

Milla Naukkarinen

**Narsistinen persoonallisuushäiriö ja läheinen: Ilmiön
tunnistaminen ja kohtaaminen sosiaalialan asiakas-
työssä**

Opinnäytetyö

Kevät 2015

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Sosiaalialan Tutkinto-ohjelma

SeAMK 

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysala

Tutkinto-ohjelma: Sosionomi (AMK)

Suuntautumisvaihtoehto:

Tekijä: Milla Naukkarinen

Työn nimi: Narsistinen persoonallisuushäiriö ja läheinen: Ilmiön tunnistaminen ja kohtaaminen sosiaalialan asiakastyössä

Ohjaaja: Kerttu Veikkola

Vuosi: 2015

Sivumäärä: 52

Liitteiden lukumäärä: 3

Narsismi on noussut nykypäivänä paljon esille ja jotkin nyky-yhteiskunnan ilmiöt ruokkivat narsistisia piirteitä. Myös sosiaalialan ammattikentille tulee asiakkaita, jotka ovat itse narsisteja tai heidän uhrejaan.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää narsistisen persoonallisuushäiriön käsitettä ja syntyä sekä narsistien uhrien kokemuksia. Apuna käytettiin mahdollisimman useaa lähdettä.

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää narsistisen persoonallisuushäiriön keskeisimmät piirteet, uhrien kokemukset ja mahdollinen narsistisesta persoonallisuushäiriöstä parantuminen. Lisäksi tarkoituksena oli selvittää, voiko sosiaalialan ammattilainen tunnistaa narsistista persoonallisuutta ja jos voi, niin kuinka tämä on mahdollista.

Tutkimuksellisenä menetelmänä toimi laadullinen tutkimus. Aineisto kerättiin käyttämällä syvähaastattelua. Tutkimukseen haastateltiin (8) narsistin kumppaneita ja aikuiseksi kasvaneita lapsia sekä yhtä ammattihenkilöä, joka toimii narsistien uhrien tuki ry:ssä.

Tuloksista ilmeni, että haastatteluissa ja teoriassa ilmeni paljon samoja ominaisuuksia. Uhrien kokemuksista ja narsistin käyttäytymisestä parisuhteessa ja vanhempana löytyi melko selkeä yhdenmukaisuus. Tulosten perusteella pystyi tekemään myös johtopäätöksen, että sosiaalialan asiakastyössä narsismi jää usein tunnistamatta ja narsistisesta persoonallisuushäiriöstä kärsivien läheiset jäävät siksi vaille oikeudenmukaista apua.

Avainsanat: narsistinen persoonallisuushäiriö, uhri, läheinen, sosiaalialan ammattilainen, narsismin tunnistaminen

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree Programme in Social Services

Specialisation: Bachelor of Social services

Author/s: Milla Naukkarinen

Title of thesis:

Supervisor(s): Kerttu Veikkola

Year: 2015

Number of pages: 52

Number of appendices: 3

Narcissism stands out a lot these days and the society stimulates people to have narcissistic features. In the field of social work customers can either be narcissists or their victims.

The purpose of this thesis was to introduce narcissistic personality disorder and how it is born and also to tell about the experiences of the victims. Many sources were used to make this thesis.

The aim of this thesis was to find out the main traits of narcissistic personality disorder, the experiences of the victims and whether it is possible cure from narcissistic personality disorder or not. The aim was as well to find out if it is possible for social workers to recognise narcissists and how they can do it.

This thesis is qualitative. The in-depth interview was used to collect the material. The interviews were made to people (8) who were in a relationship with narcissists and to adults whose either one parent is a narcissist. One person who works at the union Narsistien uhrien tuki ry. for the victims of narcissists was interviewed as well.

The study shows that the theory and the interviews have many similarities. There was a quite big similarity in the experiences of the victims and in the behaviour of a narcissist in relationship or as a parent. Based on the results it seems that it is hard to recognise narcissistic personality disorder in the customer service of social work and that's why the victims of narcissists don't necessarily get the help they need.

Keywords: narcissistic personality disorder, victim, close relative, professional of social work, recognizing of narcissism

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
1 JOHDANTO.....	6
2 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET ..	7
3 NARSISTINEN PERSOONALLISUUSHÄIRIÖ.....	8
3.1 Mitä on narsismi?.....	8
3.2 Lapsuuden kokemusten vaikutus narsismin syntyyn.....	9
3.3 Mistä narsistin voi tunnistaa?.....	11
3.4 Psykopatia ja patologinen narsismi.....	13
3.4.1 Psykopatia.....	13
3.4.2 Patologinen narsismi.....	14
3.5 Narsismi ja nyky-yhteiskunta.....	15
3.6 Voiko narsismista parantua?.....	16
4 LÄHEINEN JA NARSISMI.....	17
4.1 Narsisti parisuhteessa.....	17
4.1.1 Henkinen väkivalta.....	19
4.1.2 Fyysinen väkivalta.....	20
4.1.3 Seksuaalinen väkivalta.....	21
4.2 Narsisti vanhempana.....	21
4.2.1 Narsistivanhempien sukupuoliset erot.....	21
4.2.2 Kulissit ja mitättömyyden tunne.....	22
4.2.3 Lapsen kohdistuva seksuaalinen väkivalta.....	23
4.2.4 Lapsi kärsii huoltajuuskiistoissa.....	23
5 NARSISTI SOSIAALITYÖN ASIAKKAANA.....	25
5.1 Aiemmat tutkimukset.....	25
5.2 Ongelmana ajan riittämättömyys ja kokemattomuus.....	26
5.3 Narsistinen käytös ja asiakkuus.....	26
6 TUTKIMUSMENETELMÄ JA HAASTATTELUT.....	29
6.1 Laadullinen tutkimus.....	29

6.2	Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus	30
6.3	Haastateltavat	30
6.4	Ammattilaisen haastattelu	32
7	TUTKIMUSTULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET	33
7.1	Mitkä ovat narsismin keskeisimmät piirteet?	33
7.1.1	Tapaamishetken huumaa ja kulissien pitoa	33
7.1.2	Kulissien takana	34
7.2	Mitä yhteisiä tekijöitä narsistin uhrin joutuvat kokemaan ja voiko heidän mielestään narsismista parantua?	36
7.2.1	Mököttämistä ja vainoharhaisuutta	36
7.2.2	Kiristystä ja luunappeja	37
7.2.3	"Vika ei ollutkaan minussa!"	40
7.2.4	Parantuminen on kyseenalaista	40
7.3	Onko ammattihenkilön mahdollista tunnistaa narsistista persoonallisuutta ja jos on niin miten?	41
7.4	Johtopäätöksiä ja jatkoehdotuksia	42
8	SOSIAALIALAN TYÖNTEKIJÄLLE: 4 VIHJETTÄ TUNNISTAA NARSISTINEN ASIAKAS	44
9	POHDINTA	46
	LÄHTEET	49
	LIITTEET	52

1 JOHDANTO

Maallikolle sana ”narsismi” voi tuoda mieleen ensimmäisenä itserakkaan ja muista piittaamattoman henkilön, joka ei osaa ajatella muita kun vain itseään. Myös minulla oli alkuun juuri tämän kaltainen käsitys narsismista. Olin kuullut vain myytin Narkissoksesta, joka rakastui omaan peilikuvaansa niin paljon, ettei voinut olla tuijottamatta sitä niin kauan, että kuoli ja muuttui Narkissos-kukaksi. (Tuisku 2009)

Kiinnostukseni tätä aihetta kohtaan lähtikin juuri siitä, etten tiennyt tästä aiheesta ja sen vaikutuksesta läheisiin ja sosiaalialaan kovin paljoa, mutta olin kuullut monesta suunnasta joitakin pieniä yksittäisiä asioita. Kun sitten lähdin syventymään tähän aiheeseen kirjoja lukemalla sekä joidenkin henkilöiden omia tarinoita kuuntelemalla, tajusin, että käsitteeseen narsismi liittyy paljon sisältöä ja syvyyttä, sekä runsaasti surullisia ja traumaattisia tarinoita sellaisilta henkilöiltä, jotka ovat joutuneet elämään narsistisen henkilön läheisyydessä.

Narsismi on ollut viime vuosina paljon esillä ja etenkin asianajajat ja lakimiehet ovat joutuneet usein narsistisen persoonallisuushäiriöisen henkilön huijaamiksi. Sen vuoksi se on mielestäni tärkeä aihe pohdittavaksi myös sosiaalialan näkökulmasta. Ilmiö alkaa olla niin yleinen, että myös sosionomien törmäävän työssään usein perheisiin, jossa jompikumpi vanhemmista omaa narsistisen persoonallisuushäiriön ja sen vuoksi myös meidän alamme työntekijöiden olisi hyvä osata tunnistaa narsistin pääpiirteet ja toimintatavat, jotta päätöksenteko ja työskentely asiakkaiden kanssa sujuisi mahdollisimman onnistuneesti, eettisesti ja ammattimaisesti.

Pyrin opinnäytetyössäni tuomaan narsistista persoonallisuushäiriötä mahdollisimman selkeästi ja monesta eri näkökulmasta käsin esille, jotta sen monimuotoisuus ja piirteet tulisivat mahdollisimman selkeiksi. Pyrin kuitenkin myös siihen, ettei ketään aleta leimaamaan saman tien narsistiksi. Jokaisessa meissä on jotakin narsistisia piirteitä ja narsismi persoonallisuushäiriönä on paljon enemmän, kuin jotkin tietyt luonteenpiirteet.

2 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyöni tavoitteena on selvittää mahdollisimman laajasti lähteitä käyttäen, mitä narsismi on, miten se on kehittynyt ja mitkä piirteet ovat sille ominaisia. Tätä aion selvittää teoriaosuudessa. Lisäksi tavoitteena on selvittää, miten narsisti kohtelee niin sanottuja uhrejaan, jotka ovat tässä tapauksessa puolisoja ja lapsia. Pyrin saamaan mahdollisimman kattavan käsityksen siitä, millaista elämä voi narsistin kanssa olla ja onko uhreilla samankaltaisia kokemuksia.

Tavoitteenani on myös selvittää, onko narsistia mahdollista tunnistaa, kun työskentelee sosiaalityössä ja jos tämä on mahdollista, niin mitkä ovat tässä tapauksessa narsismin tunnusmerkkejä. Tutkin myös hieman sitä asiaa, onko narsistisesta persoonallisuushäiriöstä mahdollista parantua.

Tutkimuskysymykset:

- Mitkä ovat narsismin keskeisimmät piirteet?
- Mitä yhteisiä tekijöitä narsistien uhrit joutuvat kokemaan ja voiko heidän mielestään narsismista parantua?
- Onko ammattihenkilön mahdollista tunnistaa narsistista persoonallisuutta ja jos on niin miten?

3 NARSISTINEN PERSOONALLISUUSHÄIRIÖ

Jo Sigmund Freud kehitti aikoinaan oman teoriansa narsismista vuonna 1914. Hänen mukaansa narsismi on jaettu kahteen erilaiseen muotoon: primaariseen ja sekundaariseen narsismiin. Primaarinen narsismi on luonnollista lapsuuteen kuuluvaa itsekkyyttä, joka edeltää opittua rakastamisen kykyä. Se on luonnollinen ja välttämätön kehityksessä. Lapsi opettelee ensin rakastamaan itseään ja sitten vasta muita. Sekundaarisessa narsismissa taas on kyse itserakkauden muodosta, jonka ihminen kehittää vasta aikuisena. Sekundaarisessa narsismissa henkilö palaa takaisin lapsuuden itsekeskeisyyteen ja se on seurausta siitä, että ihminen ei ole saanut haluamiensa kohteiden rakkautta tai huomiota. Se on myös keino suojella itseä torjutuksi tulemiselta. (Crompton 2009, 24-25)

3.1 Mitä on narsismi?

Narsismi luokitellaan yhdeksi monista persoonallisuushäiriöistä. Sen tunnistamiseksi on laadittu kansainvälinen DSM-IV-luokitus, joka on tarkoitettu mielenterveys- ja käyttäytymislukitusta varten. Narsistisen persoonallisuushäiriön omaavalla on grandioottinen eli suuruusmielikuvien sävyttämä kuva itsestään ja tärkeydestään. Sen mukaan narsismiin kuuluu suuruudenhulluutta, pakonomaista ihailun kohteena olemista sekä kyvyttömyyttä tuntea empatiaa. Narsistinen henkilö tuntee olevansa muiden yläpuolella sekä ajattelee olevansa ainutlaatuinen ja erityinen ja on siksi mielestään oikeutettu erityiskohteluun. Narsisti ei empatian puutteessaan kykene myöskään kiitollisuuteen, vaikka muut tekisivät hänen vuokseen miten paljon asioita tahansa. Hän käyttää myös muita ihmisiä huolettomasti hyväkseen. (Crompton 2009, 43 ; Lönngqvist ym. 2014, 478 ; Salo 2009, 12, 18.) Suomessa laadittu ICD-10 tautiluokitus sijoittaa narsistisen persoonallisuushäiriön luokkaan ”muut määritellyt persoonallisuushäiriöt”. Narsistista persoonallisuushäiriötä esiintyy noin 0,4-3% väestöstä eri arvioiden mukaan ja se on yleisempää miehillä kuin naisilla. (Palosaari 2012.)

Narsismi voidaan jakaa kahteen eri osaan: Klassiseen narsismiin sekä rajatilanarsismiin. Klassiselle narsistille on ominaista, että hänellä on yksi omistamansa asia,

vaikkapa perhe. Hän pitää perhettään omana jalustanaan, eikä välttämättä petä puolisoaan vaan pysyy uskollisena. Perhe ei kuitenkaan saa narsistilta huomiota tai tunteita. Toisaalta klassinen narsisti saattaa myös toimia päinvastoin: hän vaihtaa työpaikkaa perhettään ja uskontoa ja ystäviä koko ajan päästäkseen eteenpäin. Rajatilanarsistille taas on ominaista rutiinien sietämättömyys. Hänen on vaihdettava koko ajan kaikkea ympärillensä olevaa saadakseen tyhjyyden tunteen pois itsestään. Rajatilanarsisti saattaa tehdä riskialttiita ratkaisuja ja olla todella nopea käännöksissään. (Välipakka 2007, 72-73.)

3.2 Lapsuuden kokemusten vaikutus narsismin syntyyn

Narsismi ei ole synnynnäinen ominaisuus, jollaisena esimerkiksi psykopatia nähdään. Narsismin synty on peräisin jo lapsuudesta ja nuorena koetuista asioista ja opituista toimintatavoista. Toisin sanoen vanhemmat tai muut lapsen kasvattajat ovat osasyynä narsismin myöhempään puhkeamiseen. Lapsen kehityksen omaksi yksilökseen tulisi tapahtua turvallisesti. (Välipakka 2007, 17; Jokinen 2012, 117.) Mäkelän (2007, 78) mukaan yhtenä arveluna narsismin syntyyn voisi olla limbisen järjestelmän häiriö aivoissa, mutta myös hän sanoo tämän luonnehäiriön syntyvän melkein poikkeuksetta vaurioituneesta perheestä.

