen persoonallisuus**
- **Pakko-oireinen (obsessiivis-kompulsiivinen) persoonallisuus**

Estynyt persoonallisuus (avoidant personality disorder)

Juha kemppinen, 2000

- he haluaisivat olla toisten lähellä ja käyttää hyväkseen älyllisiä ja ammatillisia mahdollisuuksiaan, mutta he ovat peloissaan että tulevat haavoitetuiksi, hylätyiksi tai että he epäonnistuvat.

- heidän strategiansa on perääntyminen tai välttäminen, ettei joudu mukaan johonkin jossa he voi sattua, jossa heidät voidaan hylätä tai missä he voivat epäonnistua. Lisäksi he välttävät mielipahan ajattelemistakin, minkä vuoksi he alentavat odotuksiaan, eivät pyri tunnistamaan epämiellyttäviä ajatuksia, jättäytyvät ”ulkopuolelle”.

Näkemys itsestä:

- olen sosiaalisesti kyvytön ja epäpätevä akateemisissa ja työtilanteissa

Näkemys toisista:

- toiset ovat potentiaalisesti kriittisiä, minusta kiinnostumattomia ja uhkaavia

Uskomukset(beliefs):

perus (core)uskomukset:

- ”minä en ole hyvä ... olen arvoton... ei-rakastettava. En voi sietää epämiellyttäviä tunteita->välimuotoiset (conditional) uskomukset:

- ” jos ihmiset tulevat lähelleni, he keksivät ”todellisen minäni” ja hylkäävät minut- mikä on sietämätöntä”, ” jos ryhdyn johonkin uuteen ja se ei onnistu, niin se nujertaa minut”

-->oma toimintaohje(instrumental, self-instructional) uskomukset:

-” on parempi oleskella selvästi kauempana riski-tilanteista”, ” on vältettävä epämiellyttäviä tilanteita mihin hintaan tahansa”, ” jos ajattelen/ tunnen epämiellyttävää, on se häivyttävä keskittymällä muuhun (ajatuksissa, tai otettava paukku, jointti jne)

Uhkat:

- pääuhka on löytää itsensä ”petettynä” , nolattuna, nujerrettuna ja/ tai hylättynä

Strategia:

- välttää tilanteita joissa joutuu arvioitavaksi
- välttää sosiaalisia ryhmiä, tai jos niissä on, välttää vetämästä huomiota puoleensa
- työtilanteessa välttää ottamasta uusia vastuuta/ velvollisuuksia tai etsimästä etenemistä työssä, koska pelkää epäonnistumista ja epäonnistumisesta seuraavaa muiden ihmisten ”kostoa”.

Mieliala (affekti) :

- päätunne on mielipaha (dysforia), joka on sekä ahdistuneisuutta että surullisuutta.
- suru syntyy siitä, ettei kykene saavuttamaan mielihyvää (läheisestä ihmissuhteesta, taidon saavuttamisesta). Ahdistus siitä, että pidättäytyy tiukasti poissa sosiaalisista kuvioista ja työsitoumisesta.
- matala mielipahan sieto estää kehittämästä keinoja voittaa ujous ja saada itsevarmuutta tehokkaasti
- sisäänpäinkääntyneinä ja itseään jatkuvasti tarkkaillevina, ovat akuutin tietoisia surullisuudestaan ja ahdistuneisuudestaan, eivät tutki sitä kuitenkaan.



F60.6 Estynyt persoonallisuus

Tähän sisältyy:

Ahdistunut ja välttelevä (avoidant) persoonallisuus

Välttelevä (avoidant) persoonallisuus



Persoonallisuushäiriölle ovat ominaisia jännityksen, pelon, epävarmuuden ja alemmuuden tunteet. Henkilön läheinen tuttavapiiri on suppea. Hän kaipaava lakkaamatta hyväksyntää ja kiintymystä ja on yliherkkä hylkäämiselle ja arvostelulle. Hän pyrkii välttämään tiettyjä toimintoja liioittelemalla jokapäiväisiin tilanteisiin liittyviä mahdollisia vaaroja tai uhkia.

Diagnostiset kriteerit:

A. Täyttää persoonallisuushäiriön (F60) yleiset kriteerit.

B. Vähintään neljä seuraavista:

(1) jatkuva kaikkialle tunkeva jännitys ja pelko

(2) usko sosiaalisesta epäkelpoisuudesta, epäviehättävyydestä tai vähäarvoisuudesta muihin verrattuna

(3) ajattelua hallitseva pelko arvostelun kohteeksi joutumisesta tai torjutuksi tulemisesta sosiaalisissa tilanteissa

(4) haluttomuus olla muiden ihmisten kanssa tekemisissä ellei voi olla varma heidän myönteisestä suhtautumisestaan

(5) fyysisen turvallisuuden tarpeesta aiheutuva elämäntavan rajoittuminen

(6) kritiikin, paheksumisen tai torjutuksi tulemisen pelosta henkilö välttää sellaisia sosiaalisia tai ammatillisia toimintoja, joihin liittyy paljon ihmissuhteita

Riippuvainen persoonallisuus (dependent personality disorder)

Juha kemppinen, 2000

- he pitävät itseään avuttomina ja siksi yrittävät kiinnittyä vahvempaan hahmoon, joka tarjoaa heille voimavaroja selviytymiseen ja onnellisuuteen.

Näkemys itsestä:

- olen tarvitseva, heikko, avuton ja kyvytön

Näkemys toisista:

- toisissa on vahvoja ”talonmiehiä”, joita he idealisoivat: he ovat huolehtijoita, auttavia ja osaavia.

- riippuvainen p. toimii hyvin niin kauan kuin vahva hahmo on saatavilla.

Uskomukset(beliefs):

perus (core)uskomukset:

- ” olen täydellisen avuton”, ”olen aivan yksin”

->ehdolliset (conditional) uskomukset:

- ” tarvitsen muita ihmisiä, erityisesti vahvoja ihmisiä selviytyäkseni”, ”onnellisuuteni riippuu siitä onko vahvoja ihmisiä lähelläni”, ” tarvitsen jatkuvaa, katkeamatonta tukea ja rohkaisua”, ” en voi elää ilman toista ihmistä”, ”en ole koskaan onnellinen, ellen ole rakastettu”, ” jos minut hylätään, kuolen”, ”pystyn toimimaan vain kun minulla on joku pätevä saatavilla”

-->oma toimintaohje (instrumental, self-instructional) uskomukset:

- ” älä uhmaa huolehtijasi”, ” pysy lähellä”, ” kehitä läheistä ihmissuhdetta niin läheiseksi kuin mahdollista”, ” nöyristele sitoutuaksesi häneen”

Uhkat:

- pääuhka liittyy hylkäämiseen ja jättämiseen

Strategia:

- kehittää riippuvaista suhdetta, minkä he tekevät nöyrytyksellä vahvemman henkilön alaisuuteen
- he miellyttävät ja lepyttävät toisia

Mieliala (affekti) :

- päätunne on ahdistus- huoli siitä, että riippuvuussuhde katkeaa.
- jos suhteessa on jännityksiä, heidän ahdistuneisuutensa lisääntyy
- jos vahva hahmo poistuu, he voivat vajota masennukseen
- he kokevat kiitollisuutta ja mielihyvää, kun heidän riippuvaisuuden tarpeensa tyydytetään



**Tähän sisältyy:**

Passiivinen persoonallisuus

Asteeninen persoonallisuus

Persoonallisuushäiriölle ovat luonteenomaisia laaja-alainen alistuva tukeutuminen toisiin ihmisiin omaa elämää koskevien suurten ja pienten päätösten teossa, voimakas hylätyksi tulemisen pelko, avuttomuuden ja kyvyttömyyden tunne, alistuva mukautuminen vanhempien ja muiden ihmisten toiveisiin sekä heikko kyky vastata arkielämän vaateisiin. Tarmon puute voi näkyä älyllisen toiminnan tai tunne-elämän alueella, ja henkilö siirtää usein mielellään vastuuta muille. Henkilö pitää itseään helposti avuttomana, epäpätevänä ja kestäkyvyttään heikkona.

Diagnostiset kriteerit:

A. Täyttää persoonallisuushäiriön (F60) yleiset kriteerit.

B. Vähintään neljä seuraavista:

- (1) omaa elämää koskevien tärkeiden ratkaisujen antaminen muiden tehväksi tai näiden rohkaiseminen siihen
- (2) omien tarpeiden alistaminen niiden ihmisten tarpeisiin, joista henkilö on riippuvainen ja kohtuuton myöntäminen heidän toiveisiinsa
- (3) haluttomuus esittää edes kohtuullisia toiveita niiden ihmisten toiminnalle, joista henkilö on riippuvainen
- (4) kohtuuton pelko kykenemättömyydestä huolehtia itsestään ja siten epämukava tai avuton tunne yksin ollessa
- (5) pelko siitä, että joutuu jäämään yksin huolehtimaan itsestään
- (6) vaikeus tehdä jokapäiväisiä päätöksiä ilman kohtuutonta määrää neuvoja ja vakuutteluja

Vaativa persoonallisuus (Obsessive-Compulsive personality disorder)

Juha kemppinen, 2000

- heidän perussanansa ovat ”kontrolli” ja ”pitäisi”.
- he tekevät päämäärään tähtäävistä keinoista hyveen ”keinot pyhittää päämäärän”, ”järjestys on hyvyttä”

Näkemys itsestä:

- ”olen vastuullinen itselleni ja muille.”, ”minun täytyy seurata että asiat tulevat tehdyksi”, he ovat tilivelvollisia omalle täydellisyyttä tavoittelevalle omatunnolle.
- heitä pakottaa ”pitäisi” asenne, koska ”olen avuton tai epäpätevä”. Avuton, jos joudun tilanteeseen, jossa en osaa toimia. Siksi täytyy olla järjestelmiä puutteiden ja avuttomuuden kompensoimiseksi.

