

## Persoonallisuuden epävakaus ja työkyky

**Haapaniemi Niina, Koivisto Kaisa**

11.5.2018 ::

**Persoonallisuuden epävakaus on ihmisen toiminta- ja työkykyyn laaja-alaisesti vaikuttava häiriö. Useilla asiakasryhmään kuuluvista on ongelmia työssä ja riski työelämästä pois jäämiseen on suuri. Erilaisilla hoito- ja kuntoutustoimenpiteillä voidaan kuitenkin vaikuttaa asiakasryhmän työkykyisyyteen. Tärkeää näitä toteutettaessa olisi huomioida asiakasryhmän erityispiirteet ja asiakkaiden yksilöllinen kokonaistilanne.**

### Persoonallisuus

Persoonallisuus on ajatusten, tunteiden ja käyttäytymisen muodostama kokonaisuus, joka on kaikille ihmiselle yksilöllinen, luonteenomainen ja melko pysyvä. Persoonallisuudella on geneettinen perusta, mutta se muuttuu ja kehittyy koko elämän ajan eteenkin lapsuusiässä yksilön ja hänen ympäristönsä vuorovaikutuksesta. Persoonallisuudella viitataan ihmisen ulkoiseen, muille ihmisille näkyvään toimintaan ja ihmisen sisäiseen, yksityiseen kokemusmaailmaan. Persoonallisuuden ominaisuuksista muun muassa temperamentilla on geneettinen perusta. Persoonallisuus rakentuu menneiden kokemusten varaan, mutta siihen liittyvät myös ihmisen nykyiset kokemukset ja tulevaisuuden ennakointi. [\[1\]](#)



Perimällä on tutkimusten mukaan kohtalaisen suuri vaikutus lähes kaikkiin persoonallisuuden piirteisiin. Lukuisat kaksostutkimukset ovat osoittaneet, että noin 40–60 % persoonallisuudessa esiintyvistä vaihtelusta selittyy geneettisillä tekijöillä. Ympäristötekijät selittävät persoonallisuudesta noin puolet. Ympäristötekijät ovat yksilöllisiä ja ne muovaavat ihmisistä keskenään erilaisia. Kaksosten jakamalla yhteisellä ympäristöllä ei yleensä ole ollut merkittävää osuutta persoonallisuuden vaihtelussa. Kasvatus ja perheympäristö eivät siis yhdenmukaista sisaruksia keskenään, vaan sisarukset kokevat kasvatuksen eri tavoin.

Persoonallisuus on yhtäältä pysyvä ja säännönmukainen, mutta toisaalta myös muuttuva ja kehittyvä. Persoonallisuuden pysyvyys on ihmissuhteiden perusta, sillä se tekee ihmisen käyttäytymisestä jossain määrin ennustettavaa eri aikoina ja erilaisissa tilanteissa. Lisäksi ihmisen psykologinen hyvinvointi rakentuu minä-kokemukselle, jota pääosin luonnehtivat johdonmukaisuus ja ennakoitavuus. Persoonallisuuden pysyvyys perustuu perimän vaikutukseen sekä elinympäristöön (perhe, koulu, ihmissuhteet ja sosiaaliset roolit), joka tavallisesti pysyy samana tai muuttuu vain hitaasti. Persoonallisuuden ominaisuudet ja ihmisen kokemukset lisäksi muodostavat toisiaan vahvistavia kehämäisiä prosesseja. <sup>[1]</sup>

## Persoonallisuuden epävakaas

Epävakaalla persoonallisuudella tarkoitetaan henkilöä, jolla on vaikeuksia tunteiden ja käyttäytymisen säätelyssä sekä ihmissuhteissa. Tunteiden säätelyssä epävakaas ilmenee esimerkiksi voimakkaana mielialojen vaihteluna, vaikeuksina hallita vihan tunteita ja voimakkaana häpeän tunteina. Lisäksi stressaavissa tilanteissa esiintyy tyhjyyden tunteita ja epätodellisuuden eli dissosiointi kokemusta. Käyttäytymisessä epävakaas ilmenee impulsiivisena toimintana ja itsetuhoisuutena, itsemurha-alttiutena. Ihmissuhteiden vaikeus ja ongelmat liittyvät hylätyksi tulemiseen ja ihmissuhteiden lyhyisiin kestoihin ja katkoksiin. Persoonaltaan epävakaat henkilöt ovat herkkiä väärinymmärryksille, kokevat itsensä herkästi torjutuiksi ja heidän on vaikeaa jatkaa yhteistyötä koettuaan siinä pettymyksiä <sup>[2]</sup>. Epävakaiden henkilöiden itsearvostus on heikko ja käsitykset itsestä sekä toisista vaihtelevat voimakkaasti. Edelleen persoonallisuuden epävakaas vaikuttaa ihmisen työelämässä ja arjessa selviämiseen. Epävakaas ilmenee eri ihmisillä yksilöllisesti eri tavalla ja se vaihtelee myös vaikeusasteeltaan. Lääketieteellisesti persoonallisuushäiriötä diagnostisoidaan useita erilaisia, joista epävakaas persoonallisuushäiriö on joidenkin tutkimusten mukaan yleisin. <sup>[3] [4]</sup>