Luonne ja persoonallisuus kehittyvät perusturvallisuudesta, joka pohjautuu riittävästi hellyyteen ja hoivaan. Kun tämä perusta on luotu, lapsi tarvitsee kasvaessaan mallia uudenlaiseen ja kypsään käyttäytymiseen. Lapsen täytyy voida peilata itseään aikuiseen tunnistaakseen omia tarpeitaan kestääkseen pettymyksiä sekä täyttääkseen tarpeitaan riittävästi kuitenkin vahingoittamatta muita ja itseään. (Mäkelä 2007, 79.)

Lapsen persoona ei voi kehittyä normaalisti ilman hoitajan empatiakykyä ja vastavuoroisuutta lapsen kanssa. Lisäksi äidin läsnäolo ja auttaminen lapsen hyvissä ja pahoissa tunnekokemuksissa on erittäin tärkeää lapsen kehittymisen kannalta. Lasta täytyy lohduttaa ja antaa hänelle tunne siitä, että hän on tärkeä ja hänestä pidetään huolta. Lapsen täytyy oppia huoltajan kautta myös hyviä tunteita ja nähdä tämän kasvoissa rakkautta, huolenpitoa ja hyväksyntää. Lapsen täytyy saada olla myös pahalla päällä ja kiukkuinen ilman syyllisyyden tunteita. Ilman näitä

terveellisen kasvun tuomia tekijöitä narsistinen persoonallisuushäiriö voi lopulta päästä valloilleen. (Crompton 2009, 26; Välipakka 2007, 17-18; Jokinen 2012, 118-120.) Vanhemman kasvatus voi olla myös liian ankaraa, yliautoritaarista ja ylivaativaa, jolloin lapsi ei ole saanut muodostettua selkeää omaa itseyyttä. Tällainen alistettu lapsi saattaa myöhemmässä iässä kapinoida kaikkea ja kaikkia vastaan tukahduttaakseen raivon sisältään. (Mäkelä, 81.)

Tämänkaltaisen lapsuuden kokiessaan ihminen ei ole välttämättä saanut tarpeeksi tyydytyskokemuksia eri ikävaiheissaan, eikä pysty kestäämään pettymyksiä. Hän ei välttämättä pysty kokemaan luonnollista mielihyvää. Tämä aiheuttaa sen, että henkilön täytyy pystyä koko ajan pönkittämään jollain lailla omaa itsetuntoaan ja juuri tämä saa hänet käyttäytymään omahyväisesti ja itsekeskeisesti. (Vuorinen 1991, 233-234.)

Riskitekijöitä lapsen oikeanlaiseen kehittymiseen löytyy myös muista vanhempien ongelmista. Esimerkiksi äidin masennus, perheessä tapahtuva henkinen ja fyysinen väkivalta, erokokemukset, sekä huoltajan narsistinen käyttäytyminen saattavat heijastua lopulta lapsen tulevaisuuteen. Usein vanhemmilta opitut käytöstavat toistuvat myös omassa parisuhde ja perhe-elämässä. Jos esimerkiksi äiti on ollut dominoiva ja väkivaltainen isää kohtaan, saattaa tytär toimia myöhemmin samalla tavalla oman puolisonsa kanssa. (Välipakka 2007, 18.) Tietenkin nämä riskitekijät vääränlaiseen kehitykseen syntyvät myös silloin, jos toista vanhempaa ei ole tai vanhemmat ovat esimerkiksi kuolleita, jolloin pahimmillaan lapsen elämästä on jäänyt puuttumaan aikuinen. Vanhemmat saattavat olla myös psyykkisesti tai fyysisesti niin sairaita, etteivät he kykene toimimaan vanhempina. (Mäkelä 2007, 79.)

Jokisen (2012, 10-11) mukaan pelkkä yksikin käsittelemättä jäänyt traumaattinen kokemus lapsuudessa saattaa aiheuttaa pelon, johon kohdistetaan paljon muitakin tunteita. Nämä pelot voivat olla sellaisia aikuisässä, että niitä ei osata yhdistää lapsuuden tapahtumiin. Jos tästä seuraava ahdistus johtuu käsittelemättömästä traumasta, voi henkilö reagoida kohtuuttomasti jopa arjen pieniinkin pettymyksiin. Jos vanhemmat näkisivät lapsen ahdistuksen jo lapsen ollessa pieni ja lapsi saisi jo silloin purkaa tuntemuksensa jonnekin, hän ei välttämättä oirehtisi enää aikuisiässä.

Jos katsotaan vanhempien asenteita lapsiaan kohtaan, voidaan tunnistaa vanhempien ns. uudelleen syntyminen heidän omasta narsismistaan, jonka he ovat itse joutuneet hautaamaan. Lapsella tulisi olla paremmat oltavat kuin vanhemmilla. Narsistinen vanhempi olettaa, että lapsesta täytyisi tulla jotain suurempaa ja sellaista, jota vanhempi on itse halunnut aiemmin olla. (Fonagy, Person & Sandler, J 2012, 20-21.)

3.3 Mistä narsistin voi tunnistaa?

Tässä osiossa esittelen keskeisimmät piirteet, joista narsistisen persoonallisuushäiriön voi tunnistaa. Kaikki piirteet eivät päde kaikkiin henkilöihin ja joillakin narsisteilla voi olla myös piirteitä näiden ulkopuolelta.

Narsistilla on usein itsestään sellainen kuva, että hän on paljon parempi ja ylempiarvoisempi kuin muut, ns. ”erityinen” ja häntä tulisi myös kohdella sen mukaan. Hän saattaa suurennella omia saavutuksiaan ja taitojaan. Hän myös olettaa, että muiden on annettava hänelle erityiskohtelua, koska hän on oikeutettu siihen. Lisäksi hän haaveilee ja puhuu jatkuvasti menestymisestä, vallasta ja kauneudesta. (Johnson & Murray 2012, 135.) Usein narsisti on myös oikeasti älykäs, sosiaalinen, puhelias ja karismaattinen. Hän on myös taloudellisesti hyvinvoiva ja ammatissaan usein todella hyvä. (Jokinen 2012, 80-81; Mäkelä 2007, 24)

Narsisti myös mitätöi muiden saavutuksia ja saattaa olettaa, että vain hän osaa tehdä työt oikein ja muut kaiken väärin. Hän käyttää armotta muita ihmisiä hyväkseen, mutta muille palveluksien tekeminen tuntuu hänestä mahdottomalta. (Narsisti lähelläsi 2012).

Narsistisesta persoonallisuushäiriöstä kärsivä haluaa olla jatkuvasti huomion ja ihailun kohteena (Johnson & Murray 2012, 135; Mäkelä 2007, 31.) Narsistilla on melkein poikkeuksetta huono itsetunto, vaikka päällepäin hän näyttäisi erittäin itsevarmalta ja tyytyväiseltä. Siksi hän tarvitsee koko ajan jonkun ihailemaan ja kannustamaan itseään, jotta hän saa tuntea itsensä paremmaksi kuin muut. (Välipakka 2007, 31.) Hän saattaa myös pukeutua tai käyttäytyä huomiota

herättävästi, jotta saisi kaiken huomion itseensä. Jos narsisti ei saa itselleen myönteistä huomiota, hän saattaa hankkia sitä itselleen kielteisessä muodossa, koska ajattelee negatiivisen huomion olevan parempaa kuin huomiotta jääminen. (Mäkelä 2007, 31.)

Narsisti kokoaa usein itselleen niin sanotun ”hovin”, joka on täynnä häntä ihailevia henkilöitä. Hän valitsee usein hoviinsa ne henkilöt, jotka ovat asemaltaan tai luonteeltaan häntä heikompia. Aluksi hän mielistelee hovinsa jäseniä, mutta lopulta heidän huomaamattaan hän on saanut heidät itseään alempaan asemaan ja pompottelee heitä miten itse näkee parhaaksi. (Mäkelä 2007, 32-35.)

Narsisti ei voi olla väärässä. Hän voi olla myöntämättä syyllisyyttään asioihin, vaikka todisteet hänen syyllisyydestään olisivat hänen nenänsä edessä. Narsisti tuntee olevansa itse kaikella tapaa täydellinen eikä voi tämän vuoksi ottaa huomioon omia virheitään ja heikkouksiaan. (Crompton 2009, 43; Henno 2010, 19.)

Hänen käsityksensä muista ja itsestään on todella vääristynyt eikä hän siksi pysty ymmärtämään toimintaansa vääräksi. Hän ei kuitenkaan itse siedä minkäänlaista kritiikkiä itsestään, vaan loukkaantuu todella paljon, jos kuulee itsestään minkäänlaista negatiivista palautetta. (Välipakka 2007, 31.) Hänen mielestään kritiikki on vaan kateutta toisilta ihmisiltä häntä kohtaan (Mäkelä 2007, 36).

Narsisti ei kykene tuntemaan empatiaa. Narsisti ei osaa asettua muiden ihmisten asemaan ja saattaa loukata läheisiään todella paljon, vaikka itse saattaisi tarkoittaa sanomansa asiat vitseinä. (Välipakka 2007, 31.)

Vaikka narsisti ei kykenekään tuntemaan empatiaa, hän osaa näytellä tunteita niin halutessaan. Lisäksi narsisti osaa olla todella hyvin käyttäytyvä ja hurmaava, sekä osaa manipuloinnin ja mielistelyn salat. Siksi tätä persoonallisuushäiriötä on vaikea huomata, ennen kuin on liian myöhäistä. Narsismi ei pysty näyttelemään loputtomiin, joten kulissien takaa (jotka hän onnistuu pitämään loistavasti pystyssä) paljastuu yleensä täysin erilainen persoona, kuin mihin aikanaan on tutustuttu tai jota pidetään niin täydellisenä ollakseen totta. (Henno 2010, 11-12; Narskulandia 2012.)

Narsistilla on yleensä taipumus myös olla riippuvainen ulkoisista ärsykkeistä. Hän on usein levoton eikä pysty elämään nykyhetkessä. Hän haluaa aina saada asioita paremmiksi eikä ole koskaan tyytyväinen siihen, mitä hänellä juuri sillä hetkellä on. Narsisti tarvitsee myös aina muita ihmisiä tuomaan itselleen tyytyväisyyden tunnetta. (Välipakka 2007, 40-41.)

Narsisteilla on usein pettymystilanteissa esiin tulevia rinnakkaishäiriöitä masennuksen ja päihteiden väärinkäytön muodossa. Narsisti saattaa ajautua helposti myös päihteiden käyttäjäksi saadakseen pois kamalaa jatkuvan liikkumisen sekä ärsykkeiden tarpeen tunnettaan. Hän saattaa samasta syystä myös masentua helposti, eikä kykene yleensä lepoon ja rauhoittumiseen. (Välipakka 2007, 40-41.)

3.4 Psykopatia ja patologinen narismi

Psykopatia ja patologinen narismi ovat käsitteitä, jotka limittyvät opinnäytetyöhöni. Tämän vuoksi avaan nämä käsitteet, jotta kokonaiskuvan hahmottaminen helpottuisi. Lönnqvistin (ym. 2014, 478) mukaan narsistinen persoonallisuushäiriö ja psykopatia limittyvät osittain toisiinsa.

3.4.1 Psykopatia

Käsitteellä ”psykopatia” kuvataan henkilöitä, jotka ovat manipulatiivisia, ajattelevat omaa etuaan, impulsiivisia, kykenemättömiä empatiaan ja syyllisyydentunteisiin sekä syyllistyvät rikoksiin tuntematta katumusta. Psykopatiasta kärsivällä voi olla myös kuvitelmia selvänäkemisestä ja muista yliluonnollisista kokemuksista. Heidän käytöksensä on usein myös huomattavan kummallista ja muista eriävää. (Lönnqvist ym. 2014, 472.)

Narsismin ja psykopatian eroja

OMINAISUUS	NARSISTINEN	PSYKOPAATTINEN
1. Minäihanne	Minäihanne on kehittynyt, mutta arvot vallassa ja ulkoisessa menestyksessä	Minäihanne kehittymätöntä
2. Yliminä	Yliminä on kehittynyt, mutta defensiivinen, syyllisyyttä koetaan valikoidusti projisoituneena, lainkuuliaisuus	Yliminä kehittymätön, fragmenttinen ja projisoitu, piilotajuisesti sadistinen, syyllisyyden kokemus on puutteellista
3. Ihmissuhteet	Ihmissuhteet ovat pinnallisia ja normaaleja, mutta jako hyödyllisiin ja hyödyttömiin	Ihmissuhteet ovat fragmentaarisia ja pinnallisia, joissa on painottunut vain välinearvo
4. Libido vrt. aggressiot	Aggressiot ovat piilotajuisia, aggressiot verrattuna libidoon on painottunut	Sadistiset aggressiot ovat tietoisia ja manifesteja
5. Empatia ja sympatia	Empatia samastuksen heikentämää, sympatia kohdistuu samanmielisiin	Empatia heikentyntä, sympatia niukkaa ja kovaluontoista
6. Minän funktiot	Identiteetti suhteellisen kiinteä, defensseinä idealisaatio ja devaluaatio	Identiteetti kristallisoitumaton, defensseinä split ja projektiio, alloplastinen adaptaatio
7. Yhteisön kannalta	Yhteisön vaikutus niukka, läheiset perheessä ja työssä voivat kärsiä, yhteiskunnan tukipilareita mm. politiikassa ja johtajina, myös taiteilijoita	Yhteisöllinen vaikutus suuri mm. rikollisuuden ja muiden kustannusten vuoksi, jotkut menestyvät urheilussa tai taiteissa (taistelukeitillä)

6.4.2013

K. Nuorti

13

Kuva 1
(Nuorti, K. 2013. 13.)

Kuvion mukaan narsistisesta persoonallisuushäiriöstä kärsivän ja psykopaattisen henkilön yhtäläisyyksiä ovat ihmissuhteen pinnallisuus ja empatian heikkous. Eroja taas löytyy paljonkin: esimerkiksi yhteisön vaikutus on narsistille niukkaa kun taas psykopaatille yhteisöllinen vaikutus on suuri. Narsistille yliminä on kehittynyt ja psykopaatille se taas on kehittymätön. Myös empatiassa ja sympatiassa on havaittavissa eroja.

Psykopatia ja narsismi siis eroavat paljonkin toisistaan. Psykopatian sanotaankin olevan narsismin äärimmäinen muoto, joten niiden limittyminen yhteen tapahtuu vain äärimmäisissä tapauksissa.

