



Traumeforståelse - Barn og unge

SAMOT Tverrprofesjonell fagdag om vold og seksuelle overgrep mot barn og unge, 5.januar 2023, for studenter innenfor helse- og sosialfag-, politi-, lærer og spesialpedagogiske utdanninger ved Universitetet i Sør-ØstNorge, usn.no

Synne Øien Stensland

Dr.med. | Spesialist i barnesykdommer

Forsker ved Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS) <https://www.nkvts.no/ansatt/stensland-synne-oien/> & Forsknings- og formidlingsenheten for muskelskjeletthelse (FORMI), Oslo Universitetssykehus <http://formi.oushf.no>

Bilde: John Bauer, Ut i vida världen

**NKVTS.NO**



August 1997: The Russian cosmonauts Vasily Tsibliyev (left) and Alexander Lazutkin embrace each other after landing on the desolated steppes of Kazakhstan. Photo: Sergei Karpukhin/EPA.



'Jeg har vondt i hodet og i hjertet....jeg har hodepine, fordi jeg har dårlige tanker i hodet hver dag om reisen... jeg tenker bare på død. Jeg er veldig redd.... jeg bruker dop fordi jeg har så mye å tenke på... jeg bruker kniv [på armene] men mottaket spør ikke hvorfor det skjer... jeg er usikker på om jeg skal få noen som er omsorgsfull. Noen som stiller opp og støtter meg. Jeg har ikke støtte og det er en dårlig følelse...de ansatte kan ikke forstå meg, hvor jeg kommer fra, og hva jeg har opplevd.... jeg vil ikke være så mye alene... jeg er veldig lei for at jeg ikke har språk til å bli kjent med folk.'

Abdi 16 år, Asylmottak



Ilustrajon: Bill Watterson, Calvin and Hobbes



Læringsspørsmål:

1. Hva er traumatiske hendelser?
2. Hva er vanlige reaksjoner?
3. Kan forklaringsmodeller hjelpe oss å forstå?
4. Hvordan kan vi bruke kunnskapen til å gjøre jobben vår?

Hva er traumatiske hendelser?



Hendelser der barnet eller ungdommen utsettes for

- Død eller trussel om død
- Alvorlig skade eller trussel om alvorlig skade
- Seksuell vold eller trussel om seksuell vold

Dette kan skje ved

- Direkte eksponering
- Å være vitne til traumet
- Å lære at en slektning eller nær venn ble utsatt for et traume

Hva er traumatiske hendelser for barn og unge?



Hendelser som

- Truer barn og unge på livet.
- Truer barnets/ungdommens fysiske, psykiske eller sosiale integritet.