Näkemys toisista:

- toiset ovat liian huolettomia, usein vastuuttomia, lempeitä tai epäpäteviä
- he kirjallisesti soveltavat toisiin ”pitäisi”-asennetta, jolla he yrittävät pönkittää omaa heikkouttaan.

Uskomukset(beliefs):

perus (core)uskomukset:

- ”voin lannistua”, ” olen pohjimmiltani epäjärjestyksessä tai sekaisin”, ” tarvitsen järjestystä, systeemejä ja sääntöjä jäädäkseni henkiin”

->ehdolliset (conditional) uskomukset:

- ” jos minulla ei ole systeemejä, kaikki hajoaa”, ” mikä tahansa virhe/ puute suorituksessa voi saada aikaan maanvyörymän”, ” ellemme suoriudu korkeimmin standardein, häviämme”, ” jos epäonnistun tässä, olen epäonnistunut persoona”

-->oma toimintaohje (instrumental, self-instructional)

- uskomukset: -imperatiiveja, ”minun on hallittava”, kaikki täytyy tehdä juuri oikein”, ”tiedän mikä ja miten on parasta”, ”yksityiskohdat ovat tärkeitä”

- ” ihmisten pitäisi tehdä paremmin ja yrittää kovemmin”, ”minun (ja muiden) täytyy painaa täysillä koko ajan”, ”ihmisiä täytyy arvostella, etteivät he tekisi virheitä tulevaisuudessa”, ” miksi ihmiset eivät voi tehdä oikein?”, ” miksi aina munaan?”

Uhkat:

- pääuhat liittyvät virheisiin, erehdyksiin, epäjärjestykseen, epätäydellisyyteen. Katastrofit uhkaavat ,jos emme...

Strategia: säännöt, systeemit, standardit ja ”pitäisi”

- sääntöjä soveltamalla arvioivat omaa ja muiden käyttäytymistä
- saavuttaakseen päämääränsä, he yrittävät pitää yllä maksimaalista kontrollia oman (ja muiden) käyttäytymisen suhteen; kontrollia ylläpidetään ”pitäisi”:llä ja itseään moittimalla, muita suoraan ohjaamalla, paheksumalla ja moittimalla. Jopa pakottamista ja orjuuttamista.

Mieliala (affekti) :

- heillä on täydellisyydentavoittelunsa vuoksi mielipahaa, surua, pettymystä ja itsensä sekä muiden kurittamista.
- alisuorittaminen herättää ahdistusta
- vakavan epäonnistumisen satuttaessa he masentuvat



A. Beck et al, 1990, Cognitive Therapy of Personality Disorders

Vaativa persoonallisuus**Tähän sisältyy:**

Kompulsiivinen persoonallisuus

Obsessiivinen persoonallisuus

Obsessiivis-kompulsiivinen persoonallisuus

Persoonallisuushäiriölle ovat ominaisia epäily, täydellisyyden tavoittelu, liiallinen tunnollisuus, pikkutarkkuus, huolellisuus, itsepäisyys, varovaisuus ja joustamattomuus. Henkilöllä saattaa olla itsepintaisia epämieluisia ajatuksia tai yllykkeitä, jotka ovat lievempiä kuin pakko- oireisessa häiriössä.

Diagnostiset kriteerit:

Huomautus: tähän häiriöön viitataan usein nimellä obsessiivis-kompulsiivinen persoonallisuushäiriö.

A. Täyttää persoonallisuushäiriön (F60) yleiset kriteerit.

B. Vähintään neljä seuraavista:

- (1) jatkuva huoli ja epäily
- (2) ajattelua hallitsevat asioiden yksityiskohdat, säännöt, listat, järjestys, organisaatio tai aikataulu
- (3) täydellisyyden tavoittelu, joka haittaa tehtävien loppuunviemistä
- (4) ylenmääräinen tunnantarkkuus
- (5) mielihyvän ja ihmissuhteiden laiminlyöminen työn ja aikaansaamisen kustannuksella
- (6) pikkutarkkuus ja sovinnaisuus
- (7) joustamattomuus ja itsepäisyys
- (8) pyrkimys kohtuuttomassa määrin saada muut toimimaan täsmälleen haluamallaan tavalla tai kohtuuton vastenmielisyys sallia muiden toimia omalla tavallaan

Passiivis-vihamielinen persoonallisuus (Passive-Aggressive p. disorder)

Juha kempinen, 2000



- heillä on vastusasenne, millä he haluavat tunnustusta ja tukea auktoriteettihahmoilta.
- pääongelma: toisaalta he haluavat auktoriteettien myöntämiä etuja ja toisaalta he haluavat säilyttää itsenäisyytensä. Eli he ylläpitävät suhdetta, jossa he ovat passiivisia ja alistuvia, mutta kun heillä tulee tunne ,että he menettävät itsenäisyytensä, he horjuttavat auktoriteetteja.

Näkemys itsestä:

- ” olen itseriittoinen, mutta haavoittuva muiden loukkaukselle”, ” himoitsen sosiaalista hyväksyntää ja tukea, mutten halua tulla hyväksikäytetyksi”

Näkemys toisista:

- toiset, erityisesti auktoriteetit, ovat tunkeilevia, vaativia, sekaantuvia, hallitsevia ja kontrolloivia, mutta samalla kykeneviä arvostukseen, hyväksymiseen ja huolenpitoon.

Uskomukset(beliefs):

perus (core)uskomukset:

- ” toisten kontrolloimina oleminen on sietämätöntä”, ” minun täytyy tehdä asiat omalla tavallani”, ” ansaitseen arvontoa kaiken sen vuoksi mitä olen tehnyt”

->ehdolliset (conditional) uskomukset:

- ” tarvitsen auktoriteettia ravitsemaan ja tukemaan, mutta samalla tarvitsen suojella identiteettiäni”
- ” jos noudatan sääntöjä, menetän toimintavapauteni”

-->oma toimintaohje (instrumental, self-instructional) uskomukset:

- ” lykkään/vitkastelen toimintaa, jota auktoriteetit odottavat suoritetuksi. Tai teen työn pinnallisesti, mutten tosissani enkä paneutuen”

Uhkat:

- pääuhat liittyvät arvonannon menetykseen ja itsenäisyyden rajoittamiseen

Strategia:

- he lujittavat itsenäisyytensä kieroön auktoriteettihahmojen vastustukseen samalla kun he näennäisesti liehakoivat auktoriteetteja.
- he koettavat karttaa ja kiertää sääntöjä piilouhmana (ei saa työtä ajoissa valmiiksi, ei osallistu tunnille jne., on kuuliaisen ja hyvätahtoisen oloinen) eli äärimmäisen itseään pettävää käyttäytymistä
- heillä on hyvin vahva passiivinen luonteenlaatu, noudattavat pienimmän vastuksen lakia, välttävät kilpailutilanteita ja ovat kiinnostuneet yksinäisistä yrityksistä.
- Mieliala (affekti) :**
- heidän tavallisin mielialansa on ilmaisematon viha, joka yhdistyy kapinaan auktoriteettien sääntöjä vastaan. Tämä tunne on tietoinen ja kun he ennakoivat muiden kosta tai tuen eväämistä, heidän ahdistus lisääntyy

A. Beck et al, 1990, *Cognitive Therapy of Personality Disorders*

F60.8 Muu määritetty persoonallisuushäiriö

Tähän sisältyy:

Narsistinen persoonallisuus

Epäkypsä persoonallisuus

Passiivis-aggressiivinen persoonallisuus

Psykoneuroottinen persoonallisuus

Tätä koodia käytetään, jos häiriö täyttää kohdassa F60 määritetyt persoonallisuushäiriön yleiset kriteerit, mutta mikään yllä olevista luokista ei sovi. Tätä koodia käytettäessä on erityisen tärkeää kuvata häiriö myös sanallisesti.

