



E-book Persoonlijkheidsstoornissen

Persoonlijkheidsstoornissen

Definitie

Wat is een persoonlijkheidsstoornis nu eigenlijk? In officiële termen gesproken is er sprake van een persoonlijkheidsstoornis wanneer je een star patroon van disfunctionele denk-, belevings- en gedragspatronen hebt, welke tot uitdrukking komen in het grootste deel van de situaties. Dus zoal op persoonlijk vlak, als sociaal vlak en in je werkomgeving. Deze patronen wijken duidelijk af van wat er 'normaal' of 'gemiddeld' wordt gevonden binnen de (sub)cultuur. Daarnaast leiden deze patronen tot omvangrijke beperkingen in het functioneren in het dagelijks leven. Mensen met een persoonlijkheidsstoornis lopen vaak vast op verschillende terreinen in hun leven. Het kan daarnaast ook de oorzaak zijn van andere psychische problemen die bij een persoonlijkheidsstoornis komen kijken, zoals verslaving, depressie, angsten of dwang.

Een persoonlijkheidsstoornis kan alleen gesteld worden nadat er grondig diagnostisch onderzoek is gedaan door een professional zoals een psychiater of psycholoog.

Ontstaan

Er zijn vele theorieën over het ontstaan van persoonlijkheidsstoornissen. Zoals het geval bij het grootste deel van het wetenschappelijk onderzoek, is er geen één theorie die persoonlijkheidsstoornissen in zijn geheel verklaard. Wel zijn er een aantal factoren gevonden die kunnen bijdragen aan het ontstaan van een persoonlijkheidsstoornis.

- Biologische factoren/genen. Ieder individu heeft een uniek stel genen, waarop ons hele persoon als het ware in een code is vastgelegd. Je temperament is daar een voorbeeld van. Dat verklaard waarom sommige kinderen sneller bang zijn dan andere kinderen, waarom het ene kind verlegen is en het ander erg open. Problemen als depressie, ADHD en verslavingen komen vaak voor in dezelfde families. Dat wil zeggen dat je vanuit je geboorte gevoelig kan zijn voor een bepaalde aandoening. Dat wil echter niet zeggen dat je het dan ook zal krijgen! Dat is mede afhankelijk van de andere factoren.
- Omgevingsfactoren. Welke ervaringen heb je gehad in je leven? Heb je veel positieve stimulatie gehad, of juist negatieve? Heb je nare dingen meegemaakt en zo ja: hoe heb je hierop gereageerd?
- Sociale factoren. Wat heb je van je ouders meegekregen? Met welke normen en waarden ben je opgevoegd? Welke plaats op de sociale ladder neemt je gezin in binnen de maatschappij? Gebeurtenissen als (geestelijke) mishandeling en verwaarlozing kunnen nog lang hun sporen nalaten op wie je bent en hoe je je voelt.

Behandeling

Binnen de behandeling is de oorzaak van een persoonlijkheidsstoornis niet het belangrijkste. Natuurlijk is het prettig om te weten waar je problemen vandaag komen. Vaak richt de behandeling zich echter op het hier en nu: welke factoren houden de problemen in stand? Welke automatische reactiepatronen heb je je eigen gemaakt die disfunctioneel zijn? Welke automatische gedachtepatronen zijn er aanwezig?

Er zijn verschillende behandelingen mogelijk bij een persoonlijkheidsstoornissen. Een veel gebruikte methode is groepstherapie, maar ook dialectische therapie en schemagerichte therapie zijn vaak gebruikt. Er is tevens een mogelijkheid voor het gebruik van medicatie, vooral wanneer de persoonlijkheidsstoornis leidt tot ernstige problemen in het functioneren.

Indeling

Persoonlijkheidsstoornissen worden ingedeeld volgens de DSM-IV, het veelgebruikte diagnostisch handboek. De indeling op verschillende persoonlijkheidsstoornissen staat echter ernstig ter discussie binnen de psychologie. Waarschijnlijk wordt er in de toekomst overgestapt naar een indeling in verschillende dimensies in plaats van verschillende stoornissen. Onderstaand zie je de indeling van persoonlijkheidsstoornissen zoals dat op dit moment is.

Voor meer informatie over persoonlijkheidsstoornissen en de behandeling daarvan, kun je contact met ons opnemen.

Cluster A

Paranoïde Persoonlijkheidsstoornis

Mensen met een paranoïde persoonlijkheidsstoornis zijn vijandig en kritisch naar anderen. Voor hun gevoel is de buitenwereld gevaarlijk, kwaadaardig en bedreigend en ze hebben het gevoel dat ze zichzelf hiertegen moeten beschermen. Daardoor voelen ze zich angstig en kwetsbaar.

