

LUONNEHÄIRIÖISEN NAAMIONA TERVE MIELI – MITEN AUTAN UHRIA?

1. ALKUTOTEAMUKSIA

- Jokainen yksilö on erilainen, samoin jokainen ihmissuhdetapaus, mikä tekee luokittelun ongelmalliseksi tai ainakin epätarkaksi. Luokittelu voi olla lokeroimista ja johtaa ihmisten tapaustamiseen ja materiaalistamiseen.
- Yhteisiäkin piirteitä on, mikä tekee luokittelun mahdolliseksi ja välttämättömäksi.
- Psykiatrinen diagnostiikka erittelee häiriöitä hyvin pitkälle.
- Näkökulma on erilainen ”luonnehäiriöisen” ”uhrilla” ja hänen hoitajallaan kuin luonnehäiriöisellä (itsellään) ja hänen (mahdollisella) hoitajallaan. Tässä asiaa tarkastellaan ulkopuolisen ja uhrin kannalta.
- Luonnehäiriöisiä liikkuu ”tavallisten” ihmisten keskellä ”tavallisessa” elämässä, ja he aiheuttavat ongelmia ”tavallisille” ihmisille ja erityistä kärsimystä tietyille ihmisille, varsinkin ”uhreilleen”.
- Uhreja ja muita luonnehäiriöisestä kärsiviä on yritettävä auttaa psykiatrisen hoidon ulkopuolella(kin). Luonnehäiriö on käytännön psykiatrisessa toiminnassa suhteellisen harvinainen hoidettava, samoin sellaisen ihmisen uhri - ennen kuin hän lopullisesti sortuu. Kärsimys on usein kätkössä ja käsittämätön laajuudessaan ja tuskallisuudessaan.
- Varsinaisen psykiatrian ulkopuolella ei tarvita kovin pitkälle menevää erottelua vaan selviytymiskeinoja.
- Luonnehäiriöisen tuntomerkit ovat eri asia kuin persoonallisuuden piirteet.
- Luonnehtimisessa on leimaamisen vaara ja väärinkäytön mahdollisuus. Väärinkäyttö ei kuitenkaan kumoa oikeaa käyttöä.
- On varottava jonkun tietyn yksilön nimittämistä luonnehäiriöiseksi, mutta hänen luonnehäiriöisestä käyttäytymisestään voidaan ja tulee puhua.
- Luonnehäiriöisiltä puuttuu sairaudentunto, eivätkä he normaalisti hakeudu hoitoon. Toivo heidän muuttumisestaan herää, jos näin kuitenkin käy. Se ei silti takaa muuttumista eikä edes varsinaista valmiutta siihen.
- Luonnehäiriöisen hoidossa on lisäksi mm. seuraavia ongelmia:
 - Henkilö kohdataan vain tiettyinä hetkinä ja aikoina, ”poikittaisesti”, hänen kanssaan ei eletä ”pitkittäisesti” eli jatkuvasti eikä pitkää aikaa.
 - Luonnehäiriöinen pyrkii aina manipuloimaan hoitajaansa.
 - Vakiintunutta lääkityskäytäntöä ei ole.
 - Potilaat usein käyttävät lääkkeitä vastoin ohjeita.

Psykiatrian perusoppikirjat puhuvat vain luonnehäiriöisistä ja heidän mahdollisesta hoitamisestaan, eivätkä heidän uhreistaan eivätkä varsinkaan näiden hoitamisesta, mikä olisi tärkeämpää, helpompaa ja tuloksellisempaa.

2. ERILAISIA LUOKITTELUJA

International Classification of Diseases= ICD-10(Maailman terveysjärjestö): tautiluokitus:

Persoonallisuushäiriöt:

- Epäluuloinen persoonallisuus
- Eristäytyvä (skitsoidinen) 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

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (American Psychiatric Association) = DSM-IV:

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

Ryhmään B kuuluvia ilmiöitä yhdessä voisi luonnehtia nyt hiukan vanhentuneella kattavalla käsitteellä luonnehäiriö, jota tässä käsitellään. Piirteet ovat usein päällekkäisiä ja kuin liukuvat toisiinsa jopa yli ryhmärajojen.