F60.9 Määrittämätön persoonallisuushäiriö

Tähän sisältyy:

Luonneneuroosi

Sairaallinen persoonallisuus

Persoonallisuushäiriöiden luonneprofiilit

Juha kemppinen, 2000

Pershäiriö

estynyt
(avoidant)



näkemys itsestä

- haavoittuva
- arvonalennukselle, hylkäämiselle
- sosiaalisesti kyvytön
- epäpätevä

näkemys toisista

- arvostelevia
- uhkaavia
- ylempänä

perususkomukset

- on kamalaa tulla hylätyksi, nolatuksi
- jos ihmiset tunsivat todellisen minäni, he hylkäisivät minut
- en voi sietää epämiellyttäviä tunteita

perusstrategiat

- välttää arviointitilanteita
- välttää epämiellyttäviä tunteita ja ajatuksia

riippuvainen
(dependent)



- tarvitseva, heikko
- avuton, epäpätevä

- idealisoitu
- huoltapitäviä
- tukevia, päteviä

- tarvitsee ihmisiä selviytyäkseen, ollakseen onnellinen
- tarvitsee jatkuvasti tukea ja rohkaisua

- kehittää riippuvuus-suhteita



passiivis-
vihamielinen
(passive-
aggressive)

- itseriittoisa
- haavoittuva
- kontrollille ja estämiselle

- tunkeileva
- vaativia
- sekaantuvia
- kontrolloivia
- hallitsevia

- muut häiritsevät toiminta-vapauttani
- muiden kontrolli on sietämätöntä
- täytyy tehdä asiat omalla tavallani

- passiivinen vastustus
- pinnallinen alistuminen
- välttelee, kiertelee sääntöjä



vaativa
(obsessive-
compulsive)

- vastuuntuntoinen
- luotettava
- turhantarkka
- pätevä



- vastuuttomia
- huolettomia
- epäpäteviä
- halujensa tyydyttäjiä

- tiedän mikä on parasta
- yksityiskohdat ovat tärkeitä
- ihmisten pitäisi tehdä paremmin, yrittää enemmän

- soveltaa sääntöjä
- täydellisyydentavoittelu
- arvioida, kontrolloida
- "pitäisi", kritisoida, rangaista

epäluuloinen
(paranoid)



- oikeudenmukainen
- viaton, nöyrä
- haavoittuva

- sekaantuvia
- pahansuopia
- syrjiviä
- hyväksikäyttäviä motiiveiltaan

- motiivit ovat epäilyttäviä
- ole vartiossa
- älä luota

- soveltaa sääntöjä
- täydellisyydentavoittelu
- arvioida, kontrolloida
- "pitäisi", kritisoida, rangaista
- etsi kätkeytyjä motiiveja
- syytä toisia
- vastahyökkäys



Persoonallisuushäiriöiden luonneprofiilit

Pershäiriö näkemys itsestä

epäsosiaalinen - yksineläjä
(antisocial) - itsenäinen
- vahva



narsistinen
(narcissitic)



huomion-
hakuinen
(histrionic)



eristäytyvä
(schizoid)



- itseriittoinen
- yksinäinen

näkemys toisista

- haavoittuvia
- hyväksikäytettäviä

- alempiarvoisia
- ihailijoita

- vieteltäviä
- vastaanottavia
- ihailijoita

- tunkeilevia

perususkomukset

- oikeutettu rikkomaan sääntöjä
- toiset ovat nenästä-vedettäviä, nössöjä, hyväksikäytettäviä
- koska olen spesiaalia, ansaitseen erikoissäännöt
- olen sääntöjen yläpuolella
- olen parempi kuin muut

- muut ovat palvellakseen tai ihaillakseen minua
- heillä ei ole oikeutta kieltää minua ansioistani
- voin toimia tunteitteni mukaan

- toiset ovat ei-palkitsevia
- suhteet ovat sotkuisia, ei-haluttavia

perusstrategiat

- hyökkää, ryöstä, varasta
- petä, manipuloi
- käytä muita
- säännöt muita varten
- manipuloi
- kilpaile

- käytä dramatiikkaa, charmia, kiukku-kohtauksia, itkua, itsemurhaeleitä

- pysy kaukana



Varhaiset väärinsopeutuneet (maladaptive) skeemat

Varhainen väärinsopeutumisskeema

Mahdollinen ilmaisu

Juha kemppinen, 2000



Hylkääminen/ menetys

- "tulen aina olemaan yksin."
- "Ei tule olemaan ketään minua varten"

Ei-rakastettavuus

- "kukaan ei tule rakastamaan minua tai haluamaan olla lähelläni, jos he todella tuntisivat minut"



Riippuvuus

- "en selviä yksikseni. Tarvitsen jonkun johon luottaa"



Alistuminen / yksilöitymisen puutos

- "minun täytyy alistaa tarpeeni toisten haluille, muuten he hylkäävät tai hyökkäävät minua vastaan"



Epäluottamus

- "Ihmiset voivat satuttaa minua, hyökätä kimppuuni, hyötyä minusta. Minun täytyy suojella itseäni"



Riittämätön itsekuri

- "Ei ole mahdollista minulle kontrolloida itseäni tai pitää itseäni kurissa"



Emotionaalisen kontrollin pelko

- "Minun täytyy kontrolloida tunteita tai jotain kamalaa saattaa tapahtua"



Syällisyys / rangaistus

- "olen paha henkilö. Ansaitseen tulla rangaistuksi "



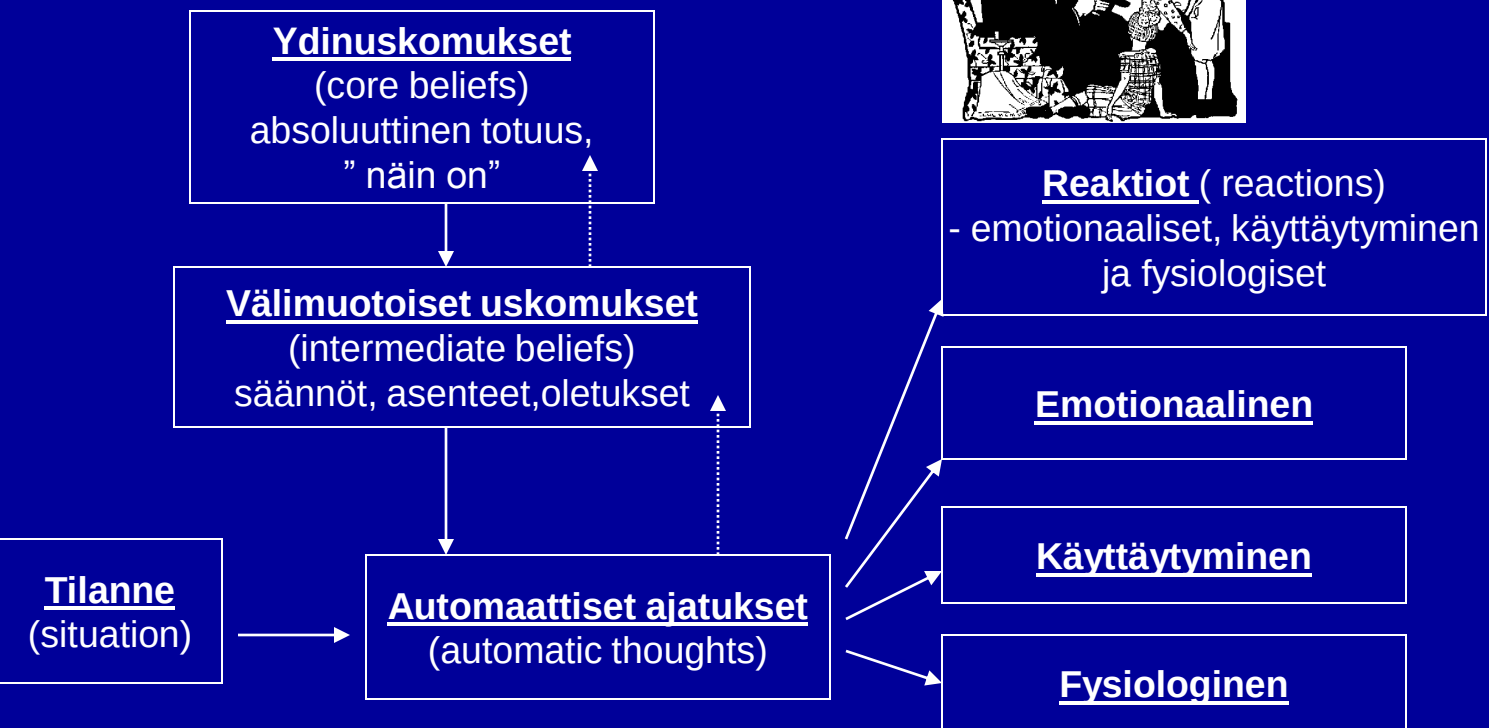
Emotionaalinen deprivatio

- "Ei ole ketään, joka kohtaisi tarpeeni, olisi vahva minulle, tai huolehtisi minusta"