Een aantal kenmerken van een paranoïde persoonlijkheidsstoornis, de persoon:

- Heeft het gevoel dat hij door anderen wordt buitengesloten, dat anderen hem schade willen berokkenen of willen bedriegen
- Is veel bezig met twijfels aan de betrouwbaarheid van anderen
- Zoekt achter opmerkingen of gebeurtenissen verborgen vernederingen en bedreigingen
- Is niet vergevingsgezind
- Beoordeeld iets al snel als persoonlijk kritiek en reageert hierop met woede
- Is achterdochtig wat betreft de trouw van de partner

Schizoïde Persoonlijkheidsstoornis

Iemand met een schizoïde persoonlijkheidsstoornis laat een star patroon van afstandelijkheid in sociale relaties zien en heeft problemen in het uiten van emoties in sociale situaties. Ze kiezen als het ware bewust voor een geïsoleerd leven, en lijken hier geen of weinig problemen mee te hebben. Een aantal kenmerken staan hieronder.

De persoon:

- Heeft geen behoefte en beleeft geen plezier aan hechte (familie)relaties
- Verkiest activiteiten die zelfstandig gedaan moeten worden
- Heeft weinig of geen belangstelling in seksuele ervaringen met een ander
- Heeft geen intieme vrienden buiten zijn familie om
- Lijkt onverschillig voor complimenten of kritiek van anderen
- Reageert afstandelijk, kil en emotioneel afgevlakt in het sociale contact.

Schizotypische Persoonlijkheidsstoornis

Iemand met een schizotypische persoonlijkheidsstoornis laat een star patroon zien van beperkingen in het sociale contact, welke gekenmerkt wordt door een gevoel van ongemak bij intieme relaties. Er is sprake van een verminderd vermogen tot het aangaan van intieme relaties, veroorzaakt door 'eigenaardigheden' in het gedrag van de persoon. Een aantal kenmerken:

De persoon:

- Ervaart een buitensporige angst binnen sociaal contact die niet afneemt in een vertrouwde omgeving

- Heeft eigenaardige overtuigingen en/of magische denkbeelden
- Heeft ongewone waarnemingen en betrekkingsideeën
- Heeft een wijdlopijge, vage en gedetailleerde spraak
- Vertoont achterdocht
- Kent een zee beperkt gevoelsleven
- Gedraagt zich excentriek, afstandelijk of vreemd in zijn gedrag of uiterlijke verschijning
- Heeft geen intieme vrienden buiten de eigen familie om

Cluster B

Borderline Persoonlijkheidsstoornis (BPS)

Het is moeilijk om in een paar zinnen uit te leggen wat BPS precies inhoudt. Mensen met BPS lopen vooral op emotioneel gebied tegen veel problemen aan. Ze hebben moeite om hun emoties onder controle te houden. De emoties die ze ervaren zijn vaak zo intens en kunnen zo plotseling opzetten dat ze er geen weerstand tegen kunnen bieden. Hun dagelijks leven staat als het ware in het teken van deze emoties. Hieronder staan een aantal kenmerken van BPS:

- De intense angst om verlaten te worden
- Zwart-wit denken. Zowel de manier waarop iemand over zichzelf denkt ('ik ben waardeloos' of 'ik ben geweldig') als de manier waarop iemand over de ander denkt ('ik hou van hem' of 'ik haat hem') is erg zwart-wit getint. Er is vaak geen middenweg.
- Tekort aan zelfbeheersing wat kan leiden tot impulsief en gevaarlijk gedrag: woedeuitbarstingen (agressie), verslavingen, teveel geld uitgeven, onveilig seksueel gedrag, vreetbuien, roekeloos autorijden
- Suïcidaal gedrag; (dreigen met) zelfdoding of automutilatie (zelfbeschadiging)
- Stemningswisselingen
- Een constant gevoel van 'leegte'
- Waanachtige ideeën en ernstige dissociatieve symptomen, deze komen minder voor.

De diagnose BPS wordt drie maal zo vaak bij vrouwen gesteld dan bij mannen. Naar schatting leidt 1 a 2 procent van de Nederlandse bevolking aan BPS.

Antisociale Persoonlijkheidsstoornis

Iemand met een antisociale persoonlijkheid laat eigenlijk al sinds zijn 15^e jaar een vasthoudend patroon zien van het hebben van geen respect en achting voor anderen waarbij meer dan eens de rechten van een ander worden geschonden. De persoon:

- Is roekeloos: gedraagt zich op een gevaarlijke manier zonder over de veiligheid van zichzelf of anderen na te denken
- Is oneerlijk: liegt en bedriegt herhaaldelijk
- Is niet goed in staat een gestructureerd leven te leiden, zoals het hebben van een vaste baan
- Heeft geen plannen voor de toekomst en is impulsief
- Is snel boos en wordt gemakkelijk agressief, wat uit kan monden in vechtpartijen
- Overtreedt gemakkelijk de wet
- Heeft de neiging om zijn gedrag goed te praten, hij laat geen spijt zien wanneer hij een ander iets heeft aangedaan

Theatrale Persoonlijkheidsstoornis

Iemand met een theatrale persoonlijkheidsstoornis laat een patroon zien van aandachtzoekend, excentriek gedrag en schijnbaar overdreven emoties. De persoon:

- Wil graag in het centrum van de belangstelling staan, voelt zich ongemakkelijk wanneer dit niet het geval is.
- Toont snel wisselende en oppervlakkige gevoelens
- Gebruikt zijn of haar fysieke verschijning om de aandacht te trekken van anderen
- Gedraagt zich dramatisch, is teatraal en geeft op overdreven wijze uiting aan gevoelens
- Beleeft de verhoudingen met anderen als meer intiem dan hoe deze verhoudingen in werkelijkheid liggen.