3.4.2 Patologinen narsismi

Jokaisella meistä on narsistisia piirteitä. Toisilla niitä on enemmän ja toisia vähemmän. Patologisesta narsismista voidaan puhua, kun henkilöllä on epäaitoa

itsearvostusta, jolla hän pyrkii peittämään huonommuuden ja itseinhon kokemuksensa. Ylivallan saaminen muista on loukkaamista ja muiden hyväksikäyttöä sekä pakottamista jumaloimaan ja ihailemaan itseään. He kadehtivat sairaalloisesti muiden omanarvon tuntoa ja osaamista, jotka heiltä itseltään puuttuvat. Historiasa näitä henkilöitä ovat olleet mm. Stalin, Hitler ja Mao. (Jokinen 2012, 28.)

Patologinen narsismi eroaa terveestä narsismista, koska itsetunto on säädelty suojelemaan ja tukemaan mahtailevaa mutta herkkää minuutta. Ihmisten väliset suhteet vaikuttavat, koska niitä käytetään ensisijaisesti suojelemaan ja parantamaan omaa itsetuntoa. (Ronningstam 2005, 69.)

Kernbergin (2004, 49) mukaan patologisessa narsismissa on kolme muotoa. Ensimmäisessä muodossa henkilöllä on taantumus lapsuusajan itsetunnon säätelyyn ja hänellä tuntuu olevan yliriippuvainen lapsuusajan eleistä ja ilmeistä, jotka ovat normaalisti aikuisikään mennessä hylättyjä. Toinen muoto on harvinaisempi ja se on esimerkki narsistisesta kohteen valinnasta ja tässä tyyppissä henkilön minuus määrittyy kohteen, kuten kumppanin kautta. Kolmannessa muodossa puhutaan jo kaikkein haastavimmasta narsismin muodosta.

Tulokset -osiossa käy myös ilmi, että narsistien uhrien tuki ry. on sitä mieltä, että patologisesta narsismista voidaan puhua vasta narsismin asteen ollessa 70%-80%, jolloin myös parantuminen tästä kyseisestä persoonallisuushäiriöstä alkaa olla mahdotonta. Mielestäni on erittäin tärkeää ymmärtää se, että narsistisia piirteitä on meillä kaikilla, mutta silti se ei tee meistä narsisteja.

3.5 Narsismi ja nyky-yhteiskunta

Nyky-yhteiskunta on monen lähteen mielestä antanut mahdollisuudet narsismille. Rahan ja vallan arvostus on lisääntynyt ja yksilöiden pärjääminen on alkanut korostua. Narsismiin kuuluvat oman egon tärkeys, ahneus ja itsekkyydet ovat tänä päivänä melkein hyväksi luettavia ominaisuuksia. (Jokinen 2012, 16.)

Onnellisuustutkija Markku Ojasen mukaan ihmiset haluavat nykyhetken olevan täydellinen. Jos se on saatu täydelliseksi, aletaan murehtia lapsuutta, joka ei välttämättä ollut niin täydellinen. Ojasen mielestä myös kyky sietää kipua ja murheita

on heikentynyt. Media näyttää lisäksi ihmisille täydellisiä koteja ja hyvännäköisiä ihmisiä, joka lisää kateutta ja täydellisyyden tavoittelua. (Koivuniemi, 2013.)

Medialla on myös Mäkelän (2007, 82) mukaan vaikutuksia narsistiseen persoonallisuushäiriöön. Varsinkin televisio tarjoaa luonnehäiriöisille mahdollisuuksia itsetehostukseen. Se vetää puoleensa, kutsuu esiin narsistisia puolia ja vahvistaa niitä. Täten kulttuuri luo itsekkäitä käyttäytymismalleja.

Mäkelän (2007, 81) mukaan tulevaisuudessa on odotettavissa yhä enemmän persoonallisuushäiriöistä kärsiviä. Tämä johtuu hänen mukaansa siitä, että yhä useampi perhe hajoaa ja useat lapset kasvavat ilman kuria ja rakkautta, johon ei rohkaise edes yhteiskunta.

3.6 Voiko narsismista parantua?

Narsismista parantuminen on monimutkainen käsite ja sen onnistumisesta on erilaisia mielipiteitä. Joidenkin lähteiden mielestä narsismista voi parantua, mutta toiset lähteet ovat taas jyrkästi sitä mieltä, että parantuminen on mahdotonta.

Mäkelän (2007, 82) mielestä narsistin omantunnon tulisi rakentua kokonaan uudelleen, jotta parantuminen voisi onnistua. Tämä on aikuisiässä kuitenkin jo oikeastaan mahdotonta. Lisäksi narsistin tulisi tunnistaa olevansa mieleltään sairas, joka kuitenkin on yleensä tälle persoonallisuushäiriölle miltei mahdotonta. Narsisti ei kykene näkemään itsessään mitään vikaa, kuten jo aiemmin on todettu.

Jokisen (2012, 108) mielestä narsismista parantuminen on todella haasteellista, mutta ei kuitenkaan mahdotonta. Narsistin täytyisi myös hänen mukaansa itse tajuta sairautensa. Narsistin täytyisi todeta, että hän tarvitsee apua.

4 LÄHEINEN JA NARSISMI

Tässä osiossa käyn läpi narsismin vaikutuksista läheisiin, jotka ovat tässä opin-
näytetyössä narsistin kumppanit ja lapset. Useissa lähteissä käytettiin läheisistä
sanaa uhri, joten aion käyttää tätä sanaa myös tässä opinäytetyössä.

4.1 Narsisti parisuhteessa

Miten olisin voinut tietää, että tämä minua kuin kukkaa kämmenellä
pidellyt mies jonakin päivänä pahoinpitelisi minut, ja joutuisin elämään
halveksunnan ja mitätöinnin kuilussa? Kaikki merkit, jotka jälkeinpäin
ymmärrän, olivat niin hienovireisiä, että olisin ennemmin syyttänyt
itseäni vainoharhaisuudesta kuin epäillyt häntä. (Välipakka 2007, 57.)

Kuten jo aiemmin mainittiin, narsistilla on kyky esittää tunteita, vaikka ei oikeasti
pysty tuntemaan empatiaa ja toisen tilanteeseen asettumista. Henkilön tutustues-
sa narsistiin, tämä vaikuttaa aluksi todella karismaattiselta ja viehätysvoimaiselta.
Kaikki hänessä tuntuu yksinkertaisesti liian hyvältä ollakseen totta. Hän osaa valita
juuri oikeat sanat oikeisiin paikkoihin ja saa uhrinsa tuntemaan itsensä jotenkin
todella erityiseksi. Monesti narsisti myös haukkuu ja syyttää aiempien suhteidensa
puoliskoja, joka saa uuden tuttavuuden näkökulmasta narsistin näyttämään uhrilta
jolle on tapahtunut kaikki paha, mutta joka ei ole itse tehnyt mitään väärää. (Välipakka 2007, 61-62, 104; Salo 2011, 20; Henno 2010, 75, 86, 92.)

Jo suhteen alussa, vaikka narsisti vaikuttaakin täydelliseltä puolisoehdokkaalta,
hänestä saattaa huomata kolme narsistin piirrettä: liioiteltu kuva omasta tärkey-
destä, kyvyttömyys eläytyä muiden näkökulmiin ja pakkomielle olla koko ajan
ihailtuna. Narsisti saattaa esimerkiksi kertoa uhrille koko ajan omista
saavutuksistaan ja nauttii siitä, kun uhri huomioi ja ihailee häntä. Uhri ei
välttämättä kuitenkaan kykene huomaamaan näitä piirteitä ollenkaan tapaamisen
alussa, sillä häntä kiehtoo jokin narsistissa. (Johnson & Murray 2012, 136-138.)

Narsistin luonteeseen kuuluva ärsykkeiden ja elämisen tunteen halu antaa myös
tyypillisen piirteen narsistin toiminnalle suhteen alussa. Narsisti saattaa ilmaista
rakkauden tunteensa hyvinkin nopeasti ja haluta naimisiin menoa tai yhteen

muuttoa jo muutaman kuukauden päästä tapaamisesta. Tämä voi hämmentää uhria, mutta uhri ei pysty yleensä vastustamaan kiusausta, vaikka hänellä soisivat jo jonkinlaiset hälytyskellot. Hän on täysin narsistin lumoissa ja on uskonut saavansa täydellisen kumppanin itselleen (Välipakka 2007, 148-149, 155, 165; Henno 2010, 99.) Salomaan (2013, 80-81) mukaan narsistisuhde on usein varsinkin alkuvaiheessa todella koukuttava ja intohimoinen, koska se pohjautuu fyysiseen kontaktiin ja antaa lisäksi vaikutelman rakkaudesta, joka on kuitenkin valheellinen. Jokaisen suhteen alkuvaiheeseen kuuluu liiallista kumppanin elämään uppoutumista, mutta narsistin kanssa tämä uppoutuminen on pysyvää ja johtaa lopulta kumppanin elämän kaventamiseen.

Narsisti ei pysty näyttelemään ikuisesti. Jo seurustelun alussa uhri on saattanut huomata joitakin kummallisia piirteitä narsistissa tietyissä tilanteissa, mutta ei pysty ottamaan näitä varoitusmerkkejä vastaan. Esimerkiksi salamyhkäisyys tai arjessa tapahtuvat pienet pettymykset voivat olla pieniä vihjauksia tulevasta. Narsisti osaa kuitenkin selittää kaiken niin, että uhri lopulta uskoo kaiken. (Joutsiniemi 2006, 55.) Viimeistään seurustelun edetessä siihen pisteeseen, että naimisiin meno tai yhteen muutto ovat käsillä, narsisti alkaa paljastamaan oikeita piirteitään, joista uhrilla ei ole voinut aiemmin olla aavistustakaan.

Narsisti alkaa usein jo suhteen alkuvaiheessa rajoittamaan kumppaniaan. Aluksi hän saattaa soitella kumppanin perään erilaisilla verukkeilla kuten ikävällä, joka voi tuntua jopa suloiseltakin uhrin mielestä. Lopulta narsistin käytös menee kuitenkin jo liiallisuuksiin ja alkaa usein ahdistamaan uhria. (Narsisti lähelläsi 2012.)

Kävi myös ilmi, että narsismilla voi olla myös yhteyttä runsaaseen alkoholin käyttöön. Kuten jo aiemmissa kappaleissa kävi ilmi, narsisti tarvitsee usein paljon virikkeitä ja toimintaa pysyäkseen kasassa itsensä kanssa. Tällöin juuri alkoholi voi olla yksi materiaallinen tyydytyksen tuoja narsistin elämässä. Narsistin uhrien mukaan juomista saattaa esiintyä todella usein ja ryyppäämisen syy tulee aina jostakin narsistin ulkopuolelta. Narsisti saattaa kadota moneksi päiväksi ryyppyretkilleen. (Henno 2010, 27, 49, 58.)

4.1.1 Henkinen väkivalta

Olen usein miettinyt, olisiko sillä ollut paljonkaan eroa, vaikka suhteessamme olisi ollut fyysistä väkivaltaa, sillä uhka oli koko ajan läsnä. En halua loukata niitä joita on lyöty ja ymmärrän, että säästyin vakavimmiltakin vammoilta, mutta minusta koko kehoni reagoi kuin olisin saanut konkreettisestikin turpaani joka päivä. Usein en uskaltanut edes nukkua. Mies hymyili pirullisesti ja sanoi, että uinu, uinu, lemmikkini – hymyillään aamulla jos olet hengissä. (Välipakka 2007, 81.)

Henkinen väkivalta eli psyykkinen väkivalta tarkoittaa mm. toisen henkilön mitätöintiä, estämistä, nimittelyä, uhkailua, puhelimen ja sähköpostin tutkimista, eristämistä muista ihmisistä ja kiristystä. (Mitä on henkinen ja fyysinen väkivalta?) Narsistille on olennaista juuri henkisen väkivallan käyttö. Uhrien omien kertomusten mukaan he ovat joutuneet kokemaan mm. mitätöintiä, valehtelua, manipulointia, arvostelua, syyttelyä, muihin ihmisiin kontaktin pitämisen estelyä ja seksiin painostamista. Narsisti saattaa myös itse lukea toisen tekstiviestejä ja sähköpostia, mutta ei siedä sitä toiselta (Crompton 2009, 91-103 ; Henno 2010, 60, 62, 92.) Hän esimerkiksi suuttuu, jos kumppani tulee viisi minuuttia myöhässä sovituista ajasta kauppareissulta ja syyttää uhria heti pettämisestä. Toisaalta hän saattaa itse häipyä riidan päätteeksi moneksi päiväksi siten, ettei häneen saa mitään yhteyttä ja saa siten uhrin tuntemaan pelkoa, huolta ja epävarmuutta. Narsistin palatessa takaisin kotiin, asiasta ei saa enää keskustella. Uhrille jää pimentoon, missä narsisti on ollut, mitä tekemässä ja kenen kanssa. (Henno 2010, 58, 63.)

Narsistin kykenemättömyys ottaa vastuuta omista virheistään voi myös antaa uhrille päänvaivaa. Vaikka narsisti olisi tehnyt mitä tahansa, hän onnistuu aina kääntämään sen lopulta niin että uhri tuntee olevansa syyllinen tapahtuneeseen. Narsistin anteeksi pyytelyt ja lepyttelyvaiheet taas saavat uhrin taas toivomaan parempaa suhdetta jatkossa. Sellaista kuin se oli tapaamisen alussa. Välillä suhde saattaa mennäkin paremmin ja narsistin käytös voi olla hetkittäin parempaa, mutta usein mukavan vaiheen jälkeen tulee taas jyrkkä lasku karuun todellisuuteen. (Henno 2010, 89, 102.)

Narsistille on myös ominaista eristää uhriansa muista ihmisistä. Suhteen edetessä uhri huomaa ystäviensä vähenevän pikku hiljaa ja sukulaissuhteidensakin viilenevän. Narsisti keksii usein keinot erkaannuttaa puolisonsa sellaisista henkilöistä, joista ei pidä. Hän saattaa perustella asiaa esimerkiksi sillä, että joku uhrin ystävä on hänelle huonoa seuraa tai että hänen vanhempansa ovat narsistille ilkeitä. Lopulta uhri saattaa huomata, ettei hänellä ole enää omia ystäviä ollenkaan, vaan narsistin ystävät ovat hänenkin ainoita ystäviä.

4.1.2 Fyysinen väkivalta

Mies kutsui väkivaltaa kouluttamiseksi. Ansaitsin selkäni, koska olin tyhmä, läski, ruma. Hän teki sen minun parhaakseni – että minä oppisin miten pitää olla, mitä sanoa, mitä ei, miten puhutella häntä ja miten ei. Miten olla nainen. Senkin hän tiesi paremmin kuin minä. (Välipakka 2007, 81.)

Fyysistä väkivaltaa voi olla hyvinkin monenlaista, mutta se on mm. tönimistä, läimäyttämistä, liikkumisen estämistä, tuuppimista, kuristamista, teräaseella vahingoittamista, esineellä heittämistä, hiuksista repimistä tai lyömistä. (Fyysinen väkivalta.)