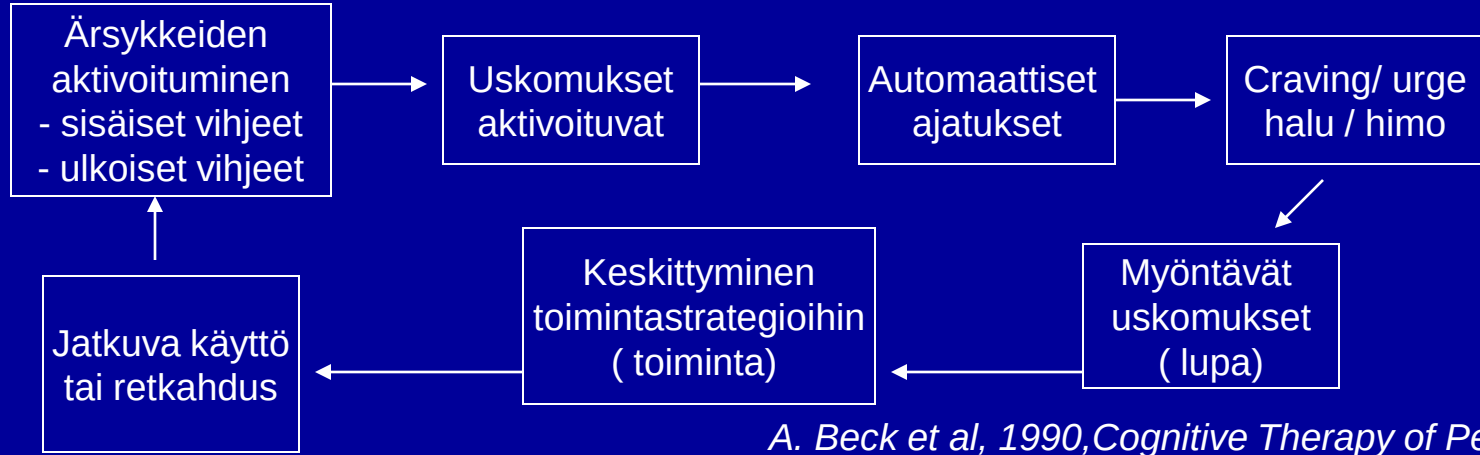


Ihmisenä olemisen kognitiivinen malli

Juha kemppinen, 2000



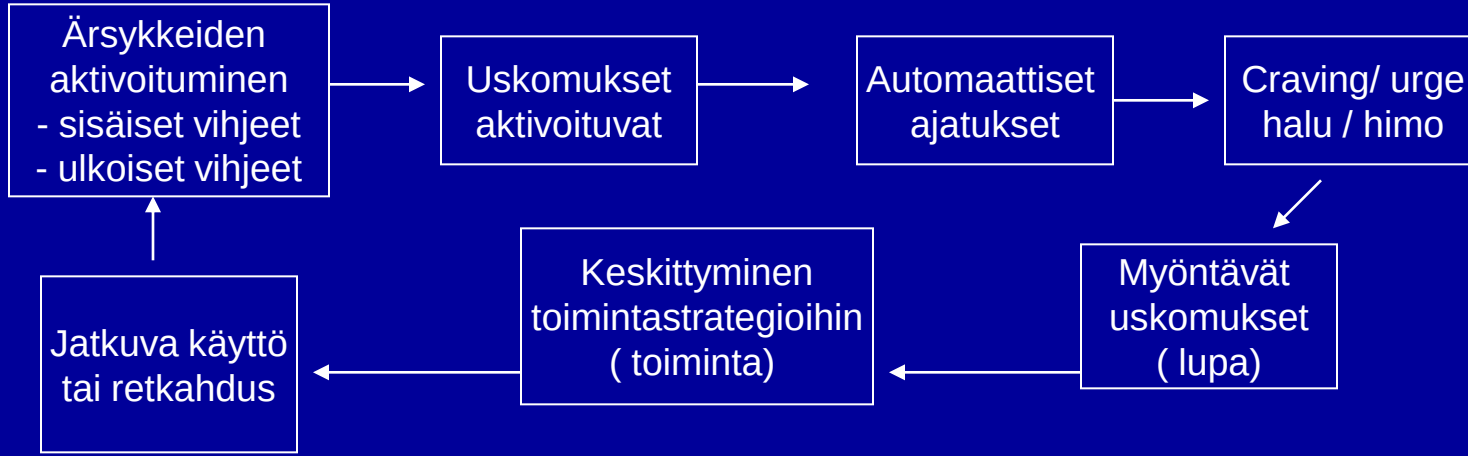
Päihdyttävien aineiden käytön täydellinen malli



A. Beck et al, 1990, *Cognitive Therapy of Personality Disorders*
J.S.Beck, 1995, *Cognitive Therapy- Basics and Beyond*,

Päihdyttävien aineiden käytön täydellinen malli

Juha kemppinen, 2000



Elämisen ongelmat



Retkahduksen kognitiivinen malli

A. T. Beck et al, 1993, Cognitive Therapy Of Substance Abuse



Päihdyttävien aineiden käytön täydellinen malli

Juha kemppinen, 2000



KIELTEISET ITSEKÄSITYKSET :

- ” olen avuton (kun en voi kontrolloida käyttöäni) ”
- ” olen heikko (kun en voi vastustaa halua) ”
- ” en ole rakastettava ”
- ” olen puutteellinen ”
- ” olen arvoton/ halveksittava (koska minulla on `paha` tapa) ”
- ” kaikki mitä teen on väärin ”
- ” olen epäonnistuja ”
- ” olen ansassa ”
- ” minulla ei ole tahdonvoimaa lopettaa käyttöä ”

KIELTEISET MENNEISYYSKÄSITYKSET :

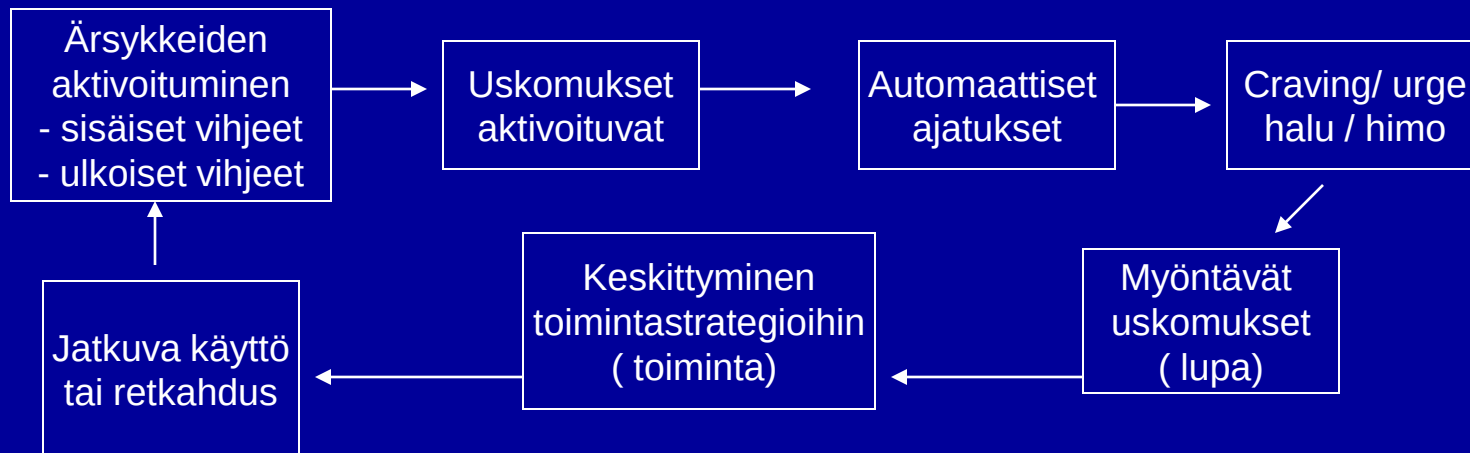
- ” en ole koskaan tehnyt mitään oikein ”
- ” mikään ei ole onnistunut minulle ”
- ” olen aina ollut onneton ”
- ” olen sotkenut koko elämäni ”
- ” minun koko elämäni on suuri epäonnistuminen ”

KIELTEINEN NÄKEMYS ELÄMÄNTILANTEESTA

- ” ihmiset halveksivat minua addiktioni vuoksi ”
- ” perheeni on luovuttanut suhteeni ”
- ” on niin monia vaatimuksia, etten hallitse niitä ”
- ” perheeni vahtii minua koko ajan ”
- ” lähiöni on mahdoton ”
- ” työni on tylsää ja masentavaa ”

KIELTEINEN NÄKEMYS TULEVAISUUDESTA :

- ” jos yritän jotain, ei se onnistu ”
- ” en koskaan saa sitä mitä haluaisin ”
- ” tulevaisuuteni on toivoton ”
- ” asiat menevät vain huonommiksi ”
- ” en koskaan kykene lopettamaan ”
- ” minulla ei ole mitään mitä odottaisin tulevaisuudelta ”
- ” en ansaitse parempaa elämässäni ”



A. T. Beck et al, 1993, *Cognitive Therapy Of Substance Abuse*



Epäluuloinen persoonallisuus

- luonteenomaista epäluuloisuus, ylenmääräinen herkkyys takaiskulle, kyvyttömyys antaa anteeksi loukkauksia sekä kokemus vääristymiseen (tulkitsee toisten teot vihamielisiksi) perusteettomia epäilyksiä puolison uskottomuudesta, taistelunhaluinen, itsekeskeinen ja omahyväinen
- kokevat arvostelun usein hyökkäykseksi ja vastaavat vastahyökkäyksellä
- tunne-elämältään rajoittuneita ja vaikuttavat jopa tunteettomilta
- itse arvioivat olevansa rationaalisia ja objektiivisia
- kiinnittävät paljon huomiota valtaan ja sos.arvoasteikkoon
- esiintyvyys 0.5-2.5%. Yleisempi miehillä

HOITO:

- supportiivinen luottamuksellinen yhteistyö
- terapeutin oltava suora ja rehellinen, ei liian hätäisiä tulkintoja
- potilaat saattavat olla vaarallisia mikäli kokevat tulevansa nurkkaan ajetuksi

Taulukko 15.4. Epäluuloinen (paranoidinen) persoonallisuus (DSM-IV).