Epävakaasta persoonallisuudesta voi parantua, mutta parantuminen vie usein pitkän aikaa <sup>[5] [6]</sup> ja persoonallisuuden epävakaas lievittyy useimmilla vuosien myötä. Suurin osa diagnoosin epävakaas persoonallisuus saaneista ei täytä yli kymmenen vuoden kuluttua enää kyseessä olevan häiriön kriteerejä. Tutkimusten mukaan nopeimmin lievittyvät oireet ovat itsetuhoisuus ja identiteetin häilyvyys, kun taas hitaammin lievittyvät oireet ovat impulsiivisuus ja tunne-elämän ailahtelu. <sup>[3]</sup> Oulussa tehdyssä tutkimuksessa <sup>[7]</sup> osoitettiin, että jo vuoden hoidon aikana voitiin saada muutoksia seuraaviin oireisiin: epävakaat ihmissuhteet, identiteettihäiriö, tyhjyydentunteet, vihanpurkaukset, itsetuhoisuus, impulsiivisuus ja paranoidiset ajatukset tai dissosiaatio.

Persoonallisuuden epävakaas heikentää toimintakyvyn lisäksi myös työkykyä <sup>[3]</sup>. Lääketieteellisesti määriteltyjen diagnostisten oireiden lievittyminen on todennäköisempää ja nopeampaa kuin sosiaalisen toimintakyvyn ja työkyvyn palautuminen. Sosiaalinen toimintakyky saavutetaan taas todennäköisemmin kuin työkyky. Työkyky vaarantuu myös sosiaalista toimintakykyä helpommin. <sup>[5]</sup> Työkyvyn lasku on usein syy siihen, että persoonaltaan epävakaat eivät saavuta tai pysty ylläpitämään toipumista oireiden sekä sosiaalisten ja ammatillisten toimintojen osalta <sup>[6]</sup>. Tästä syystä työkyvyn tukemisen tulee olla keskeisessä osassa epävakaaden henkilöiden hoidossa ja kuntoutuksessa ja sen tulisi nivoutua muuhun hoitoon koko hoitoprosessin ajan.

Suurin osa persoonallisuuden epävakaudesta kärsivistä henkilöistä kohtaa vaikeuksia työssä, minkä seurauksena henkilöt vaihtavat usein työpaikkaa, lopettavat työntöön, pysyvät työttöminä tai eivät edes yritä päästä töihin <sup>[8]</sup>. Tutkimuksissa on osoitettu, että hoidon jälkeenkin noin 45 % persoonallisuuden epävakaudesta kärsivistä ovat työelämän ulkopuolella, töissä olevista pieni osa on itsenäisesti pärjääviä. Persoonallisuuden epävakaudesta kärsivistä henkilöistä 20–45 % on työkyvyttömiä. <sup>[9]</sup> Mitä pitempään henkilöt ovat poissa työelämästä sitä hankalampaa sinne palaaminen on heille. <sup>[8] [3]</sup>

## Persoonallisuuden epävakaas ja ammatillinen kuntoutus

Erilaisilla työllistymistä tukevilla toimilla voidaan parantaa persoonaltaan epävakaaden ammatillista toimintakykyä. Hoidossa olisi hyvä keskittyä ensi- tai toissijaisesti psykososiaalisen toimintakyvyn parantamiseen oireiden lievittämisen lisäksi. Erityisesti tälle asiakasryhmälle suunnatut toimet voivat parantaa henkilöiden työkykyä. <sup>[9] [6]</sup> Ammatillisen kuntoutuksen tulisi asiakasryhmän kohdalla sisältää työhön liittyvien tunnetason esteiden osoittamista ja työnhakuun tarvittavien taitojen harjoittelua. Tunnetason esteet voivat olla persoonaltaan epävakaaille henkilöille ylivoimaisilta tuntuvia. <sup>[8]</sup> Nämä voivat liittyä siihen, että persoonaltaan epävakaat kokevat usein voimakasta häpeää ja syyllisyyttä, koska heidän on hankalaa hyväksyä sitä

minkälaisia he itse ovat (vrt. [10]). He tarvitsevat rohkaisua edetä pienin askelin kohti työelämää, koska itsearvostus on heillä usein heikko. Myös vertaistuesta voi tällöin olla hyötyä. [8]