Markku Ojanen: Luonnehäiriö pitäisi poistaa tautiluokituksista.

PERSOONALLISUUSHÄIRIÖ

Markku Eronen & Markus Henriksson & Mauri Marttunen: Persoonallisuushäiriöt & Käyttäytymishäiriöt (teoksessa Psykiatria, toim. Jouko Lönnqvist & Martti Heikkinen & Markus Henriksson & Mauri Marttunen & Timo Partonen, 2001):

- Persoonallisuushäiriö on 1) syvälle juurtunut, 2) pitkäaikainen, 3) joustamaton, 4) haitallisena ilmenevä, 5) huomattavan poikkeava käyttäytymismalli.
- Samalla henkilöllä voi olla useitakin persoonallisuushäiriöitä.
- Epäluuloinen persoonallisuus
- Eristäytyvä persoonallisuus
- Epäsosiaalinen persoonallisuus
- Tunne-elämältään epävakaa persoonallisuus
- Huomiohakuinen persoonallisuus
- Narsistinen persoonallisuus
- Vaativa persoonallisuus
- Estynyt persoonallisuus
- Riippuvainen persoonallisuus
- Käytös- ja hillitsemishäiriöt (ludo-, pyro-, klepto-, trikotillo-, [porio-]mania)
- Teeskentelyhäiriöt

LUONNEHÄIRIÖ

Yrjö O. Alanen: Persoonallisuushäiriöt (teoksessa Kalle Achté & Yrjö O. Alanen & Pekka Tienari: Psykiatria, 1.p.1971, uud. p. mm. 1994):

Luonneneuroosit:

- Pakkoneuroottinen persoonallisuus
- Hysterinen (huomionhakuinen) persoonallisuus
- Estynyt persoonallisuus

Persoonallisuushäiriöt, jotka ovat sukua funktionaalisille psykooseille:

- Paranoidinen (epäluuloinen) persoonallisuus
- Mielialan aaltoiluhäiriö
- Eristäytyvä persoonallisuus
- Psykoosiin liittyvä eli rajatilapsykoottinen persoonallisuus

Luonnehäiriöt:

- Riippuvainen ja passiivis-vihamielinen persoonallisuus
- Narsistinen persoonallisuus
- Asosiaalinen persoonallisuushäiriö
- Epävakaa persoonallisuus eli rajatilapersoonallisuus

Patologiset impulssitoiminnot ja ”räjähtävät” luonteet

PSYKOPATIA

- Tullut käsitteenä käyttöön 1800-luvun alkupuolella ja on käytössä yhä mm. Skandinaviassa, Saksassa ja englanninkielisessä maailmassa
- Suomessa nykyään lähinnä vain oikeuspsykiatrisessa kielenkäytössä -ja kansankielessä
- Liisa Keltikangas-Järvisen suositus käsitteen uudelleen käyttöön ottamiseksi

3. LUONNEHÄIRIÖISEN TUNTOMERKKEJÄ

Mainitsen kirjassani *Naamiona terve mieli* n. 60 tuntomerkkiä, joista hyvin monet sopivat epäsosiaaliseen, tunne-elämältään epävakaaseen, huomiohakuisen, narsistiseen ja riippuvaiseen persoonallisuuteen sekä käytös- ja hillitsemishäiriöihin. Keskeisiä ovat mm. seuraavat:

- Fyysinen, psyykinen, älyllinen normaalius, normaali realiteetintestaus
- Suuntautuminen ulospäin, sosiaalisuus, toimintatarvo, päämäärähakuisuus
- Erinomainen esiintymis- ja verbaalinen kyky
- Ammattina usein upseeri, poliitikko, opettaja, näyttelijä, laulaja, soittaja, muu esiintyvä taiteilija, televisioesiintyjä, saarnaaja, profeetta, yksityisyrittäjä, liikkeenjohtaja, yhteisönjohtaja, puheenjohtaja, hallitsija
- Mahtava itsetunto ja sen mukainen esiintyminen: oman itsen deifioiminen
- Autoritaarisuus
- Huomiohakuisuus
- Oma itse ihmisten jakoperusteena
- Ihailevan "hovin" kokoaminen oman itsen ympärille
- Epäluuloisuus kaikkia kohtaan
- Tyydyttymätön kiitoksen ja tunnustuksen saamisen tarve
- Kilpailu uhaksi koettujen kanssa
- Kateellisuus ja mustasukkaisuus
- Omaan itseen kohdistuvan kritiikin torjuminen
- Kaikessa ehdoton oikeassa oleminen
- Korostunut oman itsen esiin tuominen
- Jatkuva riitely joidenkuiden kanssa
- Röyhkeä asettuminen toisten yläpuolelle
- Pelon aiheuttaminen muille
- Toisten välineellistäminen = reifioiminen
- Katumuksen puute ja häpeämättömyys
- Helppo ikävystyminen
- Sukupuolinen donjuanismi: jatkuva uuden etsintä ja kyllästyminen
- Ristiriitainen suhtautuminen rahaan ja omaisuuteen
- Muiden syylistäminen
- Anteeksiantamattomuus
- Herkkyyden, hellyyden, pehmeiden, empaattisuuden, rakastavuuden puute

- Hetkellisyys
- Alttius runsaaseen alkoholin käyttämiseen
- Mielelön pelottomuus
- Tavallisemmin mies kuin nainen: 5:1
- Väkivalta: aina henkinen, usein myös fyysinen
- Terapeuttisen ja psykiatrisen avun torjuminen
- Masentumattomuus

4. HÄIRIINTYNEEN PERSOONALLISUUDEN PIIRTEITÄ

- Hänen persoonallisuutensa on rakentumaton: hän on kuin uhmaikäinen lapsi, vaikka hän tietysti on aikuinen.
- Lapsen tavoin hän ei osaa tehdä selkeää eroa oman itsen ja ulkomaailman välillä. Hänellä ei ole lainkaan rajoja, vaan ”ulkomaailma” on vain hänen persoonallisuutensa jatketta.
- Lapsen tavoin hän on täydellisen itsekeskeinen: hän näkee kaiken vain omasta näkökulmastaan.
- Hänessä on lapsen suloisuutta ja viehättävyyttä mutta myös kakaramaisuutta eli kypsymättömyyttä. Koska hän kuitenkin on jo aikuinen, hänen kehityksensä on pysähtynyt eikä jatku toisin kuin lapsen kohdalla.
- Hänen tekemänsä vaikutelma on kaksitahoinen: toisaalta viehättävä, toisaalta torjuva.
- Lapsen tavoin hän on arvaamaton ja hallitsematon.
- Lapsen tavoin hän on ratkaisevasti muista ihmisistä riippuvainen, vaikkakin käänteisellä tavalla. Tässä hän on usein uhriensa kaltainen.
- Lapsen tavoin hänellä on kaksoissidos: hän rakastaa ja vihaa samaa kohdetta samanaikaisesti.
- Lapsen tavoin häneltä puuttuu kosketus omaan itseensä, eikä hän kykene transsendoimaan itseään.
- Lapsen tavoin hänellä ei ole omaa identiteettiä. Hän tuntuu olevan tyhjä ihminen, joka ei tiedosta tyhjyyttään mutta yrittää täyttää sitä muilla ihmisillä.
- Todellisuudessa hän on tarkoittamansa käyttäytymisen vastakohta: ei varma vaan epävarma, eipeloton vaan pelokas, ei voimakas vaan heikko.
- Hänen perustava minän puolustuskeinonsa on projektio: hän siirtää toisiin omat todelliset mutta tiedostamattomat heikkoutensa, varsinkin pelkonsa.
- Toinen perustava puolustuskeino on kieltäminen: hän ei myönnä itselleen eikä muille kokemaansa ahdistusta, pelkojaan, pettymyksiään eikä heikkouttaan/heikkouksiaan.
- Kolmas puolustuskeino on ongelmien purkaminen ulospäin kohdistuvaan käyttäytymiseen (actingout,alloplastia): hän pakottaa muut mukautumaan häneen.
- Lohkominen (split) on hänen neljäs tyyppillinen minän puolustuskeinonsa.
- Hän ei pysty luomaan kestäviä, tasa-arvoisia ihmissuhteita.
- Hänellä on käsittämätön kyky - ”tuntosarvet”, ”kaikuluotain” - ihmisten tunnistamiseen alistamismahdollisuuden näkökulmasta.
- Hän ei varsinaisesti tiedosta vaikka kylläkin ehkä aavistaa, että jotkut kuitenkin saattavat nähdä hänen lävitseen ja siten paljastaa hänet.
- Häiriö pahenee iän myötä ja voi puhjeta selvästi havaittavaksi vasta myöhemmässä keski-ikässä, vaikka se on syntynyt varhaisessa lapsuudessa.
- Hän ei (todennäköisesti) muutu.