- | | |
|--|--|
| <p>A. Laaja-alainen muihin kohdistuva epäluulo ja epäily, että toisten tarkoituksiperät ovat pahoja. Aikaa varhaisaikuisuudessa ja esiintyy monissa yhteyksissä vähintään neljällä seuraavista tavoista:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Perusteettomat epäilyt joutumisesta hyväksikäytön, vahingoittamisen tai petoksen kohteeksi.2. Ystävien tai tovereiden luotettavuutta ja lojaaliutta koskevat perusteettomat jatkuvat epäilyt.3. Haluttomuus uskoutumiseen muille, koska henkilö pelkää tietoja käytettävän häntä vastaan.4. Viattomien huomautusten tai tapahtumien tulkitseminen uhkaaviksi tai piilomerkityksiä sisältäviksi. | <ol style="list-style-type: none">5. Pitkällinen kaunan kantaminen, henkilö ei anna loukkauksia, vahinkoja tai laiminlyöntejä anteeksi.6. Henkilö on huomaavinaan, että hänen persoonansa tai mainettaan vastaan hyökätään ja on hanakka suuttumaan tai kostamaan.7. Toistuvat ja perusteettomat epäilyt puolison tai seksuaalikumppanin uskottomuudesta. <p>B. Ei esiinny ainoastaan skitsofrenian, psykoottisen mielialahäiriön tai muun psykoottisen häiriön aikana, eikä johdu ruumiillisen häiriön suorasta fysiologisesta vaikutuksesta.</p> |
|--|--|

Eristäytyvä persoonallisuus

- ominaista vetäytyminen tunnepitoisista sosiaalisista ja muista suhteista mielikuvitukseen, yksinäisiin harrastuksiin ja itsetutkiskeluun
- kyky ilmaista tunteita ja kokea mielihyvää on rajoittunut
- ei psykoottisia oireita kuten skitsofreniassa, mutta arviolta 10-20% sairastuu vanhemmiten skitsofreniaan
- psykoosipiirteinen pers.häiriö eroaa ajattelun, kommunikoinnin ja havaintomaailman outouden perusteella
- Suurin osa ei hakeudu hoitoon. Sopivimpia hoitokeinoja on ajateltu olevan supportiivisesta ja psykoedukatiiviset menetelmät. Osalle on apua antipsyk. lääkityksestä

Taulukko 15.5. Eristäytyvä (skitsoidinen) persoonallisuus (DSM-IV).

- | | |
|---|--|
| <p>A. Laaja-alainen vetäytyminen sosiaalisista suhteista ja rajoittunut tunteiden ilmaiseminen ihmissuhteissa. Alkaa varhaisaikuisuudessa ja esiintyy monissa yhteyksissä vähintään neljällä seuraavista tavoista:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Joko ei halua läheisiin suhteisiin tai ei nauti niistä perheeseen kuulumisen mukaan luettuna. 2. Haluaa useimmiten toimia yksin. 3. Vähän, jos ollenkaan kiinnostusta seksuaalisiin kokemuksiin toisen henkilön kanssa. | <ol style="list-style-type: none"> 4. Ei saa mielihyvää juuri mistään toiminnasta. 5. Ei ystäviä tai uskottuja lähisukulaisten lisäksi. 6. Ei näytä välittävän muiden kehuista tai arvostelusta. 7. Osoittaa emotionaalista kylmyyttä, vetäytymistä tai affektien latteutta. <p>B. Ei esiinny ainoastaan skitsofrenian, psykoottispiirteisen mielialahäiriön, muun psykoottisen häiriön tai laaja-alaisen kehityshäiriön aikana eikä johdu ruumiillisen häiriön suorasta fysiologisesta vaikutuksesta.</p> |
|---|--|

Taulukko 15.6. Psykoosipiirteinen (skitsotyyppinen) persoonallisuus (DSM-IV).

- | | |
|--|--|
| <p>A. Laaja-alaista sosiaalista ja ihmissuhteisiin liittyvää vajavuutta, johon kuuluvat heikentynyt kyky läheisiin suhteisiin ja viihtymättömyys niissä sekä kognitiiviset ja havaitsemisen häiriöt ja omituinen käytös. Alkaa varhaisaikuisuudessa ja esiintyy monissa yhteyksissä vähintään viidellä seuraavista tavoista:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Suhteuttamisajatukset (esim. henkilön kokemus siitä, että toisten eleet viittaavat häneen; suhteuttamisharhat pois luettuina). 2. Oudot uskomukset tai maaginen ajattelu, joka vaikuttaa käyttäytymiseen ja on ristiriidassa kulttuurinormeihin nähden (esim. taikausko, usko selvänäköön, telepatiaan tai "kuudenteen aistiin"; lapsilla ja nuorilla eriskummalliset fantasiat tai mielen täyttävät ajatukset). 3. Epätavalliset havaintokokemukset, ruumiilliset illuusiot mukaan luettuina. | <ol style="list-style-type: none"> 4. Eriskummalliset ajatukset ja puheen outous (esim. epämääräisyys, seikkaperäisyys, epämääräinen vertauskuvallisuus, ylikuulittelu tai kaavamaisuus). 5. Epäluuloisuus tai paranoidiset ajatukset. 6. Asiaankuulumatonta tai rajoittuneita affekteja. 7. Erikoinen tai kummallinen käytös tai ulkonäkö. 8. Ei ystäviä tai uskottuja lähisukulaisten lisäksi. 9. Liiallinen sosiaalinen ahdistuneisuus, joka ei vähene tuttuuden myötä ja johon liittyy enemmänkin paranoidisia pelkoja kuin negatiivista itsearviointia. <p>B. Ei esiinny ainoastaan skitsofrenian, psykoottispiirteisen mielialahäiriön, muun psykoottisen häiriön tai laaja-alaisen kehityshäiriön aikana.</p> |
|--|--|

Epäsosiaalinen persoonallisuus

- ominaista piittaamattomuus sos.velvollisuuksista ja välinpitämättömyys toisten tunteita kohtaan
- pettymysten sietokyky alhainen, samoin aggressiivisen ja väkivaltainen käyttäytymisen kynnyks
- aggressiivinen impulssikontrollin häiriö on yleinen
- varhaislapsuuteen on usein kuulunut vuoteenkastelu, unissakävely tai julmat teot
- murrosiästä lähtien epäsos. käytös lisääntyy
- oikeuspsykiatriassa käytetään edelleen psykopaattikäsitettä: henkilö, joka ei kykene empatiaan, on manipulatiivinen, oman edun tavoittelija, joka syyllistyy lainvastaisiin tekoihin ilman katumusta
- häiriöstä kärsii 2-3% väestöstä, neljä kertaa yleisempi miehillä ja esim. päihderiippuvaisilla 10 x yleisempi kuin valtaväestöllä

HOITO:

- tässä ja nyt –tyyppiset ohjelmat
- SSRI-lääkkeet voivat vähentää impulsiivista aggressiivisuutta

Taulukko 15.7. Epäsosiaalinen persoonallisuus (DSM-IV).

A. Laaja-alainen käyttäytymistapa, joka ei ota huomioon toisia ja loukkaa heidän oikeuksiaan. Alkaa ennen 15 vuoden ikää ja esiintyy vähintään kolmella seuraavista tavoista:	5. Piittaamattomuus omasta ja muiden turvallisuudesta.
1. Epäonnistuminen sosiaalisin normeihin sopeutumisessa liittyen lainvastaiseen käyttäytymiseen, joka ilmenee toistuvina pidätykseen johtavina tekoina.	6. Jatkuva vastuuttomuus, joka ilmenee toistuvana töiden ja taloudellisten velvollisuuksien laiminlyömisinä.
2. Vilpillisyys, joka ilmenee toistuvana valehteluna, väärällä nimellä esiintymisenä tai toisten petkuttamisena hyötytarkoituksessa tai huvikseen.	7. Katumattomuus, joka ilmenee välinpitämättömyytenä toisille aiheutetuista vahingoista tai rationalisaationa.
3. Impulsiivisuus tai kyvyttömyys suunnitella asioita etukäteen.	B. Vähintään 18 vuoden ikä.
4. Ärtisyys ja aggressiivisuus, joka ilmenee toistuvina tappeluina tai päällekkarkauksina.	C. Näyttöä käytöshäiriöstä, joka on alkanut ennen 15 vuoden ikää.
	D. Epäsosiaalista käyttäytymistä ei esiinny ainoastaan skitsofrenian tai maanisen jakson aikana.