Viranomaiset ja muut hoitavat ihmiset eivät välttämättä tue persoonallisuuden epävakaudesta kärsivien asiakkaiden pyrkimyksiä kohti ammatillisia päämääriä. Syinä tähän voi olla pelko siitä, että työhön liittyvä stressi pahentaa epävakauden liittyviä oireita tai ettei työelämään pyrkiminen ole ajankohtaista ennen kuin suurin osa oireista on hävinnyt. [6] [11] Comtois ym. [11] mukaan persoonaltaan epävakaut kokivat, että työn tekeminen olikin vähemmän stressaavaa kuin he olivat odottaneet ja se oli myös vähemmän stressaavaa kuin sosiaalietuuksien löytäminen ja ylläpitäminen. Tämä osoittaa, miten tärkeää on tukea persoonaltaan epävakaita palaamaan työelämään. [11]

Lisäksi tutkimuksissa on osoitettu, että persoonaltaan epävakaut hyötyisivät heille suunnatusta kuntoutuksesta [8]. Asiakasryhmälle suunnattua ammatillista kuntoutusta ei Suomessa kuitenkaan ole tarjolla. Kehityssuuntana vaikuttaisi myös olevan, että ammatillinen kuntoutus siirtyy yhä enenevässä määrin siihen, että kuntoutusta tarjotaan kaikille asiakasryhmille yhteisinä palveluina. Tällöin on tärkeää, että moniammatillinen ja eri viranomaistahojen välinen yhteistyö vahvistuu. Persoonaltaan epävakaut henkilöt voivat näyttäytyä päällepäin toimintakykyisempinä kuin mitä he todella ovat. Toisaalta myös ulospäin näkyvä voimakas oirehdinta voi saada viranomaiset varomaan ammatillisen kuntoutuksen aloittamista. Väärinymmärryksiä voi näin ollen tulla, jos riittävää ymmärrystä häiriön taustasta, yksilön erityispiirteistä ja hoidon vaiheesta ei ole saatavilla. Koska persoonallisuuden epävakautta kokevilla henkilöillä on ongelmia vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa, heidän on vaikeaa jatkaa yhteistyötä kokiessaan pettymyksiä [2]. Tällöin myös hoito ja kuntoutus voivat keskeytyä. Viranomaisten kyky tukea asiakasta ratkaisemaan vaikeita tilanteita rakentavalla tavalla on tärkeää. Lisäksi on tärkeää, että asiakkaat oppivat ottamaan vastuuta omasta elämästään ja osuudestaan tilanteeseen.

Persoonaltaan epävakaiden asiakkaiden ammatillista kuntoutuspolkua tulee kehittää koko hoito- ja kuntoutusjärjestelmän läpi siten, että ammatillinen kuntoutuspolku olisi suunnitelmallisempi ja johdonmukaisempi kuin mitä se on tänään. Tämän päivän ammatillisen kuntoutuksen haasteena on, että asiakkaalla ilmenevät toistuvat kriisit vievät huomion hoidossa ja ammatillisen kuntoutuksen suunnittelu siirtyy kriisien vuoksi jopa useilla vuosilla. Tästä syystä hoidon ja ammatillisen kuntoutuksen tulisi kulkea rinnakkain koko hoitoketjun ajan. Hoitavien henkilöiden tulee kehittää ymmärrystä epävakauden liittyvistä erilaisista vaikeuksista, jotta ammatillisen kuntoutuksen aloittamista ei varoittaisi liikaa, luotettaisiin asiakkaisiin itseensä enemmän, mutta ei myöskään mitätöitäisi heidän kokemuksia painostamalla liian varhain liian paljon. Ammatillisen kuntoutuksen alussa olisi hyvä panostaa yhteistyöhön eri viranomaistahojen kanssa. Johdonmukaisuus viranomaisten toiminnassa ja laaja-alainen ymmärrys asiakkaan tilanteesta tukevat asiakasryhmää sitoutumaan ja uskaltamaan haastaa itseään myös ammatillisesti.