5. LUONNEHÄIRIÖISEN HELPOIMMAT UHRIT

- Eivät ketkä tahansa
- Jotkut asemansa perusteella, jotkut asennoitumisensa perusteella
- Ulkonaisesti puolustuskyvyttömät:
 - lapset: vanhempi, opettaja tai muu kasvattaja, viettelijä alistajana
 - alaiset: esimies, johtaja, upseeri alistajana
 - taloudellisesti riippuvaiset: puoliso, työnantaja alistajana
- Sellaiset, jotka ovat ymmärtäneet väärin
 - vanhempien ja lasten suhteen: vanhempi alistajana
 - miehen ja vaimon suhteen: puoliso alistajana
- "Kiltit", "pehmot"
- Luottavaiset = luottamaan oppineet ja tottuneet
- Kohteliaat, sivistyneesti käyttäytyvät
- Autoplastiset = itsestään vikaa etsivät, itseään muokkaamaan pyrkivät
- Sisäisesti puolustuskyvyttömät = sellaiset, joilla on tarve
 - turvallisuuteen
 - varmuuteen
 - auktoriteettiin
 - vastuunottajaan
 - syyllistymiseen
 - huomatuksi tulemiseen
 - etujen saamiseen yhteisössä tai taloudellisesti tai maineessa
 - henkiseen riippuvuuteen
- Riippuvaiset persoonallisuudet (jollainen todellisuudessa on myös luonnehäiriöinen alistaja, vaikkakin ilmiänsultaan sen vastakohta):
 - laaja-alainen alistuva tukeutuminen toisiin oman elämän päätösten teossa
 - voimakas hylätyksi tulemisen pelko
 - avuttomuuden ja kyvyttömyyden tunne
 - alistuva mukautuminen toisten toiveisiin
 - heikko kyky vastata arkielämän vaatimuksiin
- Estyneet persoonallisuudet (jollaisen piirteitä todellisuudessa on myös luonnehäiriöisessä alistajassa, vaikkakin ilmiänsultaan vastakohtaisesti):
 - epävarmuuden ja alemmuuden tunne
 - pelkoa ja jännittämistä
 - korostunut hyväksymisen ja kiintymyksen kaipuu
 - yliherkkyys hylkäämiselle ja arvostelulle
- Alistuminen voi olla
 - väliaikaista ja tilapäistä ja siis loppua joskus
 - kestää alistajan kuolemaan asti
 - olla tietoisesti tai tiedostamattomasti omasta tarpeesta valittua: avioliitossa tai vastaavassa, hengellisessä yhteisössä
 - olla pakotettua: työyhteisössä, armeijassa

- aiheutua vain siitä, ettei alistajaa voi paeta.
- Tajuaako alistettu omaa mahdollista osuuttaan?
- Alistetun/Alistujan olisi rohjettava tehdä itselleen itsetutkistelukysymyksiä:
 - Oletko altis imartelulle? Janoatko tunnustusta?
 - Onko sinulla tarve alistua? Miksi haluat jonkun alistavan sinut?
 - Miksi ihannoit vahvaa valtaa ja auktoriteettia?
 - Onko sinulla tarve ihailla itseään rakastavaa ihmistä? Miksi ihastut itseään ihailevaan ihmiseen? Mitä tarvetta se sinussa tyydyttää?
- Uhrilta vaikuttava tai uhriksi esittäytyvä voi olla harhauttavasti
 - paranoidinen
 - itse luonnehäiriöinen (erityisesti työpaikkakiusaamisesta tai avioliitossa alistamisesta puhuva)