Seksuelle overgrep

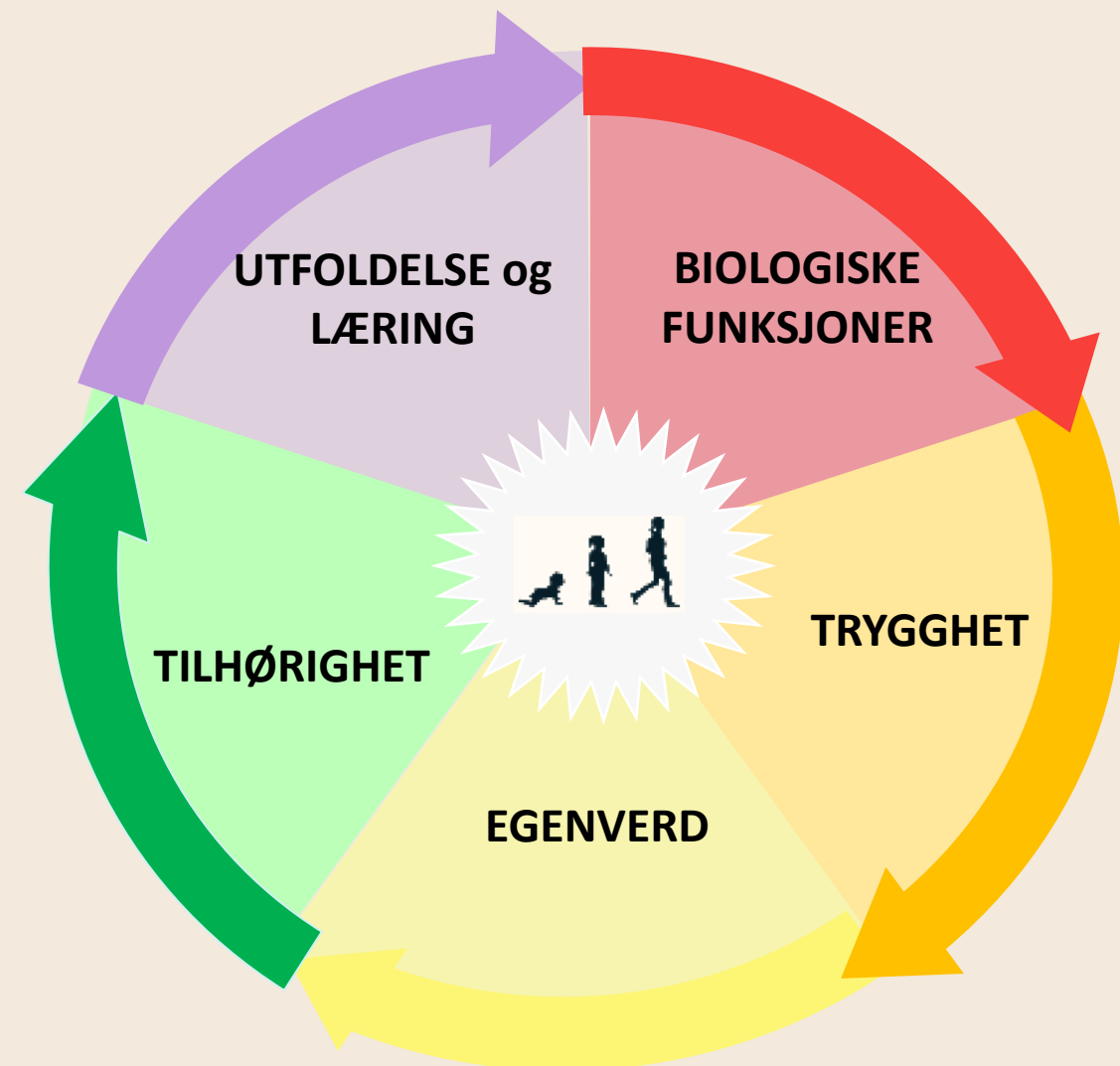


«Jeg hadde ingen steder å gjemme meg....jeg husker hvor forferdelig vondt det [den første voldtekten] gjorde. Jeg følte skyld. Jeg følte skam. Jeg følte at noe var galt med meg. Jeg følte at jeg ikke var verdt noen ting. Og at det ikke var noen som brydde seg.»



Psykisk vold

- Fiendtlig miljø.
- Formidler at barnet ikke er ønsket, ikke verdifull, truer med vold eller sosial utestengelse.
- Ekstremt skadelig over tid
 - som ledd i barnemishandling (utøver er omsorgsgiver) eller
 - mobbing (utøver er medelever).