Epävakaa persoonallisuus

- ominaista toimia hetken mielihoiteesta harkitsematta seurauksia
- mielialat vaihtelee eikä usein kykene hallitsemaan tunteenpurkauksiaan
- taipuvainen riitaisuuteen ja yhteen törmäykseen
- häiriöt minäkuvassa päämäärien asettamisessa ja tavoitteissa
- etiologiassa keskeisenä pidetään häiriintynyttä varhaista lapsen ja vanhempien suhdetta, joka on johtanut erityisesti eristymis-yksilöitymiskehityksen (separaatio-individuaali) häiriöön. Emotionaalinen laiminlyönti, varhaiset menetyskokemukset, seksuaalinen hyväksikäyttö jne.
- n. 2-3% väestöstä kärsii
- ICD-10 luokituksessa diagnoosiluokkaan sisältyvät hyökkäävä (aggressiivinen) ja rajatila- ja räjähdysaltis (eksplosiivinen) persoonallisuus

HOITO:

- Psykoterapia vaativaa, potilaat usein regressiivisiä, impulsiivisia ja ajalehtivia.
- Myönteisiä tuloksia on saatu psykodynaamisesti orientoituneelle, potilaan kypsymistä tukevalla intensiiviselle psykoterapialle
- kognitiivis-behavioraalinen psykoterapia joka sisältää vuorovaikutuksellista ymmärtämistä ja vuorovaikutustaitojen harjoittelua
- voivat hyötyä masennuslääkkeistä, antipsyk. lääkkeitä

Taulukko 15.8. Epävakaa persoonallisuus (DSM-IV).

Laaja-alaista ihmissuhteisiin, minäkuvaan ja afekteihin liittyvää epävakautta ja huomattavaa impulsiivisuutta. Alkaa varhaisaikuisuudessa ja esiintyy monissa yhteyksissä vähintään viidellä seuraavista tavoista:	
1. Kiihkeitä yrityksiä välttää todelliselta tai kuvitellulta hylätyksi tulemiselta.	5. Toistuva itsetuhoisen käytös, siihen viittaavat eleet tai uhkaukset tai itsensä viiltely ym. vahingoittaminen.
2. Epävakaita ja intensiivisiä ihmissuhteita, joita luonnehtii äärimmäisen inhoaminen ja vähätylyn vaihtelu.	6. Affektiivinen epävakaus, joka johtuu mielialan merkittävästä reaktiivisuudesta (esim. intensiivinen jaksoittainen dystoria, ärtyneisyys tai ahdistuneisuus, joka kestää tavallisesti muutamia tunteja ja vain harvoin muuttuu päivää kauemmin).
3. Identiteettihäiriö: merkittävästi ja jatkuvasti epävakaa minäkuva tai kokemus itsestä.	7. Krooniset tyhjyyden tuntemukset.
4. Impulsiivisuus ainakin kahdella potentiaalisesti itselle vahingollisella alueella (esim. tuhlaaminen, seksi, kemiallisten aineiden käyttö, holtiton liikennekäyttäytyminen, ahmiminen).	8. Asiaankuulumaton, voimakas suuttumus tai vaikeus kontrolloida suuttumusta (esim. toistuva äkkipikaisuus, jatkuva vihaisuus, toistuva tappeleminen).
	9. Hetkellinen stressiin liittyvä paranoideinen ajattelu tai vakava dissosiativinen oireilu.



Huomionhakuinen persoonallisuus

- ominaista: suurieleinen ja teennäinen esiintyminen, liioitteleva tunteiden ilmaiseminen, itsekeskeisyys, omien halujen tyydyttäminen ja toisten laiminlyönti, herkkä loukkaantuvuus sekä jatkuva huomion, arvonannon ja jännityksen etsintä. Useita päällekkäisiä piirteitä narsistisen ja epävakaan pers. kanssa
- n. 2-3% väestöstä hakevat usein apua masennukseen selittämättömiin ruumiilliseen vaivoihin tai ihmissuhdeongelmiin

Taulukko 15.9. Huomionhakuinen persoonallisuus.

Laaja-alaista korostunutta emotionaalisuutta ja huomion hakemista. Alkaa varhaisaikuisuudessa ja esiintyy monissa yhteyksissä vähintään viidellä seuraavista tavoista:	
1. Henkilö tuntee olonsa epämukavaksi, jos hän ei ole huomion keskipisteenä.	4. Kiinnittää jatkuvasti huomiota ulkonäkönsä.
2. Vuorovaikutusta toisten kanssa luonnehtii usein asiaankuulumaton seksuaalisesti houkutteleva tai provosoiva käytös.	5. Puhetapa korostuneen yleistävä ("ympäripyöreä") ja yksityiskohdista piittaamaton.
3. Tunteiden osoittaminen on nopeasti vaihtelevaa ja pinnallista.	6. Dramatisointi, teatraalisuus ja liioiteltu tunteilmaisuus.
	7. Suggestiivisuus, ts. henkilö on helposti toisten ihmisten tai olosuhteiden ohjattavissa.
	8. Suhteiden kokeminen läheisemmiksi kuin ne todellisuudessa ovat.



Narsistinen persoonallisuus

Taulukko 15.10. Narsistinen persoonallisuus (DSM-IV).

Laaja-alaisia suuruuskuvitelmia (fantasian tai käytöksen tasolla), ihailun tarvetta ja empatian puutetta. Alkaa varhaisaikuisuudessa ja esiintyy monissa yhteyksissä vähintään viidellä seuraavista tavoista:

1. Henkilöllä on suuret käsitykset itsestään (esim. liioittelee taitojaan ja saavutuksiaan, odottaa perusteettomasti muiden pitävän häntä ylivermaisena).
2. Keskittyy ajatuksiinsa jatkuvasti mielikuviin rajattomasta menestyksestä, voimasta, kauneudesta tai suuresta rakkaudesta.
3. Uskoo olevansa erikoinen ja ainutlaatuinen ja kokee, että häntä ymmärtävät vain muut huomattavat henkilöt ja instituutiot, joiden kanssa hänen tulisi olla tekemisissä.

4. Vaatii korostunutta ihailua.
5. Kokee olevansa oikeutettu erikoiskohteluun ja saamaan toiveensa täytetyiksi.
6. Käyttää häikäilemättä muita hyväkseen.
7. Empaattisuuden puute: haluttomuus huomata toisten tunteita ja tarpeita tai eläytyä niihin.
8. Henkilö on usein kateellinen muille tai uskoo muiden kadehtivan häntä.
9. Ylimielinen ja röyhkeä käytös tai asennoituminen.

Psykiatria 2004

- ihmiselle ei ole kehittynyt tervettä itsearvostusta ja kykyä arvostaa muita
- usein rinnakkaishäiriönä pettymystilanteissa esiin tulevaa masennusta tai päihteiden väärinkäyttöä



Vaativa persoonallisuus

- ominaista: täydellisyyden tavoittelu, liikatunnollisuus, pikkutarkkuus, huolellisuus ja itsepäisyys
- heidän tasapainonsa järkkyy helposti erilaisista muutoksista esim. vuorovaikutussuhteissa, työelämässä jne.
- esiintyy usein muiden pers. häiriöiden kanssa
- hoitona: psykoanalyttinen psykoterapia ja psykoanalyysi, dynaamisesti orientoitunut ryhmäterapia

Taulukko 15.11. Pakko-oireinen persoonallisuushäiriö (DSM-IV).

Laaja-alainen korostunut pyrkimys järjestykseen, perfektionismiin sekä elämysten ja vuorovaikutussuhteiden kontrollointiin joustavuuden, avoimuuden ja tehokkuuden kustannuksella. Alkaa varhaisaikuisuudessa ja esiintyy monissa yhteyksissä vähintään neljällä seuraavista tavoista:

1. Keskittyy niin korostaisesti yksityiskohtiin, sääntöihin, luetteluihin, järjestykseen, organisointiin tai aikatauluihin, että toiminnan päätarkoitus kärsii.
2. Osoittaa perfektionismia, joka häiritsee tehtävien loppuunsaattamista (esim. ei saa työtä valmiiksi, koska se ei täytä omia liiallisia vaatimuksia).
3. On niin omistautunut työhön ja tuottavuuteen, että vapaa-ajan harrastukset ja ystävyyssuhteet jäävät pois (ei johdu taloudellisesta välttämättömyydestä).

4. On ylittunnollinen, pikkutarkka ja joustamaton moraalisisissa, eettisissä tai arvoasioissa (ei johdu kulttuurisesta tai uskonnollisesta identiteetistä).
5. Ei kykene heittämään loppuun käytettyjä tai arvottomia esineitä pois, vaikka niillä ei olisi tunnearvoakaan.
6. On haluton delegoimaan tehtäviä tai työskentelemään toisten kanssa, elleivät he suostu toimimaan täsmälleen hänen haluamallaan tavalla.
7. On saita omista ja muiden rahoista ja katsoo, että on aina säästettävä pahan päivän varalle.

8. Osoittaa jäykkyyttä ja itsepäisyyttä.

Estynyt persoonallisuus

- ominaista jännityksen, pelon, epävarmuuden ja alemmuuden tunteet. Tuttavapiiri suppea
- kaipaa hyväksyntää ja kiintymystä
- on yliherkkä hylkäämiselle ja arvostelulle
- pelkää häpeän tunnetta aiheuttavia kokemuksia
- seurausta varhaislapsuuden itsetuntovaurioista
- n. 0.5-1% väestöstä
- hoitona psykodynaaminen psykoterapia, perhe- tai ryhmäterapia

Taulukko 15.12. Estynyt persoonallisuus (DSM-IV).