6. UHRIN TERAPIAA

1. Kuunteleminen (ei käytännössä itsestään selvää) > kuulluksi tuleminen
2. Uskomisen > uskotuksi tuleminen
3. Ymmärtäminen, ei ”hyvää päivää - kirvesvartta” (näyttää edellyttävän ilmiön kokemuksellista tuntemista) > ymmärretyksi tuleminen
4. Syyllistämisen kieltäytyminen (syyllistymisalttius hidastaa auttamisessa etenemistä, auttajan oltava erityisen varovainen)
5. Syyllistymisestä vapauttaminen
6. Ihmisarvon palauttaminen (perusasia)
7. Epäterveiden eli korvikekeinojen torjuminen: pakeneminen alkoholiin, tupakkaan, ruokaan, uuteen ihmissuhteeseen = ymmärtävään syliin tai tukevaan olkapäähän, seksiin
8. Pahasta päästäminen > omien selviytymiskeinojen käyttämiseen ohjaaminen
9. Itsetuntemuksen lisääminen, jos / heti kun siihen on mahdollisuuksia > kognitiivinen terapia tarvittaessa
10. Riippuvaisen tai estyneen persoonallisuuden edellyttämä terapia sellaisissa tapauksissa, ongelmana ajautuminen nopeasti riippuvuuteen uudesta ihmisestä, jopa luonnehäiriöisestä
 - parisuhteessa
 - työyhteisössä
 - uskonnollisessa yhteisössä
 - hoitosuhteessa.

7. UHRIN SELVIITYMISKEINOJA

Luonnehäiriöisen kohtaamisessa seuraavat neljä osittain peräkkäistä, osittain sisäkkäistä ja osittain vaihtoehtoista toimenpideryhmää näyttävät tarpeellisilta:

1. Tunnista.
2. Taistele, jos voit.
 - Lakkaa alistumasta
 - Älä jää pelon valtaan
 - Älä suostu syyllistymään
 - Osoita vihastumisesi
 - Vastusta
 - Älä sääli alistajaasi
 - Älä usko hänen muuttumiseensa
3. Pakene, ellet voit taistella.
 - Vältä häntä
 - Sano hänet irti
 - Kerro hänestä hänen esimiehelleen
 - Ota hänestä avioero
 - Älä ruoki vihaasi häntä kohtaan äläkä yritä kostaa hänelle
4. Kärsi, ellet voi taistella etkä paeta, mutta tiedä (= tunnista), mitä teet kärsiessäsi.

(Tätä suositusta ei auttaja voi antaa, mutta uhri voi valita sen itse.)

- Valitse asenteesi itse
- Älä tukahduta, kiellä, turhenna kärsimistäsi
- Yritä raivata itsellesi omaa elintilaa
- Näe ihmisarvosi

8. ENNALTAEHKÄISEMÄNEN

- Kasvatuksessa kotona, koulussa, seurakunnassa
 - osoittamalla varauksetonta rakkautta
 - antamalla mahdollisimman suurta turvallisuutta
 - asettamalla ehdottomat, sanktioidut rajat
 - olemalla itse terve, selkeäidentiteettinen ihmisen malli
 - opastamalla suureen, suhteellistavaan kriittisyyteen idoleja ja narsistista käyttäytymistä kohtaan
- Torjuva suhtautuminen kulttuurin ja yhteiskunnan tarjoamiin, henkilökohtaisesti etäisiin narsisteihin ja idoleihin
- Nöyryyden pitäminen yhtenä ihmisen perusihanteena

9. LUE LISÄÄ

Raimo Mäkelä: *Naamiona terve mieli: kuinka kohtaan luonnehäiriöisen*. Perussanoma 1997, 9., laajennettu p. 2007. 134 s.