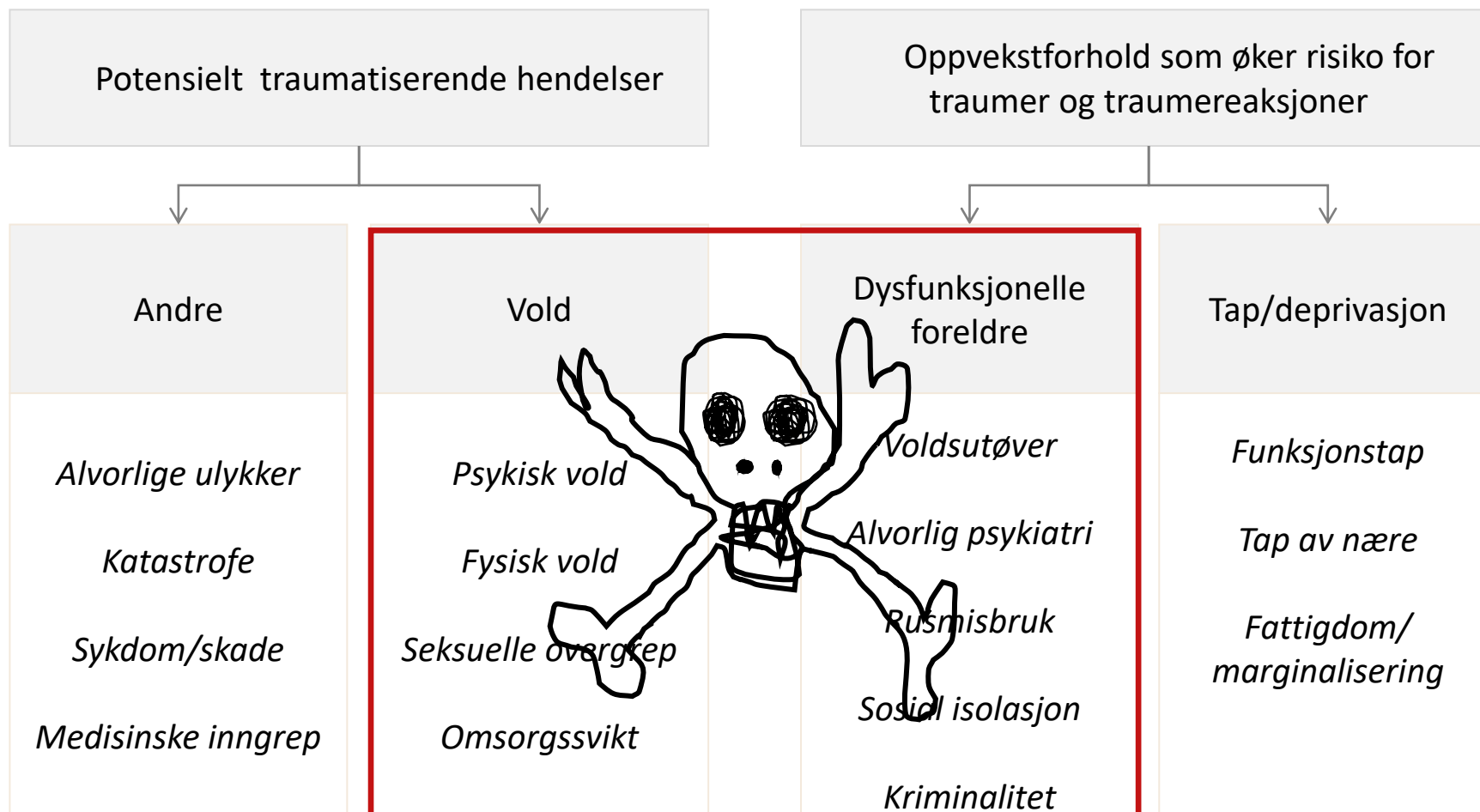
Omsorgssvikt

- Utilstrekkelig oppfyllelse av barns grunnleggende fysiske, kognitive, emosjonelle eller sosiale behov.
- Ved omsorgssvikt er barn og unge også økt utsatt for vold, overgrep og andre traumatiske hendelser



'Utviklingspsykologi 'superforenklet'. Ref. Maslow 1943, Bronfenbrenner 1979, Engel1977, Rutter (child and adolescent psychiatry), Nelson, Kliegman & Behrman, Repetti 2002, von Tetzchner , Grøholt & Sommerschild. Stensland Paidos 2012 .

Hva er traumatiske hendelser?



Ungdoms erfaringer med vold og overgrep i oppveksten
En temapanelundersøkelse om ungdoms erfaringer 12 til 16 år
Sivert Sævi Mathias og Øystein Martin Aarstad (red)

Hva er traumatiske hendelser?

- Vold og overgrep er oftest skjult
- Omtrent halvparten har fortalt noen om erfaringene sine.
- Bare 1 av 5 av ungdom utsatt for vold og overgrep forteller at de har vært i kontakt med hjelpeapparatet i forbindelse med erfaringer med vold og/eller overgrep.



Ungdoms erfaringer med vold og overgrep i oppveksten

En nasjonal undersøkelse av ungdom i alderen 12 til 16 år

Gertrud Sofie Ruffald og Else-Marie Augstli (red.)