Persoonallisuuden epävakaudesta kärsivien asiakkaiden kanssa tulee kaikessa yhteistyössä pyrkiä positiiviseen ja empaattiseen vuorovaikutukseen, jolloin asiakkaat kokisivat tulleen kuulluksi ja välttyttäisiin henkilöiden altistuminen itsearvontunteen kokemuksen kritisoinnille. Persoonallisuuden epävakauden vaikutuksen ymmärtäminen asiakkaiden toimintaan on tärkeää, koska ulospäin näkyvät haitallisten selviytymiskeinojen säävyttämä haastava käyttäytyminen peittää herkästi alleen voimakkaat häpeän ja epävarmuuden kokemukset. Usein viranomaiset vahvistavat omalla toiminnallaan haitallisten käyttämiskeinojen käyttöä. Oulun kaupungin Epävakaa-työryhmässä työskennellään aktiivisesti kyseisen asiakasryhmän kanssa. Hoidolla on päästy useiden asiakkaiden kanssa hyviin tuloksiin. Tiedon saaminen ja ymmärryksen lisääminen itseä ja omaa toimintaa kohtaan, vertaistuki sekä empaattinen suhtautuminen on koettu auttaviksi tekijöiksi.

## **Kokonaisvaltaisuus ja yksilöllisyys hoidossa ja kuntoutuksessa**

Työkyky muodostuu useista toisiinsa vaikuttavista osa-alueista. Terveys ja toimintakyky nähdään yhtenä tekijänä, mutta esimerkiksi ihmisen sosiaalinen ympäristö sekä käsitykset itsestä ja työstä ovat merkittävässä osassa. On tärkeää muistaa, että oireiden lievittyminen ei aina takaa sitä, että ihminen olisi suoraan työkykyinen. Ihmisen kokonaisvaltainen hoito ja kuntoutus vaativat yksilön tilanteen kokonaisvaltaista huomioimista ja yksilön itsensä kuulemistä. Asiakkaan tasa-arvoinen kohtaaminen on keskeistä. Vaikka viranomaisilla on asiantuntemus ja tieto erilaisista hoito- ja kuntoutusmenetelmistä ja niiden hyödyntämisestä, asiakas on oman elämänsä asiantuntija ja aktiivinen vaikuttaja.

Samanaikaisesti häiriön alle mahtuu monenlaisia yksilöitä, joiden vahvuudet ja kehittämiskohteet vaihtelevat, vaikka keskeiset haasteet tunnetasolla ovat samankaltaiset. Joku saattaa oirehtia voimakkaasti ulospäin haastaen viranomaisia toiminnallaan, kun taas joku toinen on oppinut pitämään kaiken sisällään ja kärsimys ei välttämättä välity ulkopuolisille kovinkaan helposti. Toiset ovat edenneet urallaan ja heillä on laaja ystäväpiiri, kun taas toisten ammatillinen polku on saattanut päättyä jo peruskouluun ja sosiaaliset kontaktit ovat jääneet vähäisiksi. On tärkeää pystyä näkemään yksilö häiriön takana ja hänen kokonaistilanteensa.

Käytännön työssä sekä tutkimuksissa näkyvä ilmiö on, että persoonallisuuden epävakaudesta voi toipua. Kuitenkin siitä huolimatta suuri osa näistä asiakkaista jää nykyisistä hoito- ja kuntoutustoimista huolimatta työelämän ulkopuolelle. Persoonallisuuden epävakaudesta kärsivien henkilöiden runsas määrä ja epävakaudesta johtuva todennäköisyys työelämästä poisjäämiseen tekevät tämän asiakasryhmän ammatillisen kuntoutuksen kehittämisen julkisella puolella tärkeäksi [8]. Ammatillisessa kuntoutuksessa tulisi kehittää hoidon ja kuntoutuksen kokonaisvaltaisuutta, moniammatillista eri viranomaistahojen välistä yhteistyötä sekä hoito- ja kuntoutusprosessien yhteen nivoutumista. Vaarana on, että irralliset, yksittäiset toimenpiteet jäävät tehottomiksi ja kokonaiskuva asiakkaan tilanteesta jää vaillinaiseksi.