Fyysinen väkivalta ei ole narsistille niin yleistä kuin henkinen väkivalta, mutta jotkut narsistit käyttävät sitäkin hallitakseen puolisoaan. Narsistin uhrien mukaan tämä voi olla lyömistä tai muuta sellaista, mistä jää näkyvät jäljet. Narsisti usein myös vaatii uhria keksimään jonkin selityksen mustelmille ja muille jäljille, mitä väkivalta on aiheuttanut. Hän saa myös uhrin uskomaa olevansa niin huono, että hän on ansainnut väkivallan. Fyysinen väkivalta voi uhrien mukaan olla myös hiuksista repimistä, esineillä heittämistä, kuristamista tai tönimistä ja tuuppimista. (Välipakka 2007, 77-78; Salo 2011, 143.)

Salon (2011, 130) mukaan fyysistä väkivaltaa käyttävä narsisti uusii aina tekonsa. Esi-merkiksi lyömisen tai muun pahoinpitelyn jälkeen narsisti saattaa pyydellä kovasti anteeksi ja nöyrtyä joksikin aikaa, mutta ajan kuluessa väkivalta uusiutuu. Uhri kärsii samalla henkisestä väkivallasta pelätessään fyysistä väkivaltaa.

4.1.3 Seksuaalinen väkivalta

Usein myös seksi on narsistille yksi vallankäytön välineistä. Salon mukaan seksi on usein väkivaltaista tai vain teknistä suorittamista ja narsisti ei yleensä osoita minkäänlaista hellyyttä seksin aikana. Useat narsistit eivät saa normaalista seksistä nautintoa eivätkä sen vuoksi harrasta sitä kovin usein. Silloin kun narsisti harrastaa seksiä, se on usein toiselle osapuolelle todella nöyryyttävää ja alistavaa. Seksiin saattaa myös liittyä ylikovia otteita, anaaliseksiä, pahoinpitelyä tai ulosteilla leikkimistä. Uhri onkin usein narsistille pelkkä objekti. (Salo 2011, 143.)

Salon (2011, 143) mukaan narsistien seksuaalisuudessa on eroteltavissa kaksi erilaista ryhmää: toisilla seksin tarve on erittäin suurta ja se on teknistä suorittamista ilman minkäänlaista tunteiden osoittamista. Toisille tavallinen seksi ei taas ole kiinnostavaa, mutta esimerkiksi porno ja alistaminen kiinnostavat heitä.

4.2 Narsisti vanhempana

Muistan lukemattomat illat, jolloin meillä oli vanhemmat humalassa. Oli alistamis-ta, haukkumista, pilkkaamista ja mitätöintiä sekä fyysistä väkivaltaa ja seksuaalis-takin häirintää. Meidän olohuoneessamme oli hyvin iso virtahepo. (Välipakka 2009, 124.)

Jo edellisissä osioissa on todettu, että lapsuudessa koetut narsistisen vanhemman käyttäytymiset voivat olla osasyynä narsismin puhkeamiseen. Pyrin tässä osiossa erittelemään erilaisia yhteisiä tekijöitä, joita ”lapsiuhrit” kokevat arjessaan jommankumman vanhemman omatessa narsistisen persoonallisuushäiriön.

4.2.1 Narsistivanhempien sukupuoliset erot

Kumpi tahansa vanhemmista voi olla narsisti. Kuitenkin vanhemmilla näissä piirteissä voi olla eroja. Narsistivanhemman ollessa äiti, fyysistä väkivaltaa ei välttämättä koettu vaan väkivalta oli henkistä: lapsi koki mitätöimistä, syyttelyä, välinpitämättömyyttä ja tunnetta siitä, ettei häntä rakasteta omana persoonanaan.

Isänarsistit taas saattoivat käyttää myös fyysistä kuritusta lapseen. Lapsi saattoi joutua kärsimään tukistamisesta, luunapeista, ravistelusta ja potkimisesta. Kuten parisuhteessakin, myös vanhemmista miehet ovat useammin narsistisia kuin äidit. Kuitenkin naisista äideissä on selvästi enemmän narsisteja kuin parisuhteissa. (Välipakka 2009, 109; Salo 2011, 133.)

Välipakan(2009) kirjan uhrien kertomien tapausten perusteella isä- (ja äiti) -puolet ovat myös usein narsistisia puolisoitensa entisen liittojen lapsia kohtaan. Omia lapsia he suosivat kun taas entisten liittojen lapset joutuvat usein kärsimään syrjimisestä, mitätöinnistä ja muista henkisistä pahoinpitelyistä sekä joissain tapauksissa myös fyysisestä pahoinpitelystä. Erään uhrin kertomuksen mukaan hän ei ollut päässyt mukaan lomamatkalle yhdessä muun perheen kanssa, koska hänen isäpuolensa mielestä oli hänen biologisen isänsä vuoro viedä häntä ulkomaille.

Lapseen kohdistuva fyysinen väkivalta on usein luunapin antamista, tönimistä, piiskan antamista, potkimista ja ravistelua. Toisinaan fyysinen väkivalta saattaa olla todella rajuakin, mutta se on todella vaikeaa selvittää, sillä usein tapahtumilla ei ole ulkopuolisia silminnäkijöitä. Lisäksi lapsi on yleensä todella lojaali vanhemmilleen, eikä paljasta pahoinpitelyä tapahtuneeksi. (Salo 2011, 132-133.)

4.2.2 Kulissit ja mitättömyyden tunne

Narsistisen vanhemman kanssa elävät lapset joutuvat salailemaan asioita muilta kuten parisuhteessa elävätkin. Vanhemmat saattavat kieltää lasta kertomasta perheessä tapahtuvista asioista kenellekään kulissien säilyttämiseksi. Lisäksi lapsen häpeä saattaa kasvaa niin suureksi, ettei hän kykene puhumaan siitä kenellekään. Usein lapsi saattaa joutua ottamaan vastuuta myös koko talouden hoidosta vanhempansa välinpitämättömyyden tai alkoholiongelman takia, joka tuottaa lapselle tarpeetonta stressiä. Koko lapsen minäkuva saattaa vääristyä. (Välipakka 2009, 128, 136-139.)

Narsistinen vanhempi syyllistää lastaan kuuntelemisen sijaan. Hän myös saattaa tuputtaa lapselleen omia mielipiteitään ja lapsen omat näkemykset ja halut lyttää. (Roos 2007, 66.)

Lapselle saattaa kehittyä pelon ja epävarmuuden myötä muistiongelmia, uniongelmia, masennusta, ikätason taantumusta sekä tarpeettomia syyllisyyden tunteita ja aggressioita. (Välipakka 2009, 128, 136-139.)

Useassa tapauksessa lapsuudessa koettu väärinkohtelu todettiin vasta siinä vaiheessa, kun uhri oli ajautunut parisuhteeseen narsistin kanssa. Uhrien kertomusten perusteella he myös ajautuivat helposti sellaisiin parisuhteisiin, joissa toinen osapuoli oli narsisti, koska olivat tottuneet nöyrytykseen, myötäilemään ja uskomaan rakkauden auttavan toisen ihmisen muuttumiseen. (Välipakka 2009, 137.)

4.2.3 Lapsen kohdistuva seksuaalinen väkivalta

Joissain tapauksissa narsistin lapsi/lapsipuoli joutuu myös seksuaalisen väkivallan uhriksi. Tällaisia tapauksia on erittäin vaikeaa lähteä tutkimaan ja asia on melko arkaluontoinen myös ammattilaisten keskuudessa. Usein toinen vanhempi on saattanut epäillä jo pidemmän aikaa narsistin käyttäytyvän väärin lasta kohtaan, mutta ei ole uskaltanut puuttua asiaan tai viedä tätä eteenpäin, koska narsisti osaa pitää koko perhettä niin lujasti omassa vallassaan. (Välipakka 2009, 127, 134; Salo 2011, 144-145.)

Narsistinen vanhempi saattaa kohdistaa seksuaalisuutensa niin omiin kuin puolisonsakin lapsiin. Hyväksikäyttö saattaa mennä esimerkiksi oman sukupuolielimensä katsomiseen pakottamisesta aina seksuaalisiin tekoihin asti. (Salo 2011, 145-146.) Tässäkin tapauksessa asiassa huolestuttavaa on myös se, että lapsi ei välttämättä uskalla puhua kenellekään tapahtuneesta ja tapahtumat saattavat jatkua pitkään.

4.2.4 Lapsi kärsii huoltajuuskiistoissa

Salon(2009, 147) mukaan vanhemman narsistinen käytös voi aiheuttaa vaikeuksia esimerkiksi lapsen koulumenestykseen. Lapsi voi joutua erityiskouluun tai erityisluokalle, vaikka hänen edellytyksensä olisivat hyvät keskivertokouluunkin. Salon

mielestä Suomalainen oikeusjärjestelmä suosii enemmän etävanhempaa (vanhempaa, jonka luona lapsi on esimerkiksi viikonloput) kuin lasta. Lapsi saatetaan antaa narsistiselle etävanhemmalle ilman, että tiedetään lapsen olevan varmasti turvassa.

Mansneruksen mukaan (2014) narsistilla on kyvyttömyyttä tuntea puolisoaan ja lapsiaan irrallisiksi itsestään ja omiksi yksilöikseen. Narsisti tuntee perheensä tavallaan omaksi jatkeekseen, joten hänen on vaikeaa ymmärtää huoltajuuskiistoissa sitä, että hänen lapsensa on oma yksilönsä, jolla on omat mielipiteet, halut ja tunteet.

5 NARSISTI SOSIAALITYÖN ASIAKKAANA

Narsistisen asiakkaan kanssa työskentely ammattilaisena voi osoittautua todella haasteelliseksi monien erilaisten asioiden johdosta. Tässä osiossa pyrin selvittämään, mitä näkemyksiä ammattilaisilla on narsistisesta persoonallisuushäiriöstä. Ammattilaisella tarkoitan tässä yhteydessä asianajajia ja sosiaalityöntekijöitä. Tarkoituksena on selvittää, pystyykö narsismia tunnistamaan työntekijän näkökulmasta ja millaisia tapauksia pahimmillaan voi tulla vastaan narsistin kanssa työskennellessä.

5.1 Aiemmat tutkimukset

Aiempia tutkimuksia aiheeseen liittyen on mm. Juurakko, H. & Harvia, H. Narsisti ja narsistin uhri: uhrien tunnistaminen terveydenhuollossa. 2014, Turunen, M & Pekkanen, K. Narsistin uhrin tunnistaminen terveydenhuollon toimipaikoilla: narsistien uhrien kokemuksia terveydenhuollosta. 2013, Sipilä, S. Narsistin uhrin ominaisuuksista, tuntemuksista ja selviytymiskeinoista parisuhteessa. 2009 sekä Ruokola, J. Hurmaavaa narsistia on vaikea vastustaa. 2014. Narsistien uhrien tunnistaminen terveydenhuollossa menee jo melko läheltä omaa aihettani, mutta itse tarkastelen itse narsistin tunnistamista ja enemmänkin sosiaalihuollon näkökulmasta.

Harvian ja Juurakon (2014) opinnäytetyö keskittyi narsismin tunnistamiseen uhrin näkökulmasta ja se painoittui enemmänkin terveydenhuoltoon. Johtopäätökseksi tässä opinnäytetyössä tuli, että uhrien tunnistaminen on edelleen erittäin vaikeaa ja terveydenhuollon työntekijöiden tulisi saada lisää tietoa niin itse narsistisesta persoonallisuushäiriöstä kuin myös uhrin oireista. Opinnäytetyössä annettiin lisäksi jatkotutkimusehdotukseksi enemmän tietoa lapsen näkökulmasta, kun vanhempi on narsisti.

Voisin sanoa, että oma opinnäytetyöni tarkastelee myös juuri tätä äsken mainittua lapsen näkökulmaa, joka laajentaa tietoa narsistisesta persoonallisuushäiriöstä ja sen ulottuvuuksista. Juuri lapsen näkökulma tuo lisää tietoa niin terveydenhuoltoon kuin sosiaaliallekin narsismista. Terveys- ja sosiaaliala kulkevat

monelta osin rinta rinnan, joten on mielestäni hyödyllistä tutkia aihetta molemmista näkökulmista käsin.

5.2 Ongelmana ajan riittämättömyys ja kokemattomuus

Monissa tapauksissa narsistin kanssa tekemisiin joutuminen tapahtuu ammattilaisena silloin, kun narsisti on asiakkaana erilaisissa oikeudenkäynneissä kuten lähestymiskielloissa tai huoltajuuskiistoissa. Huoltajuuskiistat ovat hyviä esimerkkejä siitä, kun sosiaalityökin osallistuu narsistin kanssa työskentelyyn. Sosiaalihuollossa on tänä päivänä ongelmana työvoiman puute, jolloin jokaiseen tapaukseen on melkein mahdotonta perehtyä kunnolla, koska aikaa ei yksinkertaisesti ole. Lisäksi asiakassuhteita siirretään helposti työntekijältä toiselle, sillä sijaisia on paljon. (Salo 2011, 20.)

Salon (2011, 21) mukaan melkein kaikissa olosuhdeselvityksissä on toisena allekirjoittajana sijaisena toimiva sosiaalityöntekijä. Melko kokemattomat ja vastavalmistuneet nuoret laitetaan Salon mukaan monissa kunnissa päättämään asioista, joihin heidän kokemuksensa ja asiantuntemuksensa eivät yksinkertaisesti riitä. Saloa huolestuttaa myös se, että monien paikkakuntien viranomaisille tuntuu riittävän vain asioiden muodon vuoksi selvittely eikä selvitykset ole ollenkaan niin laajoja kuin niiden pitäisi olla ja esimerkiksi persoonallisuushäiriöiden ja luonteenominaisuuksien pohtiminen huoltajuuskiistoissa jätetään paljastamatta.

5.3 Narsistinen käytös ja asiakkuus

Narsistiselle on olennaista ajatella, että tavalliset normit ja laki eivät kosketa häntä. Hän ajattelee olevansa sellaisten asioiden yläpuolella ja kokee ansaitsevansa parempaa kohtelua kuin muut. Kuitenkin narsistin mielestä muiden tulee ehdottomasti noudattaa erilaisia sääntöjä ja lakia ja hän saattaakin laatia erilaisia sopimuksia ja sääntöjä, joita hän ei kuitenkaan itse noudata ollenkaan. (Salo 2011, 265.)

Työskentely ammattilaisena narsistin ollessa asiakkaana ongelmia voi syntyä melko nopeasti. Narsistilla on usein erilainen totuuskäsitys kuin niin sanottu tavallinen käsitys. Suurin osa narsisteista saattaa kääntää totuuden täysin päinvastaiseksi ja itselleen parhaaksi ilman minkäänlaisia syyllisyyden tuntemuksia. Narsisti myös keksii selityksiä ja tarinoita helposti tuekseen ja alkaa hiljalleen uskoa niihin itsekin. Narsistin tukena on usein myös niitä ihmisiä, jotka hän on saanut omaan hallintaansa ja jotka tukevat sokeasti hänen tarinoitaan. Lopulta totuus on vaihtunut aivan erilaiseksi kuin alkuperäinen tilanne on ollut. (Salo 2011, 266.)