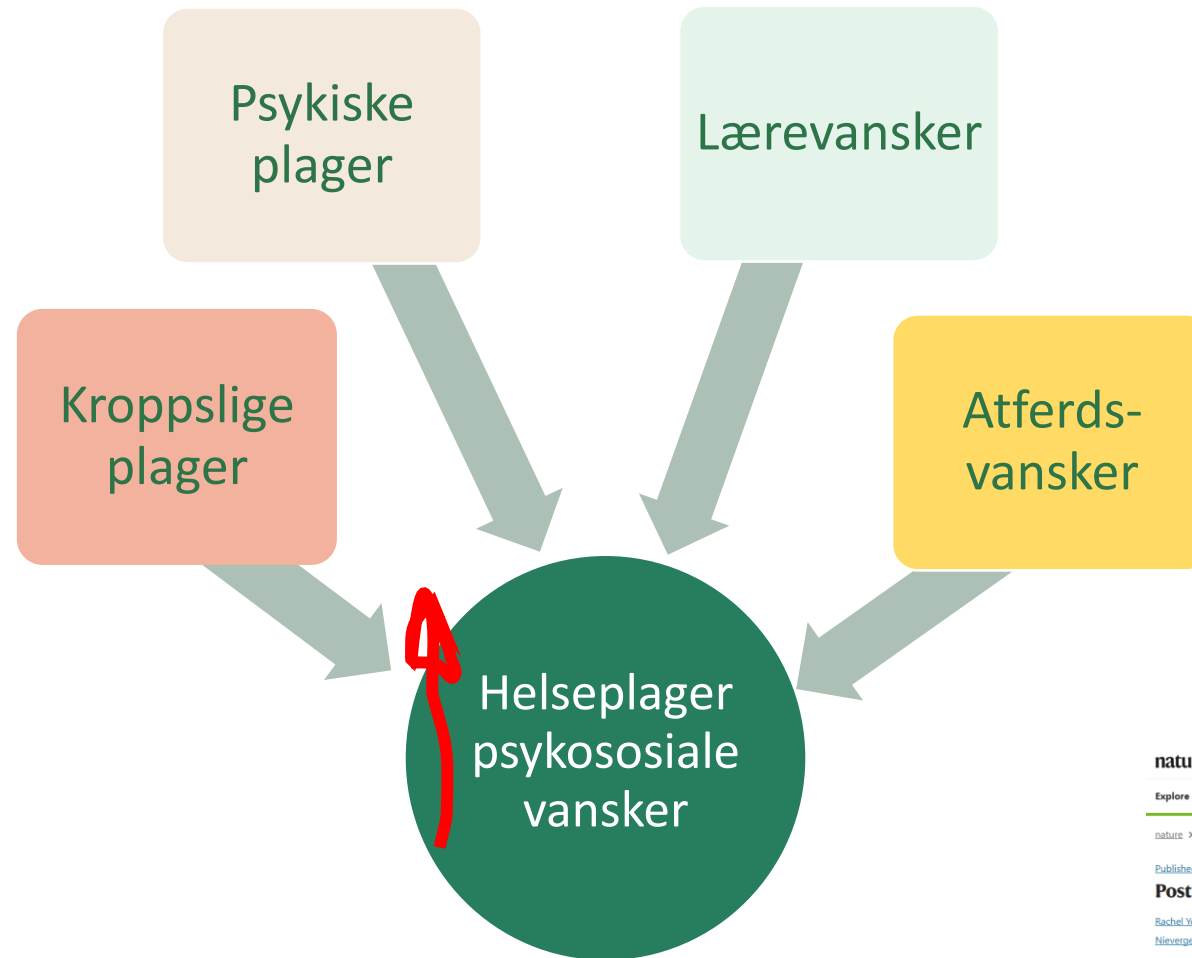


Bilde: Studio Ghibli, Totoro

Læringsspørsmål:

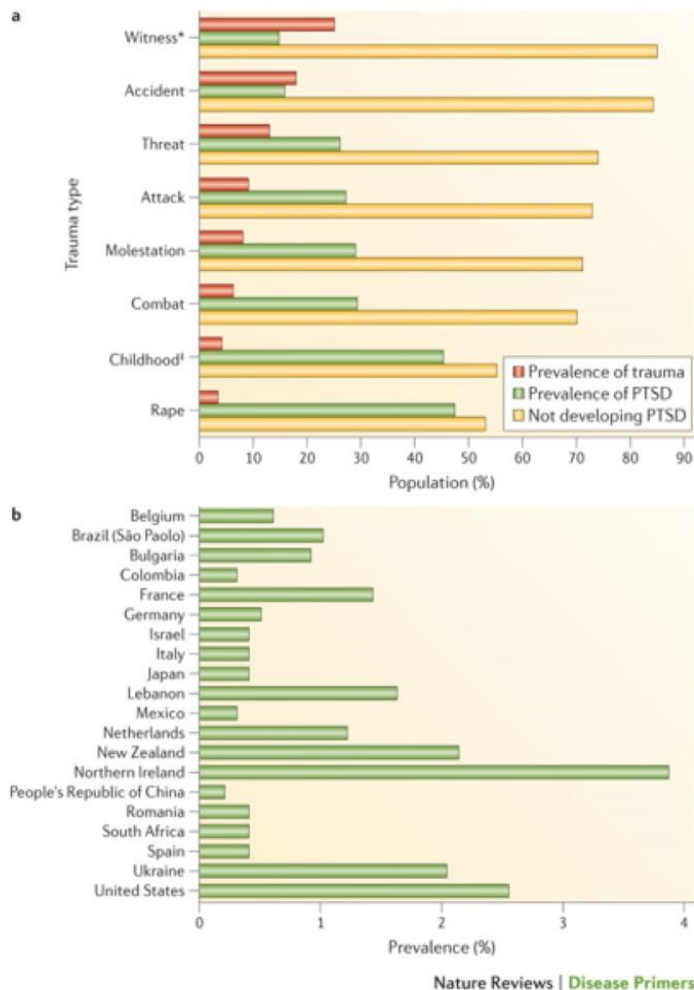
1. Hva er traumatiske hendelser?
2. Hva er vanlige reaksjoner?
3. Kan forklaringsmodeller hjelpe oss å forstå?
4. Hvordan kan vi bruke kunnskapen til å gjøre jobben vår?

Hva er vanlige reaksjoner?



Hvor vanlig er traumatiske hendelser og posttraumatiske reaksjoner?

Figure 1 The prevalence of PTSD



- Samlet sett opplever mange barn og unge en eller flere alvorlige belastninger i løpet av oppveksten.
- Mellom 5-10% opplever alvorlige belastende oppvekstvilkår, inkludert vold og overgrep.
- Vold og overgrep i barndommen er særlig skadelig



Ungdoms erfaringer med vold og overgrep i oppveksten

En nasjonal undersøkelse om ungdoms erfaringer 12.10.16 49

© 2016 Statistisk sentralbyrå



Læringsspørsmål:

1. Hva er traumatiske hendelser?
2. Hva er vanlige reaksjoner?
3. Kan forklaringsmodeller hjelpe oss å forstå?
4. Hvordan kan vi bruke kunnskapen til å gjøre jobben vår?

Lars



15 år. Stefar flyttet inn i løpet av sommeren. Han slår moren din når han drikker. Noen ganger slår han deg og lillesøsteren din. Siste måned har du kjent deg mer og mer redd, stressa, sint og lei deg. Kommer i bråk med venner. Hodepine og utkjørt. Orker ikke gå på trening.