## Lähteet

1. ^<sup>ab</sup> Nettle, D. 2007. Personality: What makes you the way you are. Oxford: Oxford University Press.
2. ^<sup>ab</sup> Lis, S. & Bohus, M. 2013. Social interaction in borderline personality disorder. Current psychiatry reports 15 (2), 338.
3. ^<sup>abcd</sup> Epävakaata persoonallisuus. Käypä hoito -suositus. 2015. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Psykiatriyhdistys ry:n asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. Hakupäivä 18.11.2016.  
<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus?id=hoi50064>
4. ^<sup>ab</sup> Karan, E., Niesten, IJ., Frankenburg, FR., Fitzmaurice, GM. & Zanarini, MC. 2014. The 16-year course of shame and its risk factors in patients with borderline personality disorder. Personality and Mental Health 8 (3), 169–77.
5. ^<sup>ab</sup> Zanarini, M., Frankenburg, F., Reich, DB. & Fitzmaurice, G. 2010. Time to attainment of recovery from borderline personality disorder and stability of recovery. American Journal of Psychiatry 167 (6), 663–667.
6. ^<sup>abcd</sup> Zanarini, M., Frankenburg, F., Reich, DB. & Fitzmaurice, G. 2012. Attainment and stability of sustained symptomatic remission and recovery among patients with borderline personality disorder and axis II comparison subjects: A 16-year prospective follow-up study. American Journal of Psychiatry 169 (5), 476–483.
7. ^<sup>ab</sup> Leppänen, V. 2015. Epävakaan persoonallisuuden hoitomallitutkimus Oulun mielenterveyspalveluissa. Juvenes print, Tampere.
8. ^<sup>abcde</sup> Elliot, B. & Konet, R. 2014. The connection place; A Job preparedness program for individuals with borderline personality disorder. Community Mental Health journal 50, 41–45.
9. ^<sup>ab</sup> Sansone, R. & Sansone, L. 2013. Responses of mental health clinicians to patients with borderline personality disorder. Innovation in Clinical Neuroscience 10 (5–6), 39–43.
10. ^<sup>ab</sup> Katsakou, C., Marougka, S., Barnicot, K., Savill, M., White, H., Lockwood, K. & Priebe, S. 2012. Re-recovery in borderline personality disorder (BPD); A Quality study of Service User's Perspectives. PLoS ONE 7 (5), 1–8.
11. ^<sup>abc</sup> Comtois, K., Kerbrat, A., Atkins, D., Harned, M. & Elwood, L. 2010. Recovery from disability for individuals with borderline personality disorder: A feasibility Trial of DBT-ACES. Psychiatric Services 61 (11), 1106–11.

## Metatiedot

**Nimeke:** Persoonallisuuden epävakaus ja työkyky

**Tekijä:** Haapaniemi Niina; Koivisto Kaisa

**Aihe, asiasanat:** tunne-elämältään epävakaa persoonallisuus, kuntoutus, persoonallisuuden piirteet, toimintakyky, työkyky

**Tiivistelmä:** Persoonallisuuden epävakaudella on yhteyttä ihmisen arjesta ja työstä selviytymiseen ja ihmissuhteisiin. Hoidolla helpotetaan usein asiakkaiden oireita. Kuitenkin hoitotyön käytännön työssä on ilmennyt, että epävakaudesta kärsivät asiakkaat jäävät työelämän ulkopuolelle. Tämän johdosta olisi hoito- ja kuntoutusta kehitettävä epävakaiden henkilöiden työkykyisyyden edistämiseksi. Tämä artikkeli liittyy ylemmän ammattikorkeakoulututkimuksen opinnäytetyöhön ja mielenterveystyössä tehtyyn kehittämistyöhön.

**Julkaisija:** Oulun ammattikorkeakoulu, Oamk

**Aikamääre:** Julkaistu 2018-05-11

**Pysyvä osoite:** <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe201804186603>

**Kieli:** suomi

**Suhde:** <http://urn.fi/URN:ISSN:1798-2022>, ePooki - Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut

**Oikeudet:** Julkaisu on tekijänoikeussäännösten alainen. Teosta voi lukea ja tulostaa henkilökohtaista käyttöä varten. Käyttö kaupallisiin tarkoituksiin on kielletty.

**Näin viittaat tähän julkaisuun**

Haapaniemi, N. & Koivisto, K. 2018. Persoonallisuuden epävakaas ja työkyky. ePooki. Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut 23. Hakupäivä 11.5.2018. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe201804186603>.