Narsistin käytöksessä petollista on myös se, että ulkopuolisen silmistä katsottuna hänen käytöksensä näyttää usein hyvältä ja oikeutetulta. Joidenkin narsistien käytös saattaa kuitenkin mennä jo ylimalkaiseksi äänekkyydeksi, mielistelyksi ja tuntemattomienkin pitäminen kavereina heti kättelyssä. Tämä voi tuntua kummalliselta ulkopuolisen mielestä. (Salo 2009, 22.) Tämä voi mielestäni näyttäytyä sosiaalityön kentällä esimerkiksi siten, että narsisti onnistuu saamaan työntekijän puolelleen ennen kuin työntekijä on tehnyt vielä minkään laista tarkempaa tilannekatsausta perheen tilanteesta.

Esimerkiksi huoltajuuskiistoissa narsisti saattaa saada lapsen itselleen keksimällä erilaisia tarinoita toisesta huoltajasta ja esittää itse uhria joka asiassa. Narsisti ei kykene tuntemaan syyllisyyttä valehtelusta ja koska hän on niin uskottava, ammattilainen saattaa uskoa häntä ja päättää lapsien huoltajuuden hänelle. Narsistille tärkeintä on voitto, eikä hän kykene ajattelemaan muuta. (Salo 2011, 266.)

Usein uhri on riitatilanteissa ja huoltajuuskiistoissa niin romahtaneessa tilassa, että hänen on vaikeaa pitää puoliensa. Uhri saattaa vaikuttaa ammattilaisen näkökulmasta jopa mielenterveysongelmaiselta kun vastassa on terveeltä ja vastuulliselta näyttävä narsisti, joka osaa manipuloida ja näytellä joka käänteessä. Tämänkaltaisessa tilanteessa ammattilainen saattaa tehdä asiakkaiden elämän kannalta todella huonojakin päätöksiä.

Narsisti on mestari peittämään jälkensä. Kun ammattilainen lähtee pohtimaan sitä, kummalle esimerkiksi huoltajuuskiistassa lapset olisi parempi antaa, hän ei

välttämättä löydä pienintäkään vikaa narsistista. Narsistilla on kyky suunnitella ja toteuttaa kaikki niin tarkasti, ettei hänen virheistään tai pahoista teoistaan jää minkäänlaista jälkeä. Jos jotakin kuitenkin häntä vastaan sattuu löytymään, narsisti keksii helposti erilaisia selityksiä, jotka ovat hänen edukseen. Lisäksi narsisti osaa uskottavasti selittää toisesta riidan osapuolesta sellaisiakin asioita, jotka eivät välttämättä ole edes totta ja uhrin on vaikeaa puolustautua häntä vastaan.

6 TUTKIMUSMENETELMÄ JA HAASTATTELUT

Käytin tutkimuksessani menetelmänä laadullista eli kvalitatiivista tutkimusta. Aineiston keräsin syvähaastattelulla, jossa on kuitenkin mukana tarkempiakin kysymyksiä tukemassa haastattelun etenemistä oikeaan suuntaan. Mielestäni laadullinen tutkimus oli oikea valinta opinnäytetyötäni varten, koska tutkinnan kohteena ovat henkilöiden omat kokemukset. Syvähaastattelu oli mielestäni oikea valinta haastattelumenetelmäksi, sillä haastatteluissa käydään läpi haastateltavien elämää, kokemuksia ja tunteita syvällisesti ja haastatteluissa oli asioita myös kysymysten ulkopuolelta, jotta kokonaiskuva ja vastaukset saatiin varmemmin esille. Lisäksi haastattelut olivat enemmän keskustelua aiheesta kuin tarkasti kysymyksiin vastailua.

6.1 Laadullinen tutkimus

Laadullinen tutkimus tulee yleensä kyseeseen silloin, kun tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä selittäviä teorioita ei ole eli kun ilmiötä ei tunneta. Kvalitatiivinen tutkimus sopii parhaiten tilanteisiin, jossa halutaan saada ilmiöstä syvällinen näkemys, halutaan saada hyvä kuvaus ilmiöstä sekä luodaan uusia teorioita ja hypoteeseja. (Kananen 2014, 17.)

Määrällinen tutkimus perustuu lukuihin kun taas laadullisessa tutkimuksessa käytetään sanoja ja lauseita. Laadullinen tutkimus tutkii yksittäistä tapausta ja määrällinen taas tapausten joukkoa. Laadullinen tutkimus on usein kuvailevaa ja tutkija on kiinnostunut merkityksistä, ilmiön ymmärtämisestä ja prosesseista. Laadullisessa menetelmässä tutkimusmenetelmät vaikuttavat saatuihin tuloksiin. Tiedon keruun ja analysoinnin päätekijä on tutkija itse. (Kananen 2014, 18-20.)

Tutkimusaineistoa voidaan käsitellä erilaisilla analyysimenetelmillä, joiden avulla voidaan saada vastaukset tutkimuskysymyksiin. Tutkija valitsee tietolähteet ja tiedonkeruumenetelmät, joiden avulla tutkimuskysymyksiin saadaan vastauksia. Tutkijan täytyy myös perehtyä kirjallisuuteen aiheesta sekä selvittää aiemmat aiheesta kirjoitetut asiat sekä aiemmat tutkimukset kyseisestä aiheesta. (Kananen 2014, 42-43.)

6.2 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Jokainen tutkija on vastuussa oman työnsä eettisyydestä. Etiikan peruskysymyksiin liittyy kysymykset hyvästä ja pahasta sekä oikeasta ja väärästä. Eettisesti hyvän tutkimuksen lähtökohtana on ihmisarvon kunnioittaminen. (Hirsjärvi ym. 2007, 23- 25.) Kankkusen & Vehviläisen-Julkusen (2013, 212- 219.) mukaan tutkijan täytyy myös pyrkiä kaikkien haittojen ja epämukavuuksien minimointiin. Tutkimukseen osallistuvalla saattaa aiheutua negatiivisia tunteita. Tutkijan täytyy jo suunnitelmavaiheessa pohtia mahdollisia haastateltavalle aiheutuvia haittoja ja arvioida, onko tutkittavien henkilökohtaisia tietoja tarpeellista kysyä. Lähtökohtana tutkimuksessa on tutkittavan itsemääräämisoikeus ja tutkimuksen on oltava tutkittavalle vapaaehtoista. Tutkittavalla on mahdollisuus myös kieltäytyä tutkimuksesta ja tutkittavan täytyy tietää, millainen tutkimuksen luonne on.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa luotettavuuskriteereinä ovat siirrettävyys ja uskotavuus. Tulokset täytyy kuvata selkeästi ja lukijan täytyy ymmärtää tutkimuksen sisältö ja se, kuinka analyysi on tehty. Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuuteen sisältyy tutkimuksen tarkoitus, tulkinta, analyysi, saatu tieto, otoksen valinta sekä eettinen näkökulma. (Kankkunen & Vehviläinen- Julkunen 2013, 160- 161.)

Itse olen pitänyt omassa opinnäytetyössäni eettisyyttä erittäin tärkeänä. Jokaisen tutkittavan henkilöllisyydet pidetään salassa ja heidän itsemääräämisoikeuttaan on kunnioitettu. Pari alkuperäistä haastateltavaani perääntyi viime hetkellä negatiivisten tunteidensa takia ja kunnioitin heidän päätöksiään jäädä pois opinnäytetyöstäni. Jokainen haastateltavani on tiennyt alusta alkaen, mihin he ovat lähteneet ja he ovat tienneet tutkimukseni aiheen ja taustat.

6.3 Haastateltavat

Pidän opinnäytetyöni haastateltavat anonyymeinä, jotta heidän henkilöllisyytensä pysyisi salassa. Kenenkään nimitietoja ei paljasteta, vaan käytän nimien sijaan sanoja Kumppani 1, Kumppani 2, Lapsi 1, Ammatilainen jne. Haastateltavien iät ovat suurpiisteisiä, jotta haastateltavat eivät ole niin helposti tunnistettavissa. Lis-

taan haastateltavat tähän, jotta heidän kokemustensa käyttäminen tapausten kerronnassa olisi helpompaa.

Sain haastateltavani kyselemällä tutuiltani, tuntisivatko he ketään narsistin uhreja. Haastateltavani koostuvat lähinnä siis tuttujeni tutuista. Osa haastateltavistani halusi pysyä minullekin anonyymeinä, joten haastattelu saatettiin suorittaa sähköpostiviestien avulla. Nämä haastateltavat kirjoittivat koko tarinansa kuten parhaaksi näkivät ja jos halusin joihinkin asioihin lisää tietoa, laitoin tarkentavaa viestiä heille. Osa haastateltavista taas kertoi tarinansa kasvotusten. Nämä haastattelut yleensä nauhoitin ja litteroin, paitsi yhden tapauksessa kirjoitin vastauksia suoraan, sillä häntä ahdisti ajatus haastattelun nauhoittamisesta.

Alempana kerron hieman haastateltavien taustoista, jotta kokonaiskuva olisi selkeämpi.

- **K1:** Nainen, n. 60-vuotias. Ollut naimisissa narsistisen miehen kanssa 20 vuotta.
- **K2:** Nainen, n. 25-vuotias. Ollut parisuhteessa narsistisen miehen kanssa 3 vuotta.
- **K3:** Nainen, n. 25-vuotias. Ollut parisuhteessa narsistisen miehen kanssa vuoden.
- **K4:** Nainen, n. 30-vuotias. Ollut parisuhteessa narsistisen naisen kanssa.
- **L1:** Nainen, n. 20-vuotias. Hänen isänsä on/oli narsistinen.
- **L2:** Nainen, n. 35-vuotias. Hänen äitinsä on/oli narsistinen.
- **L3:** Nainen, n. 40-vuotias. Hänen äitinsä on/oli narsistinen.
- **A:** Nainen, toimii työntekijänä narsistien uhrien tuki ry:ssä.

6.4 Ammatilaisen haastattelu

A on työskennellyt kaksi vuotta Narsistien uhrien tuki ry:ssä vertaistukikoordinaattorina ja hän opiskelee myös itse sosionomiksi. Hänen työnkuvaansa kuuluu vapaaehtoistyön koordinoitua, johon sisältyy mm. puhelinpäivystyksen koordinoitua, vapaaehtoisten työntekijöiden koulutusta, vertaistukiryhmien asioiden hoitamista sekä uusien vapaaehtoisten rekrytoitua. Hän lähti mukaan tähän työhön auttaakseen muita, sillä hänellä on myös itsellään omia kokemuksia narsistisesta läheisestä. Hänen haastattelunsa suoritin sähköpostitse välimatkan vuoksi.

A:han otetaan yhteyttä monissa erilaisissa tilanteissa, mutta suurin osa yhteydenottoista tulee parisuhdehaasteissa olevilta henkilöiltä. Haastavimpia ovat hänen mielestään erotilanteet, joissa huoltajuuskiistat ovat pahimmillaan venyneet jopa vuosien mittaisiksi. Muita yhteydenottoja ovat mm. työpaikkakiusaamistilanteet, naapurusriidat, narsistinen oma vanhempi tai huoli jostain kaukaisesta sukulaisesta, joka elää narsistisen henkilön kanssa.

7 TUTKIMUSTULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Haastattelin opinnäytetyöhöni yhteensä 8 henkilöä. 3 heistä oli kärsinyt lapsuudessaan narsistisesta vanhemmasta, neljän heistä kumppani oli narsisti ja viimeinen haastateltavani toimii ammattilaisena narsistin uhrien kanssa. Erittelen tähän osioon haastatteluissa selvinneet tulokset ja niiden vastaukset tutkimuskysymyksiini.

7.1 Mitkä ovat narsismin keskeisimmät piirteet?

Haastattelujen perusteella narsismin piirteet on jaettavissa kahteen eri osioon: tapaamishetken piirteisiin (tai kulissipiirteisiin) ja niihin piirteisiin, joita narsisti käyttää kun kulissit hajoavat.

7.1.1 Tapaamishetken huumaa ja kulissien pitoa

Jo aloittaessani haastattelut, olin melko varma siitä, että haastateltaviltani saamani tiedot tulisivat tukemaan aika paljon teoreettista osuutta. Hämmästyin kuitenkin siitä, miten paljon ne loppujen lopuksi täydensivät toisiaan. Lisäksi narsistin uhreilla oli todella paljon samankaltaisia kokemuksia ja heidän tarinansa menivät melko lailla saman kaavan mukaan.

Keskeisimmiksi piirteiksi suhteen alussa ilmeni todella hurmaava käytös ja ihailu uhria kohtaan, romanttisuus sekä karismaattisuus. Lisäksi suhde eteni suurimmalla osalla haastateltavista todella nopeasti ja yhteen muutto ja parisuhteen aloittaminen tulivat vastaan melkein heti tapaamisen jälkeen. Tämä kaava oli huomattavissa myös teoriaosuudessa.

Tutustuimme seurakunnan nuorten leirillä. Olin tuolloin 16 ja hän 15 vuotias. Leiri kesti viikonlopun ajan, ja siitä kahden viikon päästä aloimme jo seurustella. Suhteemme eteni siis nopeasti. Ihastuin häneen, koska hän oli hyvin sosiaalinen, vitsikäs ja karismaattinen. Hän osasi monenlaisia taitoja, ja sai paljon ihailua toisilta. Hän vaikutti hyvin itsevarmalta ja turvalliselta. Alussa hän tuntuikin olevan juuri kaikkea sitä, mistä olin aina haaveillut. Sain kuulla häneltä asioita, joita

olin koko elämäni toivonut kuulevani: minä olin maailmassa kaikista ihanin ja kaunein ja tärkein, jotain aivan ainutlaatuista ja hän rakastaisi minua ikuisesti. Hän antoi minulle paljon huomiota, ja jaksoi kuunnella pitkiä tarinoita elämästäni ja ajatuksistani. Hän osti kukkia, halaili ja suukotteli paljon. Hän todella halusi osoittaa minulle ja muille rakkautensa minuun. Kaikki sanoivat aina, että olimme ihana pari, ja monet olivat vähän kateellisiäkin täydellisestä poikaystävästäni. (K2.)

Sit myös semmone kiltin ja tunteellisen oloinen jotenki, et itelle tuli sellanen tunne et olin jotenki tehny vaikutuksen. Et tuli itelle sillain hyvä fiilis siitä ihmisestä. (K4.)

Se niinku sillai et tuntu niinku et se ois tienny musta tosi paljon ja osas kohella mua just sillai oikei. (K3.)

Yhteyttä teoriaosuuteen löytyi myös narsistien menneisyydessä: Haastateltavan mukaan hänen kumppaninsa isä oli aikoinaan ollut todella kylmä ja etäinen tätä kohtaan. Eräs haastateltava huomasi kumppanistaan heti alussa suuruudenhulluutta.