Hvordan kan vi forstå plagene?

Posttraumatiske stress reaksjoner

A quick review

Posttraumatiske stress reaksjoner

Hodepine, smerter, utmattelse, søvnevansker, konsentrasjonsvansker, lærevansker ++

Gjenopplevelse

Unngåelse

Negative endringer i
tanker og følelser

Endret fysiologisk
respons

Traumespesifikke reaksjoner

Generelle reaksjoner

Traumatiske
hendelse



Et utviklings- læringsperspektiv

Forenklet nevrobiologi



Barn lærer om seg selv og verden gjennom erfaring

- Vi erfarer verden gjennom sansene
- En interaktiv prosess
- Vi lærer
- Vi justerer oss

Selvet

Kroppen

Hjernen – sentralnervesystemet

Funksjoner

Neurale nettverk

Høyere funksjoner

-minne, fleksibel tenkning,
fokus, selv kontroll/
regulering

Mening

Frykt - læring

Trusselvurdering

Smertemodulering

Våkenhet/Søvn

Sansene

Fysiologisk respons

Neuroendokrin

Immunologisk

Autonom

- hjertekar
- respiratorisk
- gastrointestinal
- neuromuskulær
- metabolsk

Epigenetisk regulering

Reaksjoner

Tanker

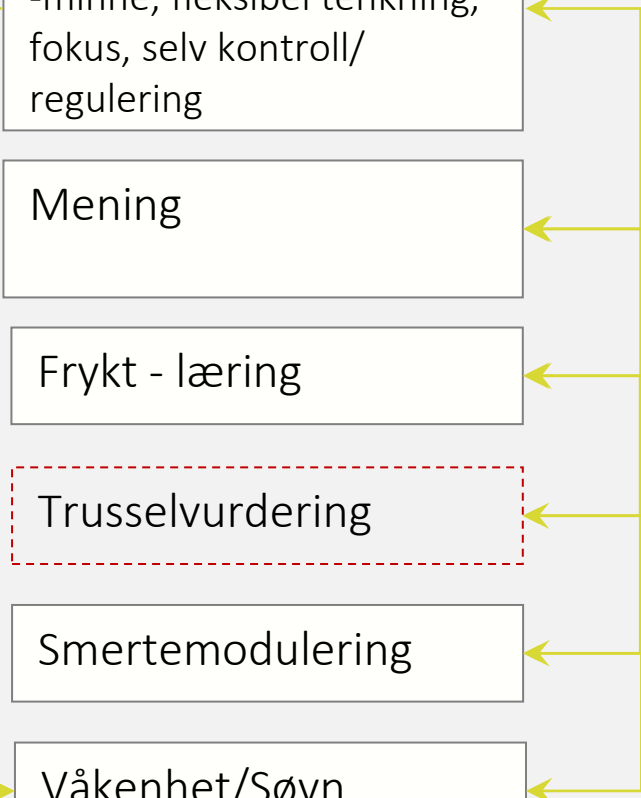
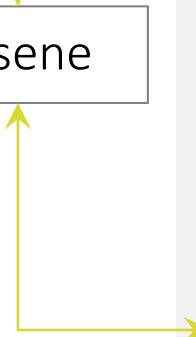
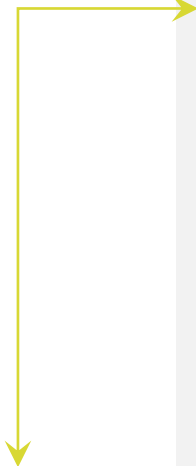
Følelser

Atferd

Kroppslige plager

- Autonome forstyrrelser (hjertebank, appetitt)
- Smerte
- Søvnvansker
- Utmattelse

Truende
stimulus



Selvet

Kroppen

Sansene

Hjernen – sentralnervesystemet

Funksjoner

Neurale nettverk

Høyere funksjoner
-minne, fleksibel tenkning,
fokus, selv kontroll/
regulering

Mening

Frykt - læring

Trusselvurdering

Smertemodulering

Våkenhet/Søvn

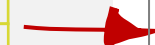
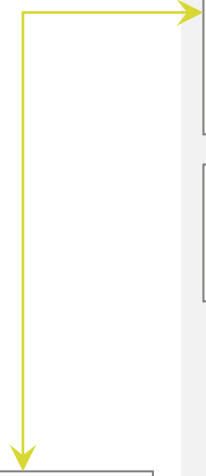
Fysiologisk respons

- Neuroendokrin
- Immunologisk
- Autonom
 - hjertekar
 - respiratorisk
 - gastrointestinal
 - neuromuskulær
 - metabolsk
- Epigenetisk regulering

Reaksjoner

- PTSS**
 - Gjenopplevelse
 - Unngåelse
 - Negative endringer tanker og følelser
 - Fysiologiske endringer
- Kroppslige plager**
 - Autonome forstyrrelser (hjertebank, appetitt)
 - Smerte
 - Søvnvansker
 - Utmattelse