Laaja-alaista sosiaalista estoisuutta, riittämättömyyden tunteita ja yliherkkyyttä kielteistä arvostelua kohtaan. Alkaa varhaisaikuisuudessa ja esiintyy monissa yhteyksissä vähintään neljällä seuraavista tavoista:

1. Välttelee arvostelun, paheksunnan tai torjunnan pelossa ammatillisia toimintoja, joihin liittyy merkittäviä ihmissuhteita.
2. Ei halua olla tekemisissä ihmisten kanssa, ellei ole varma, että hänestä pidetään.
3. On varautunut läheisissä suhteissa, koska pelkää häpeää tai naurunalaiseksi joutumista.
4. Pelkää jatkuvasti tulevansa kritisoiduksi tai torjutuksi sosiaalisissa tilanteissa.
5. On estynyt uusissa ihmissuhdetilanteissa riittämättömyyden tunteen takia.
6. Kokee itsensä ihmissuhteissa typeräksi, epäkiinnostavaksi tai muita huonommaksi.
7. On yleensä vastahakoinen ottamaan henkilökohtaisia riskejä tai osallistumaan uusiin toimintoihin, koska ne voisivat johtaa noloon tilanteeseen.

Riippuvainen persoonallisuus

- amer. tutkimuksessa n. 15% väestöstä, naisilla 3 x yleisempi
- hakeutuvat hoitoon ahdistuneisuushäiriöiden, masennuksen tai somaattisten oireiden vuoksi
- psykoterapia parempi kuin lääkehoito
- lääkehoito häiriöön liittyviin muihin oireisiin (esim. masennus)
- alttiita lääkeriippuvuudelle (bentsot)

Taulukko 15.13. Riippuvainen persoonallisuus (DSM-IV).

Laaja-alainen ja korostunut hoivatuksi tulemisen tarve, joka johtaa alistuvaan ja takertuvaan käyttäytymiseen ja eroon joutumisen pelkoon. Alkaa varhaisaikaisuudessa ja esiintyy monissa yhteyksissä vähintään viidellä seuraavista tavoista:

1. Henkilöllä on vaikeuksia tehdä tavallisia arkielämän päätöksiä ilman muiden huomattavaa apua ja vakuuttelua.
2. Tarvitsee toisten huolenpitoa useimmilla tärkeillä elämän alueilla.
3. Kokee vaikeaksi ilmaista eriäviä mielipiteitä, koska pelkää menettävänsä toisten tuen tai hyväksynnän. Huomautus: älä sisällytä aiheellisia pelkoja seuraamuksista.
4. Kokee vaikeaksi ryhtyä uusiin hankkeisiin tai tehdä asioita itsenäisesti (syynä enemmän heikko itseluottamus kuin motivaation tai tarmon puute).
5. Menee huomattavan pitkälle, jopa suostuu vapaaehtoisesti epämiellyttäviin asioihin, saadakseen toisilta huolenpitoa ja tukea.
6. Tuntee olonsa epämukavaksi tai avuttomaksi ollessaan yksin; syynä liioiteltu pelko kykenemättömyydestä huolehtia itsestään.
7. Mikäli läheinen suhde päättyy, henkilö etsii kiireesti uuden hoivaa ja tukea antavan suhteen.
8. Pelkää jatkuvasti epärealistisesti tulevaisuutta jätetyksi yksin huolehtimaan itsestään.

Psykiatria 2004



Pitkäaikaiset persoonallisuuden muutokset

- aikuisiän persoonallisuuden ja käyttäytymisen häiriöitä, jotka ovat seurausta altistumisesta hyvin voimakkaalle, pitkittyneelle psyykkiselle rasitukselle

Tuhoisaa kokemusta seuraava persoonallisuuden muutos

- on pitkäaikainen kestää ainakin 2 vuotta
- häiriötä luonnehtii vihamielinen ja epäluuloinen asenne maailmaan, vetäytyminen ihmissuhteista, tyhjyyden ja toivottomuuden tunteet sekä jatkuva ärtymyksen ja uhattuna olemisen tai vieraantumisen tunne.
- ICD-10 luokituksen mukaan tähän sisältyvät mm. suuronnettomuudet, keskitysleirikokemukset, pitkäaikainen kuolemanvaara jne.

Vakavaa mielenterveyshäiriötä seuraava pitkäaikainen pers.muutos

- tarkoittaa tilaa, joka kestää väh. 2 v. ja johtuu vaikean psyykkisen sairauden aiheuttamasta vaurioittavasta kokemuksesta. Muutos ei selity aiemmalla pers.häiriöllä
- henkilö on liiallisen riippuvainen muista, suhtautuu heihin vaateliaasti. On vakuuttunut, että sairaus on leimannut hänet ja siten estää häntä luomasta ja säilyttämästä ihmissuhteita. Johtaa sosiaaliseen eristymiseen.

Pers.häiriöt nuoruusiässä

- 30-40% lapsuuden ja nuoruuden vakavista käytöshäiriöistä jatkuu aikuisuudessa epäsos.persoonallisuutena
- pers.häiriödiagnoosia ei aseteta ennen 18-vuoden ikää
- nuoren pers. kehityksen ongelmat voivat aiheutua useista identiteettiin liittyvistä ongelmista esim. uran valinnasta, ystävyssuhteista, seks.suuntautuneisuudesta, moraalisista arvoista jne.
- voidaan käyttää diagnoosia identiteettihäiriö
- jos persoonallisuutta leimaa kypsyttömyys (esim. lyhytjännisyys, raivokohtaukset, lapsenomainen reaktiotapa jne.) voidaan käyttää pers.kypsyttömyyden nimikettä



Käytös- ja hillitsemishäiriöt



- ovat usein osa pers.häiriöproblematiikkaa ja impulssikontrollin häiriö yhdistää ne tärkeimpiin pers.häiriöihin
- ominaista toistuvat hallitsemattomat toiminnot, joille ei ole selviä järkiperäisiä syitä ja jotka yleensä vahingoittavat omia tai muiden etuja
- syytä ei tunneta, mutta tutkimustieto viittaa siihen, että impulssikontrollihäiriön taustalla voi olla häiriö serotoniiniaineenvaihdunnassa, dopamiiniaineenvaihdunnassa, testosteronipitoisuudessa tai limbisen järjestelmän toiminnassa

Taulukko 15.14. ICD-10-luokituksen mukaiset käytös- ja hillitsemishäiriöt.

Pelihimo.

Tuhopolttohimo.

Näpistelyhimo (kleptomania). Tähän sisältyy varastamispakko.

Karvojennypimishäiriö.

Muu määritetty käytös- ja hillitsemishäiriö (sisältää toistuvat raivokohtaukset, jotka eivät liity muihin häiriöihin).

Kognitiivisen terapiaistunnon rakenne ja kulku

Terapeuttisten istunnon rakenne :

1. kerta

1. Synnyttää luottamusta ja hyvä suhde
2. Sosiaalistaa potilas kognitiiviseen terapiaan
3. Kouluttaa potilasta häiriöstään, kognitiivisesta mallista, ja terapiaprosessista
4. Normaalista potilaan vaikeuksia ja herättää toivoa
5. Houkutella esiin (ja korjata, jos tarpeellista) potilaan odotukset terapian suhteen
6. Kerätä lisäinformaatiota potilaan vaikeuksista
7. Käyttää saatua informaatiota tavoite-listan synnyttämisessä

Terapeuttisten istunnon rakenne :

1. kerta

1. Agendan (esityslistan) asettaminen ja tarjota perustelut sen tekemiselle
2. Mielialan tarkistus, sisältää objektiiviset arviointiasteikot
3. Lyhyesti uudelleen esitellä näkemys nykyisestä ongelmasta ja saada päivitys (sitten arvioinnin)
4. Tunnistaa ongelmat ja asettaa päämäärät
5. Opettaa potilaalle kognitiivista mallia
6. Houkutella esiin potilaan odotukset terapiasta
7. Kouluttaa potilasta häiriöstään
8. Asettaa kotitehtävät
9. Tarjota yhteenveto
10. Houkutella esiin palautetta

Terapeuttisten istunnon rakenne :

> 2. kerta

1. Lyhyt päivitys ja mielialan tarkistus (ja lääkityksen, alkoholin ja/ tai muiden päihteidenkäytön, jos asiaankuuluvaa)
2. Silta edellisestä istunnosta
3. Kotitehtävien katsaus
4. Agendan (esityslistan) aiheista keskustelu, uusien kotitehtävien antaminen , ja periodiset yhteenvedot
5. Sokraattinen kysely
6. ” Pähkinäkuori” yhteenvedot (>3x/ istunto)
7. Lopullinen yhteenveto ja palaute.