Sillä (kumppanilla) oli menny välit poikki isänsä kanssa ja äiti asu toisella puolella suomee ja ei ollu oikeestaa sisaruksia. Ennenku sen vanhemmat eros ni sen isä oli tosi sellane ettei ollu mitää lämpimiä tunteita ja aina sai pelätä huutoa ja riitoja sen äitin kanssa. (K4.)

Uhrit, joiden toinen vanhemmista on/oli narsisti kertoivat kulissielämän olevan erilaista kuin mitä todellisuus oikeasti oli. Ulospäin perhe näytti todella hyvinvoivalta ja onnelliselta. Lisäksi kaikki ”lapsihaastateltavat” kertoivat, että tarjoilu esimerkiksi juhlissa oli narsistivanhemmalle aina näytön paikka. Eräs haastateltava kertoi, että hänen isänsä halusi järjestää aina juhlia ja nautti siitä, kun muut kehuivat hänen ruoanlaittotaitoaan. Kaksi muuta haastateltavaa puolestaan muistelevat heidän äitiensä ylistävän juhlissa heidän tekemiään ruokia kovaan ääneen vieraiden kuullen.

7.1.2 Kulissien takana

Yksi haastateltavista muistaa ensimmäisen hälytysmerkin ennen häitä: hänen tuleva miehensä oli kilahtanut totaalaisesti jostakin aivan pienestä asiasta. Ei ollut

ollenkaan hänen tapaistaan käyttäytyä niin. Jopa häät meinasivat peruuntua kyseisen asian vuoksi, mutta lopulta hän ajatteli, että ei tällainen varmaan tulisi toistumaan. Myös toinen haastateltava koki vastaavanlaisen hälytysmerkin: Hän oli unohtanut siivota yhteisen asunnon lähtiessään työhaastatteluun, josta hänen kumppaninsa olikin suuttunut yllättäen todella paljon.

Kokemukset kumppanin muutoksista suhteen alun jälkeen oli nähtävissä niin teoriaosuudessa, kuin haastatteluissakin. Vaikka kokemukset ja tapahtumat olivat jokaisella hieman erilaiset, on sama kaava huomattavissa niin teoriaosuudessa kuin haastattelemini henkilöiden elämässäkin.

Se sit suuttu siitä tosi paljo ja mä niinkö yllätyin siitä hirveesti ku hän ei ollu ikinä ennen käyttäytyä sillai. Hän sit pyyteli myöhemmin anteeks tosi tosi paljon ja jotenki unohinki koko jutun sit vähäks aikaa ku se toi sit kukkiaki ja kaikkee. (K4.)

Ns alkuhuuman jälkeen se lakkasi puhumasta tunteistaan ja muuttui etäisemmäksi ja negatiiviseksi. Mietin oliko mussa jotain vikaa ja syytä hänen muuttuneelle käytökselle ja asenteelle. (K3.)

Yksi haastateltavista joutui kärsimään suhteensa aikana myös seksuaalisesta väkivallasta. Hänen kumppaninsa kiristi häntä harrastamaan seksiä kanssaan.

Hän alkoi painostaa minua seksiin. Esimerkiksi kerran hän vaati seksiä, koska oli maksanut 15 euron yhteiset ostoksemme. Suostuin sellaisiin seksuaalisiin tekoihin, joita en olisi halunnut tehdä, kerran jopa yhdyntään. (K2.)

”Lapsiuhrien” näkökulmasta löytyi myös samantyyllisiä piirteitä kulissien takaa. Yksi haastateltava muistaa isänsä mielialojen vaihtelevan suuresti ja aina tuli käyttäytyä sen mukaan, millä mielellä isä sattui olemaan. Vanhemmasta tuli usein äkkipikainen, arvaamaton ja stressaantuneen oloinen, josta ei voinut ikinä tietää, uskalsiko hänelle puhua vai ei.

7.2 Mitä yhteisiä tekijöitä narsistin uhrin joutuvat kokemaan ja voiko heidän mielestään narsismista parantua?

Henkinen (ja joillakin myös fyysinen) väkivalta on ollut osana haastateltavien melkein jokapäiväistä elämää. Henkistä väkivaltaa uhreja kohtaan käytettiin mm. mököttämisen, huutamisen, kiristämisen, syyttelyn ja mitätöinnin keinoin. Erittelen vielä ”lapsiuhrien” ja parisuhteessa elävien kokemuksia erilleen. Myös tässä osiossa on huomattavissa paljon yhtäläisyyksiä teoriaosuuteen. Kumppanin vainoharhainen käytös ja henkinen väkivalta ovat hyvin tuttuja monille.

7.2.1 Mököttämistä ja vainoharhaisuutta

Parisuhteessa narsistisen henkilön kanssa olleet kokivat henkisenä väkivaltana mm. mököttämistä, syyttelyä, mitätöintiä, ”kyttämistä” sekä alistamista.

Hänestä tuli niin mustasukkainen, että epäili suhdettani mm. parhaaseen ystäväni, miesopettajini ja serkkuuni. Koulussa en voinut viettää edes välitunteja muiden kanssa, koska muuten hän suuttui tai masentui. Hän saneli, mitä sain tuntea, ajatella tai puhua, jopa ilmeeni olivat usein vääriä. Hän syytti minua jatkuvasti ongelmistaan ja vastoinkäymisistään, joten lopulta aloin itsekkin uskoa vian olevan aina minussa. Kun sain häneltä lahjan, josta olin todella iloinen, hän suuttui, koska lahja oli niin ihana, että minun olisi pitänyt ainakin itkeä liikutuksesta. (K2.)

Mököttäminen ja mykkäkoulu olivat henkistä väkivaltaa ja mun mielestä myös semmonen tunnekylläisyys ja suoranainen välinpitämättömyys, kunnioituksen ja arvostuksen puute. (K3.)

Hän ei varsinaisesti lyönyt eikä töninyt eikä sillee tullut mun päälle, mut välillä hän saattoi seistä mun tiel tai tulla hyvin uhkaavasti kohti. Että mä niinku pelkäsin todella että nyt sattuu. (K4.)

Aina jos lähdin ulos vaikkapa kävelyille niin mieheni laittoi lapseni mukaani siltä varalta, jos vaikka alkaisin jutella muiden miesten kanssa. Lisäksi hän kysyi sitten tyttäreiltäni olinko jutellut matkallamme vieraille. (K1.)

Tuttua haastateltaville oli myös se, kuinka kumppani osasi kääntää kaiken tekemänsä lopulta siten, että haastateltava itse uskoi olevansa lopulta syyppää.

Sehän ei tykänny yhtään välillä jos otin puheeks tota sen käytöstä, tai muuten huomauttaa jostain, niin sit saatto mököttää usein ja sit joskus oli mykkäkouluaki. Yritin olla välittämättä, enkä ite provosoitua, mut usein se meni niin et sit ite yritin sitä lepytellä ja pahotella tilannetta. (K3.)

Hän saattoi mököttää jostain niinku tietystä jutusta tai jostai mitä olin sanonut sille. Sit hän niinku usein vääristeli mun puheita ja syytti mua ettemmä tue häntä ja ettemmä rakasta häntä tarpeeks ja sillai. (K4)

7.2.2 Kiristystä ja luunappeja

Narsistivanhemman uhrin näkökulmasta henkinen väkivalta oli suurimmaksi osaksi kiristämistä, lahjomista ja mitätöintiä. Kaksi lapsiuhria kertoivat, että heitä uhkailtiin kotiarestilla jokaisesta asiasta ja kotiarestin uhalla heitä pakotettiin jatkuvasti tekemään esimerkiksi erilaisia kotitaloustöitä. Yksi haastateltava taas kertoi isänsä mitätöivän hänen suorituksiaan ja vertasi häntä vanhempiin sisaruksiinsa aina, kun hän teki jotain väärin.

Ei Elina ja Jaakko (keksityt nimet) koskaan tehneet noin. Elina ja Jaakko olivat paljon kiltimpiä kuin sinä. (L1)

Aina piti tehdä kotitöitä ja aina niitä teki kuitenkin väärin ja sai kuulla huu-too. (L2)

Aina piti toimii sillai niinku sillai että yritti sitä miellyttää tavallaa niinku sen ehdoilla, et jotenki se ilmapiiri kotona oli aina sellane ei nii hyvä. (L3)

Hirveesti semmosta syyllistämistä ihan älyttömästi kaikista asioista. Tosi moni asia oli niinku mun vika varsinki siitä että jos vähänki teki jotai ja hänelle tuli siitä paha mieli nii sitte se saatto sanoo niinku et (sarkastisesti) ”voi kiitos, kiitos oikeesti et sä teit tälle et tulipa nyt hyvä mieli. (L1)

Välillä tuntu niinku siltä et pyyti anteeks niinku omaa olemassaoloaan-ki. (L1)

Fyysistä väkivaltaakin oli haastateltavien lapsuudessa. Eräs haastateltava muistaa saaneensa aikanaan remmistäkin, mutta muuten kaikilla sisältyi fyysiseen väkivaltaan mm. tukkapölyjä ja luunappeja. Toinen haastateltava muistaa isänsä myös lyöneen häntä ainakin kerran hänen ollessaan pieni.

Mä sain tukkapölyä, mä sain risua, mä sain remmiä mutta ikinä en itkeny sen eessä. Muutaman kerran ku itkin nii mä sain vaan lisää selkääni. Jommassakummassa poskessa on vieläki sellane punane täplä ku siihe tuli halko. (L2)

Me oltii jollai perhetuilla kylässä ku mä olin jotai kaheksa tai yheksä vuotta ja niillä tutuillaki oli lapsia. Ne oli ehkä öö kaks vuotiaita ne lapset ja mä oon aina tykänny hirveesti niinku lapsista ja mä sit niinku jotenki kannoin niitä ja näi vaikka mä en kai ois niinku saanu kantaa ja mä en tiiä sanottiinko mulle siitä asiasta tai niinku jotai. Joo niitte vanhemmat tais sit sanoo mulle siitä asiasta jotai ja sitte iskää ehkä niinku haittas se mun käytös tai jotenki ja sit mä luulin et se asia oli ihan ok, mutta sitte ku me mentii autoo ku lähettiin sieltä pois ni se suuttu siitä jotenki iha kauheesti. Mun mielestä mä istuin niinku siellä takapenkillä ja sitte se mun mielestä niinku tavallaa otti mua niinku takista niinku kiinni ja vähä siinä sitte huuti ja ku päästii kotipihaa ja noustii autosta nii sit se niinku otti kiinni ja niinku löi. (L1)

L1 myös kertoi, että hänen isänsä sanoi moneen kertaan aina tapahtumien jälkeen, ettei toiselle vanhemmalle saisi kertoa mitään tapahtuneista.

No se sano mulle ettei saa kertoa äitille tai siskolle tai kellekää niinku se aina yleensä sano noi noissa tilanteissa. (L1)

Vanhempien keskinäiset välit uhrien lapsuudessa olivat huonot. Myös toinen vanhemmista sai kärsiä arjessa mm. henkisestä väkivallasta.

Aina ku iskä lähti yövuoroon töihin nii tuli jotenki sillai vapaampi ilma- piiri ku jäätii äitin kaa sit kahestaa kotii. (L1)

Semmosen tilanteen mä muistan et oli uus vuos ja oltii äitin kanssa käyty kaupassa ja meiän piti ostaa iskälle nakke ja sit oltiinki ostettu iskän mielestä liian vähä niitä nakkeja ja sit siitä nakkipaketista tuli siis ihan järkyttävän hirveä riita ja meiän äiti meni jotenki niinku siitä sitte ihan lukkoon koska meiän iskä sitte kohdisti sen sitte äitiin ja en enää muista mitä kaikkee iskä sit sille sano mut sit äitille tuli sellane oli et se halus niinku pois siitä tilanteesta ja näi ja iskä sit esti meiä äitiä lähtemästä ulos vaikka äiti ois halunnu. Ei se niinku lyöny tai mitään mut se

piti jotenki kiinni ja meni oven etee et se ei niinku päässy lähtemää ulos. (L1)

Kaikkien lapsiuhrien narsistivanhemmat myös puhuivat paljon pahaa toisesta vanhemmasta lapsilleen ja saattoivat jopa keksiä erilaisia valheita toisesta vanhemmasta, jotta saisivat lapsen omalle puolelleen.

Äiti aina sano et isän puolen suku hyljeksii meitä. (L2)

Mun iskä puhuu mulle aina äitistä tosi paljon pahaa ja se niinku sai mulle aina sellasen olon et se on niinku hyvä jos mä sain äitille huonon olon tai jos mä olin sille ilkee. Se ei ikinä puhunu mulle äitistä sillai arvostavasti. Ei ikinä. (L1)

Samallailla se käyttäyty isääki kohtaa ku meitäki. Sellasta piikittelyä ja sättimistä ihan joka käänteessä. (L3)

Narsistivanhempien kasvatus on jättänyt jokaiseen haastateltavaan lapsiuhriin jonkinlaiset jäljet. Yksi heistä sanoo elävänsä melkein aina huonon itsetunnon kanssa kun taas kaksi muuta sanovat tulleen todella periksiantamattomiksi ja itsepäisiksi.

Mä silloin päätin, että jos mä teen lapsia nii mä en oo ikinä samanlainen äiti niille ku mulle on äiti ollu. (L3)

Välit omaan vanhempaansa ovat kaikilla ”lapsiuhreilla” erilaiset. Yksi lapsihaastateltavista pitää isäänsä paljonkin yhteyttä ja heidän välinsä ovat kunnossa, mutta hän joutuu silti olemaan tämän kanssa edelleen varuillaan.

Jos ismän mielestä on tehny jotain väärin, hän saattaa sanoa että Sä oot ihan samanlainen paska ku sun äitiski. (L1)

Toinen haastateltava kertoo, ettei suostu aikanaan menemään edes äitinsä hautajaisiin. He ovat yrittäneet pariin kertaan sopia välejänsä, mutta aina nämä yritykset ovat päätyneet uuteen välirikoon. Kolmas haastateltava on äitinsä kanssa tällä hetkellä väleissä, mutta kertoo sen olevan ajoittain erittäin haasteellista.

Mä en ees vaivaudu sen hautajaisiin. Sitä ei ole mulle enää olemassa. (L2)

7.2.3 ”Vika ei ollutkaan minussa!”

Kaikki haastattelemani uhrit olivat huomanneet mahdollisen narsistisen persoonallisuushäiriön mahdollisuuden läheisessään vasta paljon tapahtumien jälkikäteen. Usein asiasta oli luettu lehdestä tai muusta tietolähteestä, jonka jälkeen asiat olivat alkaneet loksahdella kohdilleen.