Traumatisk hendelse





Bedring

- Innsatsen for å relære

- Vi lærer gjennom erfaring.
- Resiliens og bedring er en interaktiv prosess
- Sosialt aspekt
- Vi lærer
- Vi justerer oss

Miljø

Selvet

Kroppen

Hjernen – sentralnervesystemet

Funksjoner

Neurale nettverk

Høyere funksjoner

-minne, fleksibel tenkning, fokus, selv kontroll/ regulering

Mening

Frykt - læring

Trusselvurdering

Smertemodulering

Våkenhet/Søvn

Sansene

Fysiologisk respons

Neuroendokrin

Immunologisk

Autonom

- hjertekar
- respiratorisk
- gastrointestinal
- neuromuskulær
- metabolsk

Epigenetisk regulering

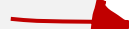
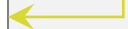
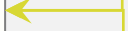
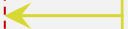
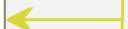
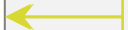
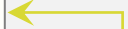
Reaksjoner

PTSS

- Gjenopplevelse
- Unngåelse
- Negative endringer tanker og følelser
- Fysiologiske endringer

Kroppslige plager

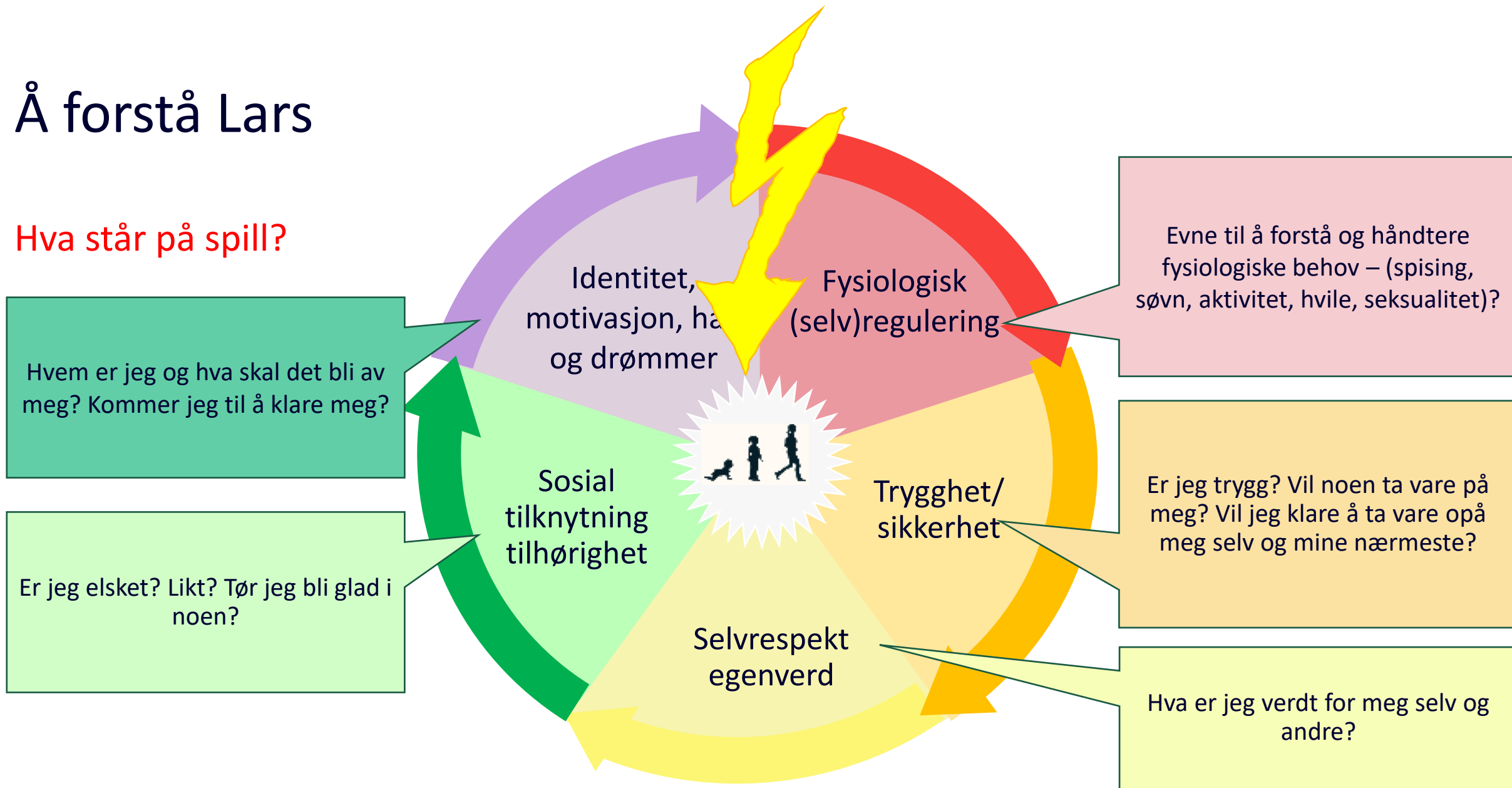
- Autonome forstyrrelser (hjertebank, appetitt)
- Smerte
- Søvnvansker
- Utmattelse



Et utviklingspsykologisk perspektiv

Å forstå Lars

Hva står på spill?