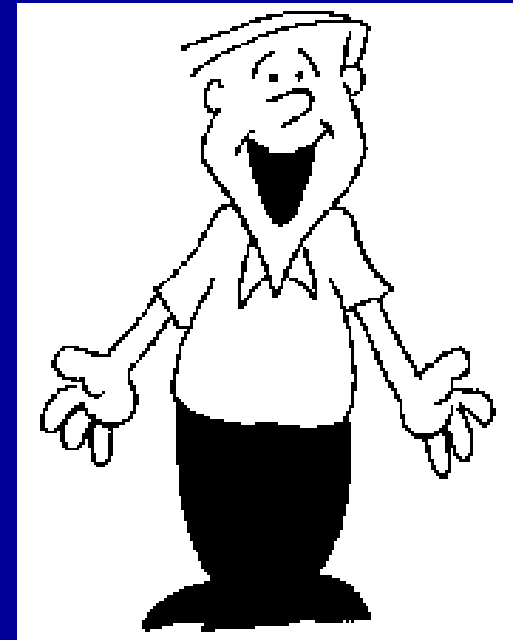
Tavallisimpia ongelmia terapiassa:

1. Diagnoosi, käsitteellistäminen ja hoitosuunnitelma
2. Terapeuttinen allianssi
3. Terapeuttisten istuntojen rakenne ja/ tai tahti
4. Potilaan sosialisatio
5. Automaattisten ajatusten kanssa työskentely
6. Terapeuttisten tavoitteiden saavuttaminen terapeuttisissa istunnoissa ja niiden välillä
7. Potilaan prosessointi terapeuttisissa istunnoissa.



Terapiassa opetettuja ja käytettyjä työvälineitä/ tekniikoita

1. Hajottamaan isot ongelmat pienemmiksi ja hallittavaksi osiksi
2. Synnyttää vaihtoehtoisia reaktioita ongelmiin
3. Tunnistaa, testata , ja vastata automaattisiin ajatuksiin ja uskomuksiin
4. Käyttää Ei-toimivien Ajatusten Muistiinpanemista
5. Seurata ja aikatauluttaa aktiviteetteja
6. Tehdä rentoutumisharjoituksia
7. Käyttää huomionsiirto- ja huomion uudelleen-
fokusointi- tekniikoita
8. Luoda ja työskennellä oma tie vaikeampien
ja hierarkkisten tehtävien läpi
9. Kirjoittaa myönteisten minä- väitteiden
lokikirja
10. Tunnistaa hyödyt ja haitat (tiettyjen ajatusten,
uskomusten, käyttäytymisen, tai valintojen,
kun tekee päätöksiä)



Persoonallisuushäiriöiden kognitiivinen terapia - sairauskertomus

Juha kemppinen, 2000

Terapeutin nimi _____
Potilaan nimi _____
Pvm _____

I Identifiointi informaatio

II Diagnoosit (DSM-IV) (ICD-10)

Akseli I : kliiniset oireyhtymät (yksi tai us) + V-koodit

Akseli II : persoonallisuushäiriö/
spesifinen kehityshäiriö
- esille tuleva puolustusmekanismi

Akseli III : somaattinen diagnoosi
(ruumiilliset sairaudet ja vammat)
E-diagnoosit (tapaturmien ulkoiset syyt)

Akseli IV : psykososiaaliset stressitekijät sekä
niiden vaikeusaste 6-kohtaisen arviointi-
asteikon mukaisesti (0 tiedon määrä
riittämätön, 1 olematon, 2 lievä, 3 kohtalainen,
4 huomattava, 5 vakava ja 6 äärimmäinen)

Akseli V : henkilön paras toiminnallinen taso viimeisen
vuoden aikana sekä toiminnallinen taso, joka
on todettavissa tutkimuksen suorittamisajan-
kohtana.

III Objektiiviset asteikot (BDI, BAI, HS jne.)

IV Esitetyt ongelmat ja nykyinen toimintakyky

V Kehityksellinen profiili

- A. Historia (perhe, sosiaalinen, kasvatus, koulutus,
työ, lääketieteellinen, psykiatrinen)
- B. Suhteet (vanhemmat, sisarukset, toverit,
auktoriteetit, muut merkittävät henkilöt)
- C. Merkittävät tapahtumat ja traumat

VI Kognitiivinen profiili

- A. Kognitiivinen malli sovellettuna tähän potilaaseen
 - Tyypilliset nykyiset ongelmat/ ong. Tilanteet
 - Tyypilliset automaattiset ajatukset, affektit,
ja käyttäytyminen näissä tilanteissa
- B. Ydinuskomukset
- C. Konditionaaliset (ehdolliset) uskomukset
- D. Säännöt (pitäisi/ täytyy itse/ muut)

VII Kognitiivisten ja kehityksellisten profiilien integrointi ja käsitteellistäminen

- A. Käsityksen itsestä ja muista muodostaminen
- B. Kognitiivisten haavoittuvuuksien ja elämän-
tapahtumien vuorovaikutus
- C. Kompensatoriset ja selviytymisstrategiat
- D. Nykyisen häiriön kehitys ja ylläpito

VIII Terapian johtopäätökset

- A. Soveltuvuus kognitiivisiin interventioihin
(asteikko: matala, keski, korkea; lisää
kommentteja ,jos sopii)
 - 1. Psykologinen ajatustapa (matala,keski,korkea)
 - 2. Objektiivisuus
 - 3. Tietoisuus
 - 4. Luottamus kognitiiviseen malliin
 - 5. Automaattisten ajatusten ja uskomusten
tavoitettavuus ja joustavuus
 - 6. Sopeutuvuus
 - 7. Huumori

J.S.Beck, 1995, *Cognitive Therapy- Basics and Beyond*, jatkuu

Persoonallisuushäiriöiden kognitiivinen terapia - sairauskertomus

VIII Terapian johtopäätökset (*jatkuu*)

- B. Persoonallisuuden organisaatio:
sosiotrooppinen vs. autonominen
- C. Potilaan motivaatio, päämäärät
ja odotukset terapialta
- D. Terapeutin tavoitteet
- E. Standardi kognitiivisen terapian
oletetut vaikeudet ja modifikaatiot

Tavallisimpia ongelmia terapiassa:

1. Diagnoosi, Käsitteellistäminen ja hoitosuunnitelma
2. Terapeuttinen allianssi
3. Terapeuttisten istuntojen rakenne ja/ tai tahti
4. Potilaan sosialisatio
5. Automaattisten ajatusten kanssa työskentely
6. Terapeuttisten tavoitteiden saavuttaminen
terapeuttisissa istunnoissa ja niiden välillä
7. Potilaan prosessointi terapeuttisissa istunnoissa.

Terapeuttisten istunnon rakenne :

1. kerta

1. Agendan (esityslistan) asettaminen
ja tarjota perustelut sen tekemiselle
2. Mielialan tarkistus,
sisältää objektiiviset arviointiasteikot
3. Lyhyesti
4. Keskustelu tämän päivän agendan aiheista
5. Sokraattinen kysely
6. ” Pähkinäkuori” yhteenvedot (>3x7 istunto)
7. Kotitehtävien arvioinnit
8. Palaute terapeuttisesta istunnosta

Terapeuttisten istunnon rakenne :

> 2. kerta

1. Agendan (esityslistan) asettaminen
2. Mielialan tarkistus
3. Silta edellisestä istunnosta
4. Keskustelu tämän päivän agendan aiheista
5. Sokraattinen kysely
6. ” Pähkinäkuori” yhteenvedot (>3x7 istunto)
7. Kotitehtävien arvioinnit
8. Palaute terapeuttisesta istunnosta

Persoonallisuushäiriöiden kognitiivinen terapia

1. Tapauksen käsitteellistäminen

- a) sisältää menneen historian, kehityksen
- b) perusnäkemys itsestä, toisista
- c) Konditionaaliset ja ydinuskomukset
- d) Uskomusten suhde kognitioihin
- e) Ei-toimivat (dysfunktionaaliset) strategiat
- f) Adaptiiviset uskomukset ja strategiat
- g) Psykopatologian kehittyminen
- h) Tee diagrammi

2. Yhteistyö ja ohjattu löytöretki

3. Terapeuttinen suhde

- a) Mielenkiinto päämääriin, perheeseen, työhön
- b) Roolimallit
- c) Henkilökohtaiset kokemukset esimerkkinä
- d) Apua päätöksiin, taitoihin
- e) Empatia ja ymmärrys
- f) ”Transferenssireaktioiden” käyttö

4. ” Automaattiset ajatukset ” ja ” Rationaaliset reaktiot ”

5. Roolileikki

- a) Taitojen kehittäminen, itsevarmuuden lisääminen
- b) Käänteinen roolipeli
 - Terapeuttimalli- taidot
 - Lisätä empatiaa ja ymmärrystä
- c) ” Uudelleen-elää ” varhaiset kokemukset

6. Mielikuvitus

- a) Nykyisten avainhenkilöiden mielikuvat
- b) Lapsuuden kokemukset

7. Identifioi ja testaa ”perususkomukset”

- a) Alaspäin nuoli- tekniikka
- b) Käyttäytymiskokeet

8. Rakentaa uusia ”skeemoja”

- a) Mukava kolo- tekniikka
- 9. Aseta/ Muuta päämääriä ja prioriteetteja

- a) ” Tasapainolevy ” - tekniikka

10. ” Kotityö ” - asiat

- a) Tarve selkeille perussyille, selityksille
- b) Päiväkirjan käyttö
- c) Avohoidossa opeteltavat käytännön taidot
 - automaattiset ajatukset
 - ”erehdysten” merkintä
 - automaattisten ajatusten testaus ja vastaus
- d) Ongelmat
 - taitojen kehittäminen
 - suhde uskomuksiin ja strategioihin
 - nonkomplianssi
 - pakkomielteinen huomioidenteko
 - hysteerinen esitys

9. ” Booster ” - terapia

10. Retkahdusten ehkäisy