Sillo niinku luuli et kaikki oli niinku ite aiheutettua. Se varsinaine (narsismin) tiedostamine tuli sit nii myöhää.(L1)

En ymmärtäny viel pitkään aikaan meiä eron jälkeenkään et hänen käytös johtu narsismista. En muista tarkkaan millo mä niinku oivalsin sen, mutta luin narsismista jostain lehdestä ja se juttu oli niinku niin lähellä häne tapausta et ihan hämmästyin ja sen jälkeen mä oonki sit ettiny paljon tietoo narsismista ja tajunnu niinku asioiden laidan ja mun omat turhat kärsimykset.(L4)

Mulla on vieläki sellane Keski-Suomalaisen melkei sivun mittane juttu narsismista. Siitä on aikaa varmaa siis toistakytä vuotta. Mää luin sen ja soitin siskolle et sun täytyy lukee tää. Siis tää on vaan ja ainoastaan meidän äitistä.(L2)

7.2.4 Parantuminen on kyseenalaista

Haastateltavien näkemykset narsismin parantumisesta olivat melko yhdensuuntaiset: narsismista parantuminen nähtiin melko mahdottomana sen vuoksi, ettei henkilö itse näe omaa narsistisuuttaan ja tästä persoonallisuushäiriöstä ei voi parantua. Yhden haastateltavan mielestä asia on todella paljon henkilöstä riippuvainen. Joissakin tapauksissa narsismista on hänen mielestään mahdollista parantua, jos häiriö ei ole kovin paha ja siitä kärsivä tiedostaa sen ja haluaa apua.

Kyl mä vähä väitän ettei narsismista niin vaa parannuta, et jos se ihminen ei pysty sitä itte myöntään ja tajuaan et se on narsisti, niin hyvin vaikeeta voi olla. (K3)

Nii hyvää psykologia tai psykiatria ei maa päällään kannaa että pystys narsismin parantamaa. (L3)

Tuskin. Jos elämänsä on sellane ollu nii ei siitä nii vaa muututa. (K4)

Kysyin myös haastatteleman ammatilaisen näkökulmaa tähän asiaan ja sain sieltä mielestäni melko mielenkiintoisen ja varteenotettavan mielipiteen tähän asiaan. Narsistien uhrien tuki ry:llä on käytössä asteikko 1%-100%, jonka mukaan narsismin aste vaihtelee. 70%-80% alkaa olla tämän kaavion mukaan jo lähempänä patologista narsismia ja lähempänä 100% voidaan puhua jo psykopatiasta. Patologisesta narsismista ei ole hänen mielestään mahdollista parantua.

7.3 Onko ammattihenkilön mahdollista tunnistaa narsistista persoonallisuutta ja jos on niin miten?

A:n mielestä sosiaalialan ammattihenkilön voisi olla mahdollista tunnistaa narsistisen persoonallisuushäiriön piirteitä, mutta siihen vaaditaan ehkä omakohtaista kokemusta sekä tietoa aiheesta. Hänen mukaansa sosiaalialalla työskentelevillä on paljon asiakkaita ja sen mukana kiirettä, joten asioiden tarkempi selvittäminen jää usein tekemättä.

Narsistien uhrien tuki ry:llä on tarkoituksena tehdä jonkinlainen materiaali juuri sosiaalialan työntekijöille, joissa narsismiin liittyviä asioita ja piirteitä on valotettu. Hän ei kuitenkaan osannut vielä tarkemmin sanoa, minkälainen tämä materiaali tulee sisällöltään olemaan.

On aivan yleistä, että tietyt piirteet ja vaatimukset, toisen puolison haukkuminen ja alistaminen ovat yleisiä. Kaikki tämä tehdään tietysti salassa eikä siitä sos työntekijä välttämättä tiedä mitään. Uhri tulee yleensä sos työntekijän luokse jo valmiiksi alistettuna ja kenties täysin rikkonaisena, jolloin uhri saa siitä leiman, jossa häntä pidetään ailahtelevaisena ja sekavana. Vaikka hän on vain reagoinut voimakkaasti ylitsekävelemiseen ja suoranaiseen lyttäämiseen. Monelta uhrilta on lapset viety kokonaan. Manipulaatio perheessä ja se, että perhe on jakautunut leireihin, on merkki siitä, että joku siellä manipuloi ja aiheuttaa riitaa. (A)

A:n mielestä olisi myös ehdottoman tärkeää korostaa sosiaalialan työntekijöille, että hälytyskellojen pitäisi alkaa soimaan viimeistään siinä vaiheessa jos huoltajuuskiistassa toinen vanhemmista on sitä mieltä, että hänelle kuuluu iso osa vanhemmuudesta.

Pitäisi myös kuunnella lapsia, jotka ovat osana huoltajuuskiistassa. Tätä asiaa pitää miettiä kunnolla ajan kanssa. Jotakin pitäisi tehdä, koska näitä huoltajuuskiistoja on niin paljon Suomessa. Ja aivan liian paljon sellaisia, jossa toinen vanhempi joutuu kärsimään. (A)

7.4 Johtopäätöksiä ja jatkoehdotuksia

Johtopäätöksenä voin todeta, että narsistin ”uhreilla” on todella paljon samanlaisia kokemuksia ja usein heidän piirteensä ovat myös paljon tai osittain samanlaisia. On paljon kiistelty siitä, voiko narsisti ottaa uhrikseen kenet tahansa vai onko olemassa jokin tietty ihmistyyppi, joka on helpommin narsistin vietävissä. Itse olen tullut siihen johtopäätökseen, että kuka vain voi periaatteessa päätyä uhriksi, mutta se on paljon todennäköisempää sellaisille henkilöille, jotka ovat tottuneet olemaan aiemmin elämässään altavastaajana tai nähneet ”vääränlaista” mallia parisuhteesta omilta vanhemmiltaan.

Haastattelustani ja muuhun materiaaliin tutustuessani tulin siihen johtopäätökseen, että narsistisessa persoonallisuushäiriössä todellakin on eri tasoja. Mielestäni Narsistien uhrien tuki ry:n mittari narsismin eri tasoista on todella hyvä ja varteenotettava. Haastattelujeni perusteella en usko, että kovin monen puoliso tai vanhempi voitaisiin luokitella tuonne 70% -80% asti, mutta osa saattaisi käydä jo aika lähellä. Olen tullut haastattelujeni sekä materiaaliin tutustuessani siihen tulokseen, että tästä persoonallisuushäiriöstä ei ole mahdollista parantua, jos se on patologinen. Jos taas näitä piirteitä omaa vain tavallista enemmän ja on ns. narsistinen mutta ei kuitenkaan narsisti, parantuminen voisi jossain määrin olla mahdollista. Omat narsistiset piirteet täytyisi kuitenkin itse tiedostaa ja silloinkin ammattiauttaja olisi mielestäni tarpeellinen.

Mielestäni olisi tärkeää saada niin sosiaali- ja terveysalalle kuin myös muillekin ihmisille lisää tietoa narsistisesta persoonallisuushäiriöstä. Itse huomasin selaillessani nettiä, kuinka oikeastaan kaikki tieto liittyen narsistiseen persoonallisuushäiriöön oli joko lietsovien artikkeleiden tai erilaisten testien muodossa. Kyllä nämäkin antavat varmasti jonkinlaista tietoa kyseisestä asiasta, mutta mielestäni olisi tärkeää alleviivata se tosiasia, että jokaisessa meissä on enemmän tai vähemmän narsistisia piirteitä, mutta se ei tee meistä vielä narsisteja. Narsistisesta persoonalli-

suushäiriöstä voidaan mielestäni puhua vasta siinä vaiheessa, kun henkilö aiheuttaa pidemmän aikaa ja pysyviä vaurioita kanssaihmissiin.

Jatkoehdotuksena haluaisin keskittyä oman alan perehdyttämiseen narsistisesta persoonallisuushäiriöstä. Haastatteluni perusteella tällaiseen suuntaan ollaan jo siirtymässä ja se on mielestäni erittäin tärkeää. Toivon, että tulevaisuudessa sosi- aali- ja terveysalan ammattilaisia tulisi perehdyttämään niin narsistisesta per- soonallisuushäiriöstä, mutta myös muista persoonallisuushäiriöistä enemmän, jot- ta asiakastyö voisi olla entistä tehokkaampaa ja onnistuneempaa. Mielestäni jo opiskeluvaiheessa voisi mahdollisesti käydä persoonallisuushäiriöitä tarkemmin, vaikka edes vapaaehtoisina opintoina.

8 SOSIAALIALAN TYÖNTEKIJÄLLE: 4 VIHJETTÄ TUNNISTAA NARSISTINEN ASIAKAS

Laadin kaikkien lukemieni lähteiden sekä haastattelujeni perusteella sosiaalialan työntekijöille 4 vihjettä siitä, kuinka he voisivat tunnistaa mahdollisen narsistisen asiakkaan. Vihjeitä lukiessa saattaa tulla sellainen olo, että kyllä työntekijä varmasti huomaa, jos tällaisia asioita on. Kuitenkin on hyvä muistaa, että narsisti ei näytä ulkopuolisen silmissä millään lailla omituiselta vaan usein hyvin miellyttävältä tasapainoiselta ja viisaalta. Siksi usein ulkopuolisen on melkein mahdotontakin huomata minkään asian olevan pielessä, varsinkin jos ei ole omaa kokemusta narsistisesta persoonallisuushäiriöstä.

- **Asiakas näyttää siltä, että kaikki asiat olisivat liiankin hyvin:** Työntekijällä on mahdollisesti asiakkaiden taustatietoa siitä, kuinka heidän asiansa olisivat huonosti. Kuitenkin asiakastapaamisessa työntekijä saattaa hämääntyä siitä, kuinka hyvin asiakkailla näyttääkin menevän. Narsisti ei halua näyttää kulissien takana piileviä asioita. Jos narsisti on itse ajautunut sosiaalialan työntekijän asiakkaaksi, hän saattaa kertoa, että toinen osapuoli on täysin syyppää kaikkeen eikä hän itse ole tehnyt mitään väärää. Jos asiaan liittyy lapsia, saattaa narsisti kertoa kuinka hyvin lapset voivat aina hänen kanssaan ja kuinka huonosti asiat ovat kumppanilla. Jos narsisti taas päätyy asiakkaaksi toisen osapuolen toimesta, hän saattaa kiistää kaiken ja keksiä erilaisia valheita, jotta työntekijä uskoisi häntä.
- **Mielistely:** Narsisti on erittäin ulospäinsuuntautunut ja saattaa mielistellä työntekijää joka käännteessä. Uhri taas saattaa näyttää työntekijän mielestä todella etäiseltä ja hiljaiselta, eikä ota oikein kantaa asioihin. Narsisti saattaa myös sanoa työntekijälle toisella osapuolella olevan esimerkiksi mielenterveysongelmia.
- **Osapuolten keskinäinen kanssakäyminen:** Narsisti ja uhri voivat näyttää työntekijän mielestä normaalilta pariskunnalta, mutta myös joitain asioita voi olla huomattavissa. Narsisti saattaa puhua uhrin päälle ja kertoa itse kaiken siitä, miten hyvin heidän perheessään menee. Narsisti usein myös

vähättelee tai kiistää, jos uhri kertoo joitakin asioita, jotka eivät ole hänelle hyväksi.

Narsistin käytös lapsia kohtaan: Narsisti saattaa mielistellä ja lupaila lapselle kaikkea. Lisäksi hän saattaa esimerkiksi sanoa lapselle ”muistatkos mitä sovimme tai muistatkos, mitä silloin puhuimme”, jotta hän saa lapsen sanomaan mieleisiään asioita työntekijälle. Mielestäni olisi ehdottoman tärkeää tarkkailla lapsen käyttäytymistä kun vanhempi on paikalla ja myös silloin kun hän ei ole. Huomaako lapsesta, että hän ei kerro ihan kaikkea? Hälyttävää mielestäni on myös se, jos lapsi on selvästi jommankumman vanhemman puolella. Tällöin olisi syytä tutkia, miksi näin loppupeleissä on.

9 POHDINTA

Opinnäytetyöprosessini alkoi jo kirjoittaessani aiempina opiskeluvuosina ammatillista esseetä aiheesta Narsismi läheisen näkökulmasta. Aihe oli jo silloin niin kiinnostava, että tiesin haluavani jatkaa saman aiheen kanssa opinnäytetyössäkin. Opinnäytetyöhön päätin lopulta ottaa myös ammatillista näkökulmaa enemmän mukaan, koska se osoittautui sellaiseksi alueeksi, johon lisää tietoa tarvittaisiin paljon. Narsistinen persoonallisuushäiriö on edelleen vaikeasti havaittavissa.

Opinnäytetyötäni aloittaessani ajattelin aiheen olevan todella kiinnostava, mutta kuitenkin helppo, sillä haastattelun kohteita tuntui olevan riittävästi ja teoriaakin oli jo valmiiksi ammatillisen esseen muodossa. Olin kuitenkin väärässä. Narsisti aiheena osoittautuikin erittäin arkaluontoiseksi ja monimutkaiseksi aiheeksi, jonka tajusin koko ajan vain enemmän ja enemmän siihen syventyessäni. Aluksi aloin huomata, miten omassa tuttavapiirissäni melkein jokaisen äiti, isä tai puoliso alkoi osoittautua narsistiksi. Lopulta aloin miettiä jo itseänikin narsistiksi. Tässä vaiheessa aloin ymmärtää, että narsismi ei todellakaan ole niin yksinkertainen ja selvä käsite ja ketään ei voi leimata narsistiksi muutamien piirteiden vuoksi. Mielestäni narsismissa onkin kaksi toisiaan vastaan painottelevaa asiaa: Toisaalta narsistien uhrien olisi hyvä osata tunnistaa narsistinen läheinen jo hyvissä ajoin, jotta he itse voisivat onnistua pääsemään tämänkaltaisesta käyttäytymisestä mahdollisimman nopeasti eroon. Toisaalta taas toisen leimaaminen narsistiksi joidenkin käyttäytymisten perusteella on melko hurjaa.

Ongelmana opinnäytetyön edetessä tuli myös haastatteluihin lupautuvien peruuntuminen. Yleisellä tasolla narsistisesta läheisestä pystyy puhumaan ja toisen leimaaminen on melko helppoa, mutta kun omia kokemuksia ja tunteita näin vaikeasta aiheesta pitäisi alkaa kertomaan syvällisesti, alkaa monia ahdistaa ja se on ymmärrettävääkin. Narsistinen läheinen jättää joillekin koko elämän kestävän epävarmuuden ja luottamuksen puutteen tunteen. Huomasin kaikissa haastattelun kohteissani joitakin merkkejä siitä, että asian yli ei pysty pääsemään ehkä koskaan. Toiset näyttivät sen vihana, toiset liioiteltuna välinpitämättömyytenä ja jotkut epävarmuutena ja suruna.

