

Å leve med en personlighetsforstyrrelse



Mennesker diagnostisert med en personlighetsforstyrrelse strever ofte fra ung alder med hvordan de forstår seg selv og regulerer følelser. De har også vansker med å håndtere sosiale situasjoner og nærhet til andre.

Denne grunnleggende utryggheten i forhold til identitet, relasjoner og følelsesliv kan føre til intens psykisk smerte, ensomhet og utenforskap. Lidelsen kan komme til uttrykk på ulike måter. Noen trekker seg tilbake og blir stille, mens andre kan reagere med sinne eller søker etter oppmerksomhet. For å dempe indre uro og smerte, tyr mange til strategier som selvskading, destruktiv atferd eller rusmidler.

Det har skjedd et paradigmeskifte i fagfeltet: bort fra kategoriske diagnoser til en dimensjonal forståelse, der man ser på graden av vansker fremfor hvilken «type» man tilhører.

Det finnes flere effektive terapiformer. Det finnes i dag god behandling og mange blir kvitt diagnosen i løpet av en tiårs periode.

Personlighetsalliansen

Vi er en medlems- og interesseorganisasjon som arbeider for interessene til mennesker med redusert personlighetsfungering eller personlighetsforstyrrelse, pårørende og fagpersoner som arbeider med personlighetsvansker.

Bli medlem