Robert D. Hare: *Ilman omaatuntoa*. Suom. 2004.

Marketta Joutsiniemi & Pia Kaulio & Raimo Mäkelä & Jyrki Pekola & Gustav Schulman: *Naimissa narsistin kanssa*. Minerva kustannus 2006.

Narkissos

Turhaan kaikkoavaa valehahmoa houkka sä pyydät!
Mistään et sitä saa: kuva haihtuu, kun sinä käännyt.
Lempesi kohde on vain oman heijastuksesi varjo:
tyhjää itsessään, sinun kanssasi tullut ja ollen,
kanssasi lähtevä pois, jos itse sä lähteä voisit.
Itseni tunnistan: kuva ei mua voi oma pettää!

Rakkaus polttaakin oma: liekkejä lietson ja kestäen.
Pyydätkö nyt siis vai olen pyydetty? Jos, mitä' pyydän?
Sen, mitä oon, haluan: osaton olen paljon vuoksi.
Voi jos ruumiistaan ulos ilmaan astua voisi.

Publius Ovidius Naso (43 eKr– 17 jKr): *Muodonmuutoksia (Metamorfoseon)*. Suom. Alpo Rönkä 1997.

Sirak 25:13-26; 26:6-27: Kelvoton vaimo

(Kreikkalaisen tekstin mukaan, suluissa heprealaisen tekstin poikkeamat)

13 Mikä haava tahansa, kunhan ei sydämen haava,

mikä pahuus tahansa, kunhan ei naisen pahuus!

15 Ei ole pahempaa myrkkyä kuin käärmeen myrkky

eikä pahempaa vihaa kuin naisen viha.

16 Enemmän asuisin leijonan tai lohikäärmeen kanssa

kuin pahansuisen naisen kanssa.

17 Pahuus muuttaa naisen ulkomuodon.

tummentaa hänet kasvoiltaan synkeäksi karhuksi.

(Naisen pahuus tummentaa miehen muodon,

muuttaa tämän kasvoiltaan synkeäksi karhuksi.)

18 Hänen miehensä istuu aterialla ystävien seurassa

mutta huokailee huomaamattaan katkerasti.

19 Pientä on kaikki pahuus pahan naisen rinnalla –

kohdatkoon häntä synnintekijän kohtalo!

20 Niin kuin hiekkatöyräs vanhuksen jaloille

on kielevä vaimo hiljaiselle (säyseälle) miehelle.

21 Älä lankea naisen kauneuteen,

älä halua naista hänen ulkonäkönsä tähden.

(äläkä ota vaimoa varallisuuden tähden,)

22 Vain kiukkua, julkeutta ja loputonta häpeää

seuraa siitä, että nainen elättää miehensä.

(sillä [raskaan] orjuuden ja häpeän

tuo nainen, joka elättää miehensä.)

23 Masentunut mieli, murheelliset kasvot,

haavoitettu sydän – kaikki pahan vaimon syytä!

Kädet uupuvat, polvet tutisevat,

josvaimo ei tee miestä onnelliseksi.

24 Naisesta synty sai alkunsa,

ja hänen tähtensä me kaikki kuolemme.

25 Älä päästä vettä valloilleen

äläkä häijyä vaimoa pieksämään kieltään.

26 Jos hän ei toimi mielesi mukaan,

leikkaa hänet irti lihastasi.

6 Suurin tuska ja murhe on mustasukkainen nainen,

sanan ruoska, jolta ei välty kukaan.

7 Häijy vaimo on kuin hiertävä ies;

joka häneen tarttuu, ottaa käteensä skorpionin.

8 Juopotteleva nainen on sietämätön näky;

hän ei yritäkään peittää säädyttömyyttään.

26 Miestään kopeasti nöyryyttävä vaimo tiedetään jumalattomaksi.

27 Kailottava nainen on pelottava kuin sotatorvi;

joka hänen kanssaan elää, elää sodan pauhinassa.