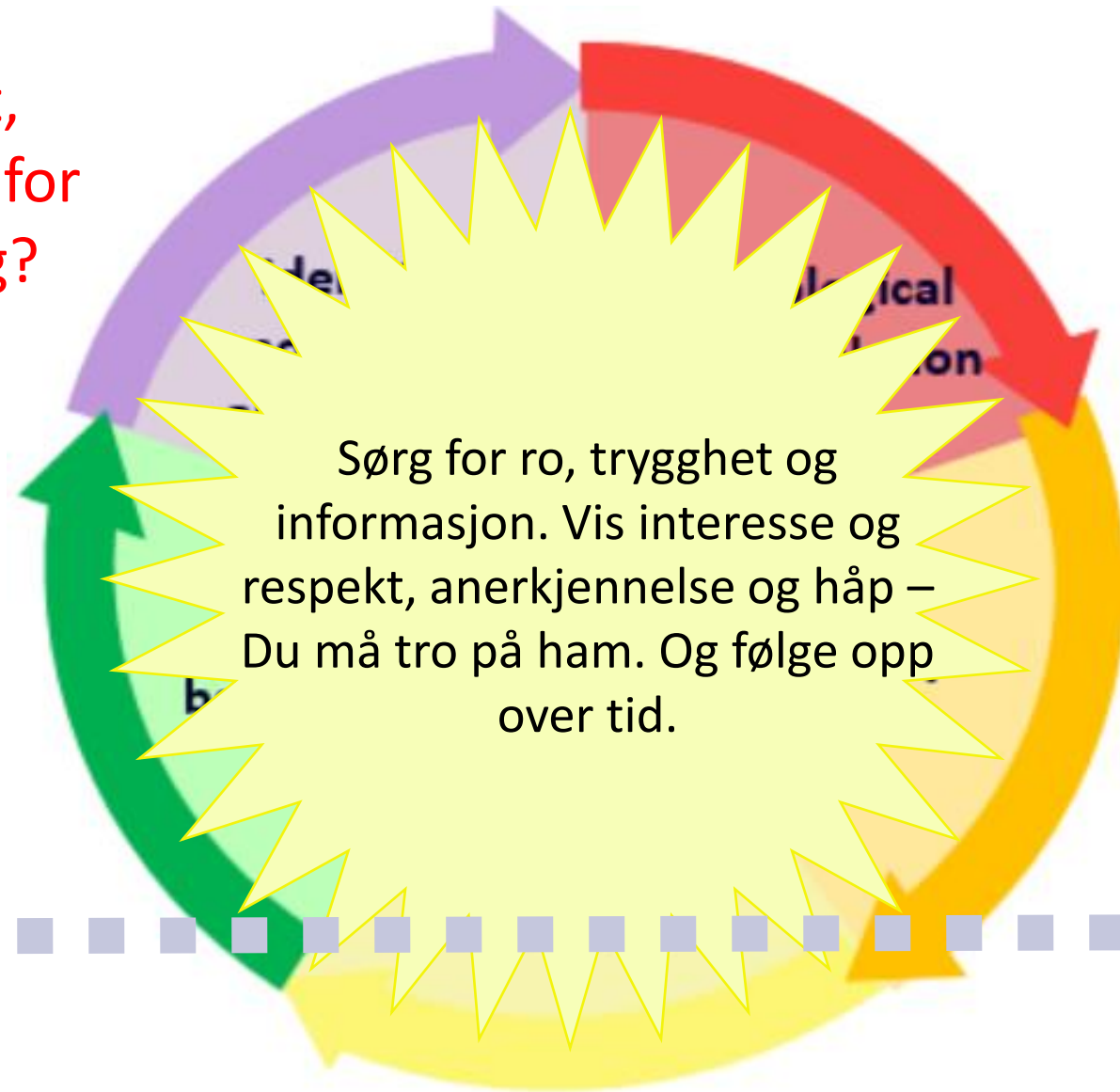




Læringsspørsmål:

1. Hva er traumatiske hendelser?
2. Hva er vanlige reaksjoner?
3. Kan forklaringsmodeller hjelpe oss å forstå?
4. Hvordan kan vi bruke kunnskapen til å gjøre jobben vår?

Hvordan kan vi hjelpe
Lars å bygge
(motstands)kraft,
motivasjon og håp for
læring og endring?



Sørg for ro, trygghet og informasjon. Vis interesse og respekt, anerkjennelse og håp – Du må tro på ham. Og følge opp over tid.