Mielestäni patologisia narsisteja ei ole kovin montaa, mutta narsistisia piirteitä omaavia taas todella paljon varsinkin nyky-yhteiskunnassa. Tämän ilmiön voi huomata jo sosiaalisessa mediassa: Facebook ja Instagram ovat täynnä huomiota haluavia ihmisiä, jotka laittavat itsestään laidasta laitaan erilaisia kuvia ja toivovat, että mahdollisimman moni käy tykkäämässä ja kommentoimassa niitä. Etenkin nuorilla tuntuu olevan hyväksynnän perusteena se, kuinka monta kaveria on Facebookissa tai kuinka monta seuraajaa on Instagramissa. Nämä ovat kuitenkin mielestäni esimerkkinä terveestä narsismista. Kaikki haluavat hyväksyntää muilta ja niin kauan se on tervettä, kun sen tarpeessa ei vahingoiteta muita ihmisiä ympärillä.

Vaikka henkilö ei olisikaan patologinen narsisti vaan hänellä olisi vain narsistisia piirteitä, hän voi silti mielestäni aiheuttaa paljon haittaa läheisilleen. Jo pelkkä yksi pahempi narsistinen piirre voi satuttaa muita. Otetaan vaikka esimerkiksi parisuhde, jossa kaikki muu menee hyvin, mutta toinen osapuoli haluaa jatkuvasti tietää, missä toinen menee ja mitä toinen tekee. Vaikka mitään muuta ikävää ei suhteessa olisikaan, voi jo tämä yksittäinen asia mielestäni vahingoittaa toista osapuolta pitkän ajan päästä. Jos asioita olisikin tämän lisäksi vaikka neljä muuta vastaavaa piirrettä, voisi arki tuntua jo todella haasteelliselta.

Huolestuttavaa minusta on huomata se, kuinka helposti uhrin ajautuvat aina vain uudestaan samanlaisten henkilöiden kanssa yhteen. Tämä perustuu jo teoriaosuudessa esillä olleeseen asiaan siitä, kuinka ihmiset ajautuvat samanlaisiin parisuhteisiin, kuin millaisen parisuhteen ja käyttäytymisen ovat vanhemmillaan nähneet.

Tämän opinnäytetyön kirjoittaminen opetti minulle paljon ihmisten käyttäytymisestä ja uskon sen auttavan minua mahdollisessa tulevassa asiakastyössäni, mutta myös henkilökohtaisessa elämässäni. Uskon osaavani tunnistaa mahdollisia narsistisia piirteitä asiakkaissa ja toimimaan sen tiedon perusteella entistäkin eettisemmin ja tasa-arvoisemmin asiakastyössä. Toivon myös osaavani näiden tietojen pohjalta auttaa esimerkiksi läheisiäni, joiden huomaa elävän narsistisen läheisen kanssa. Ajatustasolla narsistiset piirteet tuntuvat kuitenkin paljon selkeämmiltä ja helpommilta kuin oikean tilanteen tullessa vastaan ja toivonkin, etten tulisi ole-

maan sokea, jos tällainen tilanne tulee minulle vastaan asiakastyössäni tai henkilökohtaisessa elämässäni.

LÄHTEET

Crompton, S. 2007. Rakastuin narsistiin. Helsinki: minerva.

Fonagy, P., Person, E., & Sandler, J. 2012. IPA Contemporary Freud: Turning Points and Critical Issues, Volume 13 : Freud's on Narcissism: An Introduction. [verkkokirja]. Karnac Books. [viitattu 17.5.2015]. Saatavana Ebrary-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.

Fyysinen väkivalta. 2013. [verkkosivusto] Väestöliitto. [viitattu 19.1.2013] Saatavana:
http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/parisuhdevakivalta/fyysinen-vakivalta/

Henno A. 2010. Kun kupla puhkeaa. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.

Johnson, W & Murray, K. 2012. Hullun rakas: Näin selviät kumppanisi persoonallisuushäiriöstä. Suomentaja Mirikka Näveri. Finn Lectura.

Jokinen, B. 2012. Narsisti keskellämme. Juva: Brita Jokinen ja Minerva Kustannus Oy.

Jokinen, S. 2012. Unelma rakkaudesta. Hämeenlinna: Päivä Osakeyhtiö.

Joutsniemi, M., Kaulio, P., Mäkelä, R., Pekola, J. & Schulman, G. 2006. Naimisissa narsistin kanssa. Helsinki: Minerva kustannus Oy.

Juurakko, H. & Harvia, H. 2014. Narsisti ja narsistin uhri: uhrien tunnistaminen terveydenhuollossa. [verkkojulkaisu]. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. [viitattu 1.5.2015]. Saatavana:
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2014102815000>

Lönnqvist, J. 2003. Johtajan ja johtamisen psykologiasta: Kohti parempaa ihmisten johtamista. Helsinki: Edita Prima Oy.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä: Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Suomen yliopistopaino Oy- Juvenes print.

Kankkunen, P. & Vehviläinen- Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: WSOYpro Oy.

Kernberg, O. 2004. Aggressivity, Narcissism, and Self-Destructiveness in the Psychotherapeutic Relationship : New Developments in the Psychopathology and Psychotherapy of Severe Personality Disorders. [verkkokirja]. Yale

University Press. [viitattu 17.5.2015]. Saatavana Ebrary-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.

Koivuniemi, H. 2013. Vantaan sanomat. Professori: Täydellisyyden tavoittelussa on menty liian pitkälle. [verkkolehtiartikkeli]. [viitattu 7.4.2015]. Saatavana: <http://www.vantaansanomat.fi/artikkeli/232570-professori-taydellisyyden-tavoittelussa-on-menty-liian-pitkalle>

Lönnqvist, J., Henriksson, M., Marttunen, M. & Partonen, T. (toim.). 2014. Psykiatria. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Mansnerus, S-A. 2014. MANSNERUS Selja-Anneli – Artikkelit. Huoltajuuskiistojen selvittelyyn uutta näkemystä ja ammattitaitoa. [verkkosivu]. [viitattu 7.4.2015]. Saatavana: http://www.mansnerus.com/artikkelit/huoltajuus_kiistat.html

Mitä on henkinen ja fyysinen väkivalta?. Ei päiväystä. [verkkosivusto]. Mielenterveyden keskusliitto. [viitattu 19.1.2013]. Saatavana: http://www.mtkl.fi/liiton_toiminta/hankkeet/prinsessa-koulukampanja/vaikeat-asiat-puheeksi/henkinen-ja-fyysinen-vakivalta-n/mita-on-henkinen-ja-fyysinen-vak/

Mäkelä, R. 2007. Naamiona terve mieli. Kuinka kohtaan luonnehäiriöisen? Hämeenlinna: Kariston kirjapaino.

Narsisti lähelläsi. 2012. [blogikirjoitus]. [viitattu 25.3.2015]. Saatavana: <http://narskulandia.blogspot.fi/2012/10/narsisti-ja-parisuhde-vaaran-merkit.html?m=1>

Nuorti, K. 2013. Narsismi vs. Psykopatia työ(elämä)ssä. [verkkolähde]. [viitattu 9.4.2015]. Saatavana: <http://www.slideshare.net/KirsiNuorti/narsismi-vs-psykopatia-16945484>

Palosaari, A. 2012. Narsistinen persoonallisuushäiriö lähisuhteessa. [blogikirjoitus]. [viitattu 2.4.2014]. Saatavana: <http://anupalosaari.blogspot.fi/2012/01/narsistinen-persoonallisuushairio.html>

Ronningstam, E. 2005. Identifying and Understanding the Narcissistic Personality. [verkkokirja]. Oxford University Press. [viitattu 17.5.2015]. Saatavana Ebrary-tietokannasta. Vaatii käyttöoikeuden.

Roos, I. 2007. Energiavaras uuvuttaa ihmissuhteet. Helsinki: Edita Prima Oy.

Ruokola, J. 2014. Hurmaavaa narsistia on vaikea vastustaa. [verkkojulkaisu]. Laurea-ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. [viitattu 2.5.2015]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201403133132>

Salo, M. 2009. Varo Narsistia!. Helsinki: Markku Salo ja pulinzer Oy.

- Salo, M. 2011. Narsisti parisuhteessa, työpaikalla, naapurina, oikeussalissa. Porvoo: Markku Salo ja Minerva Kustannus Oy.
- Salomaa, P. 2013. Narsismi arjessa: Vastauksia henkilökohtaisiin kysymyksiin. Helsinki: Basam Books Oy.
- Sipilä, S. 2009. Narsistin uhrin ominaisuuksista, tuntemuksista ja selviytymiskeinoista parisuhteessa. [verkkojulkaisu]. Laurea-ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. [viitattu 1.5.2015]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-200904222107>
- Sosionomi AMK tutkinto. 28.8.2012. [verkkosivusto]. Sosiaaliportti. [viitattu 9.2.2014]. Saatavana: http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/sosiaalialanamkverkosto/sosiaaliala_ammattikorkeakouluissa/sosionomi_amk_tutkinto/
- Tuisku, K. 2009. Elsa ja Narkissos. [verkkosivu] Kustannus oy Pieni Karhu. [viitattu 14.1.2014]. Saatavana: http://www.katinkatuisku.fi/narkissos_myytti.html
- Turunen, M & Pekkanen, K. 2013 Narsistin uhrin tunnistaminen terveydenhuollon toimipaikoilla: narsistien uhrien kokemuksia terveydenhuollosta. [verkkojulkaisu]. Lahti: Lahden ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. [viitattu 2.5.2015]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201304023856>
- Viljamaa, J. 2010. Pidä puolesi. Helsinki: WSOY.
- Vuorinen, R. 1990. Persoonallisuus ja minuus. Porvoo: WSOY.
- Välipakka, T.& Lehtosaari, A. 2007. Sata tapaa tappaa sielu. Jyväskylä: Gummerus kustannus Oy.

LIITTEET

Liite 1. Haastattelurunko narsistin puolisoille

Liite 2. Haastattelurunko henkilöille, jonka vanhempi narsisti

Liite 3. Haastattelurunko ammattihenkilölle

LIITE 1. Haastattelurunko narsistin puolisoille

1. Millaisena muistat ensi tapaamisenne?

- Millainen hän oli?
- Kuinka hän sinua kohteli?
- Miltä sinusta silloin tuntui?

2. Millaiseksi hän kertoi oman menneisyytensä?

- Millainen hänen lapsuutensa oli?

3. Milloin huomasit ensimmäisiä varoitusmerkkejä hänen oikeasta luonteestaan?

- Mitä silloin tapahtui?
- Mitä tunteita sinussa heräsi?
- Miten asia ratkesi?

4. Millainen hän oli teidän ystävienne/ perheenjäsentenne/ tuttavienne/ muiden ulkopuolisten tahojen seurassa?

- Mitä mieltä muut ihmiset olivat hänestä?
- Toimiko hän eri tavoin kotona kuin muualla?

5. Kuinka kauan teidän suhteenne kesti?

- Millainen hän oli suhteen loppupuolella?
- Millainen teidän eronne oli?

6. Käyttikö hän sinuun ikinä fyysistä väkivaltaa? (lyöminen, töniminen, estäminen jne.)

- Millaisissa tilanteissa näin tapahtui?
- Miten toimit näissä tilanteissa?
- Huomasivatko ulkopuoliset tahot mitään hänen väkivaltaisuudestaan?
- Miten nämä tapahtumat ovat vaikuttaneet sinuun?

7. Käyttikö hän sinuun henkistä väkivaltaa? (Nimittely, kiristäminen, mököttäminen, uhkailu jne.)

- Millaisissa tilanteissa näin tapahtui?

- Miten toimit näissä tilanteissa?

8. Milloin tajusit hänen olevan narsisti?

9. Millainen suhteenne on tänä päivänä?

10. Kerro omin sanoin joku tapahtuma, joka on jäänyt erityisesti mieleesi ja jota pidät narsistisena toimintana.

11. Voiko mielestäsi narsismista parantua? Perustele

Liite 2. Haastattelurunko henkilöille, joiden vanhempi narsisti

1. Minkä ikäisenä huomasit vanhempasi käyttäytyvän väärin sinua kohtaan ensimmäisen ker- ran?

- Mitä silloin tapahtui?
- Miltä sinusta tuntui?

2. Millaista arkenne oli?

- Tarvitsiko sinun pelätä vanhempaasi joissakin tilanteissa? Jos tarvitsi, niin millaisissa? Miten toimit kyseisissä tilanteissa?
- Millaisia olivat arjen hyvät päivät? Entä huonot?

3. Millaista erikoisissa tilanteissa oli? (esim. juhlat)

- Miten vanhempasi käyttäytyi muita ihmisiä kohtaan?
- Miten hän käyttäytyi silloin sinua kohtaan?
- Tarvitsiko sinun pelätä/ varoa vanhempaasi joissain tilanteissa? Miten toimit kyseisissä tilanteis-
sa?

4. Käyttikö vanhempasi sinuun koskaan fyysistä väkivaltaa? (lyöminen, töniminen, estäminen jne.)

- Millaisissa tilanteissa näin tapahtui?
- Miten toimit kyseisissä tilanteissa?
- Pystyitkö ennaltaehkäisemään näitä tilanteita jotenkin?
- Miten nämä tapahtumat ovat vaikuttaneet sinuun?

5. Käyttikö vanhempasi sinuun koskaan henkistä väkivaltaa? (Nimittely, kiristäminen, mökö- ttäminen, uhkailu jne.)

- Millaisissa tilanteissa näin tapahtui?
- Miten toimit kyseisissä tilanteissa?

- Pystyitkö ennaltaehkäisemään näitä tilanteita jotenkin?
- Miten nämä tapahtumat ovat vaikuttaneet sinuun?

6. Millainen vanhempasi oli toista vanhempaasi kohtaan?

- Käyttikö hän henkistä tai fyysistä väkivaltaa?
- Miten vanhempiesi välit ovat vaikuttaneet sinuun?

7. Milloin tajusit hänen olevan narsisti?

8. Millaiset ovat välinne tänä päivänä?

9. Kerro omin sanoin jokin tapahtuma, joka on jäänyt erityisesti mieleesi lapsuudestasi tämän vanhemman kanssa.

10. Voiko narsismista mielestäsi parantua? Perustele

Liite 3. Haastattelurunko ammattihenkilölle

- 1. Kuinka kauan olet työskennellyt narsistien uhrien tuki ry:ssä?**
 - Mitä työnkuvaasi kuuluu?
 - Miten päädyit tekemään kyseistä työtä?

- 2. Millaisissa elämäntilanteissa asiakkaasi ovat ottaessaan sinuun yhteyttä?**

- 3. Mitkä ovat mielestäsi narsismin keskeisimmät piirteet? Perustele**

- 4. Mitä yhteisiä tekijöitä narsistien uhreilla on?**

- 5. Voiko mielestäsi esimerkiksi sosiaalialan ammattihenkilö tunnistaa narsistisen persoonallisuushäiriön piirteitä? Perustele.**

- 6. Kerro omin sanoin jokin esimerkkitapaus, jossa olet työskennellyt narsistiseen persoonallisuushäiriöön liittyvässä tapauksessa.**

- 7. Voiko mielestäsi narsismista parantua? Perustele**