Narcistische Persoonlijkheidsstoornis

Iemand met een narcistische persoonlijkheidsstoornis wordt door zijn omgeving vaak bestempeld als arrogant en vervelend in de omgang. Ze hebben een hoge pet op van zichzelf en voelen zich superieur aan de meeste andere mensen. Ze lijken te blaken van het zelfvertrouwen, waardoor ze het in het bedrijfsleven vaak nog ver schoppen. Ze presteren maatschappelijk gezien erg goed, op sociaal gebied zal hij echter tegen veel problemen aanlopen. Ze komen vaak in behandeling omdat ze zich 'niet begrepen voelen' door de omgeving.

De persoon:

- Vindt zichzelf fantastisch en belangrijk
- Is gepreoccupeerd met fantaseren over succes, macht, schoonheid of de ideale romance
- Geloofd dat hij 'speciaal' en 'uniek' is en dat hij alleen door andere speciale mensen kan worden begrepen.
- Eist excessieve bewondering
- Geloofd dat hij speciale voorrechten heeft, waaronder een speciale voorkeursbehandeling
- Is jaloers op anderen of geloofd dat anderen jaloers op hem zijn
- Gebruikt anderen om zijn eigen doelen te bereiken
- Gedraagt zich op een hooghartige manier

Cluster C

Afhankelijke Persoonlijkheidsstoornis

Iemand met een afhankelijke persoonlijkheidsstoornis ziet zichzelf als minderwaardig, waardeloos en vooral hulpeloos. In contact met anderen stellen ze zich afhankelijk op en cijferen zichzelf snel weg. Ze hebben vaak één persoon waar ze bescherming zoeken, dit lost de problemen echter niet op. De persoon:

- Is niet in staat om alledaagse beslissingen te nemen zonder de uitgebreide hulp van een ander
- Heeft anderen nodig om de verantwoordelijkheid voor zijn leven (voor een groot deel) over te nemen
- Heeft moeite met het geven van een eigen mening, uit angst om verlaten te worden
- Heeft een gebrek aan zelfvertrouwen en daardoor moeite om zelfstandig ergens aan te beginnen
- Heeft veel behoefte aan verzorging en steun van anderen
- Zal na de beëindiging van een intieme relatie vluchten in de relatie met een nieuwe partner als bron van zorg en ondersteuning
- Is bang dat hij aan zijn lot zal worden overgelaten

Ontwijkende Persoonlijkheidsstoornis

Iemand met een ontwijkende persoonlijkheidsstoornis hebben, in tegenstelling tot iemand met een schizoïde persoonlijkheidsstoornis, wel degelijk behoefte aan sociaal contact. Ze ervaren

in het contact met anderen echter veel angst. Angst voor afwijzing, vernedering of verlaten bijvoorbeeld. De klachten lijken op die van sociale fobie, de problemen bij een ontwijkende persoonlijkheidsstoornis zijn echter veel diepgaander en hardnekkiger. De persoon:

- Vermijden contact met anderen omdat ze bang zijn voor kritiek, afkeuring en afwijzing
- Vindt het onprettig met anderen om te gaan wanneer hij niet zeker weet of de ander hem aardig vindt
- Gaat intieme relaties uit de weg, uit angst voor kritiek, afkeuring en afwijzing
- Voelen zich in nieuwe situaties geremd omdat ze het gevoel hebben dat ze tekortschieten
- Mensen tekort te schieten in sociale vaardigheden, voelen zich onaantrekkelijk en minderwaardig aan anderen

Dwangmatige Persoonlijkheidsstoornis

Iemand met een dwangmatige persoonlijkheidsstoornis is er perfectionistisch, precies, en hecht veel waarde aan details. Orde en netheid is een van de belangrijkste dingen. Ze doen het liefst zoveel mogelijk zelf omdat ze dan zeker weten dat het goed gebeurt, hoewel ze aan de andere kant vaak twijfelen aan hun eigen kunnen. Ze vinden het oordeel van een ander erg belangrijk en kunnen hier lang over piekeren. Belangrijke kenmerken van een dwangmatige persoonlijkheidsstoornis:

- Constant bezig zijn met regels, lijsten, organisatie, schema's, die zover gaan dat ze het doel uit het oog hebben verloren
- Een perfectionisme dat zover gaat dat een taak met grote moeite voltooid kan worden, en er weinig tijd over blijft voor bijvoorbeeld hobby's en vriendschappen
- Overdreven gewetensvolheid en erg rigide en star wat betreft het naleven van normen en waarden
- Moeite of niet in staat om voorwerpen die geen betekenis of waarde hebben weg te gooien
- Moeite om taken te delegeren of samen te werken met een ander, behalve wanneer ze het precies op de manier van de cliënt zelf doen
- Gierigheid, zowel ten opzichte van zichzelf als anderen.
- Rigiditeit en koppigheid.