Q&A



Illustrasjon: Studio Ghibli

Dette klarer vi

Med kunnskap, praksis og litt hjelp fra hverandre

- Respekter symptomene/vanskene.
- Jobb med barnet/ungdommen
- KARTLEGG
 - BEHOV: psykiske og somatiske plager, atferds- og lærevansker bredt.
 - RISIKO & REVIKTIMISERING:
 - OMSORG: Omsorgsforhold
- TIDLIGE TILTAK: Gi samordnet hjelp etter behov.
- Ikke glem familien. De trenger også støtte.
- FØLG OVER TID. Monitorer tiltak.

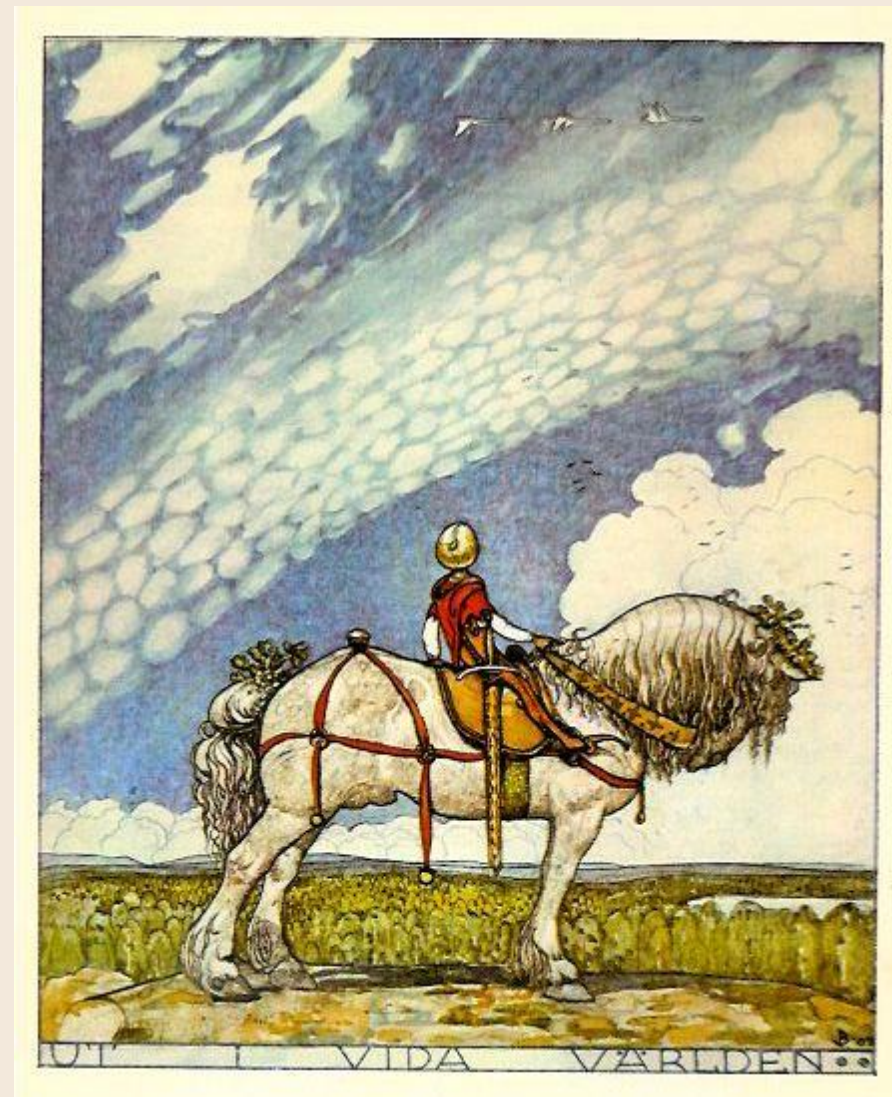
Takk for oss

Synne Øien Stensland

E-post: Synne.stensland@nkvts.no


NASJONALT KUNNSKAPSSENTER
OM VOLD OG TRAUMATISK STRESS

Bilde: John Bauer, Ut i vida världen



2 minutters oppgave

15 år. Stefar flyttet inn i løpet av sommeren. Han slår moren din når han drikker. Noen ganger slår han deg og lillesøsteren din. Siste måned har du kjent deg mer og mer redd, stressa, sint og lei deg. Kommer i bråk med venner. Du har hodepine hele tiden og kjenner deg utkjørt. Orker ikke gå på trening.

Hva tenker og føler du, og hva står på spill for deg?

Hva trenger du?

Hva vil gjøre det lettere eller vanskeligere for deg å fortelle?

Skriv kontinuerlig i 2 minutter.

2 minutters oppgave

Du er på jobb. En 15 åring til deg sammen med moren sin. Han er veldig stressa. Utagerer på skolen. Er oppfarende. Har mistet venner og isolerer seg og det er spørsmål om rus.

I samtalen har han lite mimikk, er frekk og fientlig når du spør ham om noe.

Hvilke følelser bringer Lars frem hos deg?

Skriv i 2 minutter.

2 minutters oppgave

Tror du har en rolle i forhold til å hjelpe Lars?
Tror du følelsene dine for Lars påvirker om du klarer å hjelpe ham i tide og på en god måte?

Skriv i 2 minutter