

Små barn och trauma

Anna Norlén

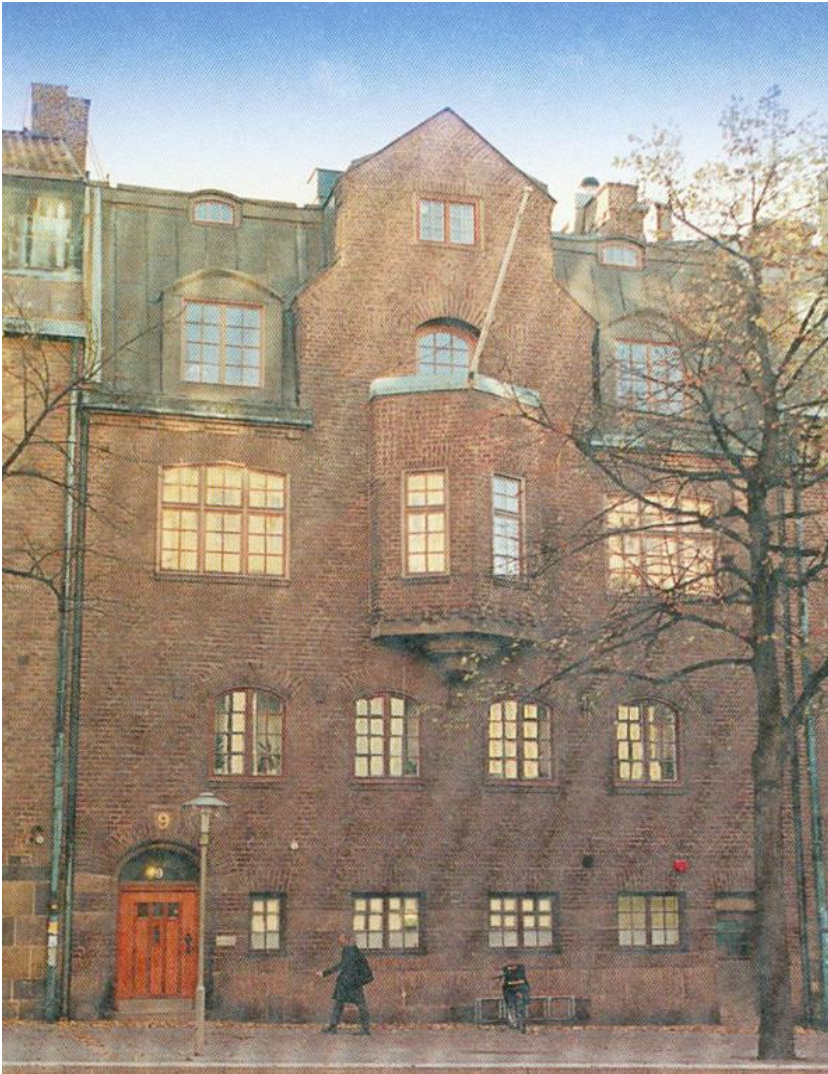
Verksamhetschef, Rektor, Doktorand

Leg Psykolog, Leg Psykoterapeut

ERICASTIFTELSEN



ERICASTIFTELSEN



- **Högskoleutbildning**
Psykioterapeutprogram; barn & unga
Div kurser, uppdragsutbildning
- **Psykioterapi** i olika former för barn och unga
(0 – 25 år)
- **Forskning och metodutveckling**
- Ca 25 medarbetare
psykologer, psykiatrer, socionomer,
specialpedagoger, administratörer
- Grundad 1934
- www.ericastiftelsen.se

Webbinariets innehåll

- Traumateori -
utvecklingspsykologi,
anknytningsteori,
neuropsykologi
- Konsekvenser av
trauma för små barn
- Vad vi vet om vad som
fungerar - stöd och
behandling



Vad är påfrestning? Från stress till trauma

Förväntad,
utvecklingsmässigt &
kulturellt accepterad stress

Emotionellt påfrestande
stress

Traumatisk
stress



(Lieberman, 2010)

Vad är trauma?



- Externt hot mot fysisk säkerhet (hot, våld, förlust, död etc)
 - Oförutsägbarhet, skräck, hjälplöshet
 - Överväldigande för individen: kan ej hantera händelsen, reglera reaktioner med egen kapacitet (coping) eller omgivningen (anknytningsrelationer)
 - Kan orsaka långvarig/bestående **psykisk skada**

TRAUMA CAN STEM FROM

Childhood
abuse or neglect

War and
other forms of
violence

Physical,
emotional, or
sexual abuse

Accidents and
natural disasters

Grief and
loss

Medical
interventions

Witnessing acts
of violence

Cultural,
intergenerational and
historical trauma

TRAUMA

Traumateori – typ I & II

**Katastrofer & olyckor (typ I,
single events)**



**Återkommande påfrestningar, ofta i
omsorgssystemet (typ II, complex events)**



Hur djup skada kan det som hänt ha orsakat?

Skydds-, risk- och sårbarhetsfaktorer

- Vad och hur har det hänt?
- Vem är drabbad? Ålder, kön, sårbarhet, disposition
- När i utvecklingen?
- Är omsorgssystemet inblandat/berört?
- Hur reagerade omgivningen?

Potentiellt traumatiserande händelser

Kombinationen potentiellt traumatiserande händelse och *uteblivet regleringsstöd* – traumatiserande för barn/unga

Ökad risk för traumatisering

- Att vara liten
- Egen sårbarhet/disposition
- Grav exponering (nära, ofta, grovt)
- Beroendeställning till förövare
- Bristande skydd, trygghet, bekräftelse och stöd



Reglering – nyckelbegrepp i traumateori



- Små barn blir lätt dysreglerade
- Behöver hjälp att stå ut med, hantera och förstå sina känslor genom att den vuxne ger **regleringsstöd**
- Goda erfarenheter av reglering lägger grund för kommande egen förmåga – **självreglering**
och bygger förväntan om positivt bemötande (inre arbetsmodeller)

Trygghet - utforskande

- Trygghet, närhet och avstånd, utforskande aspekter som hänger samman
- Dynamiken mellan avstånd och närhet - utvecklingsgenererande



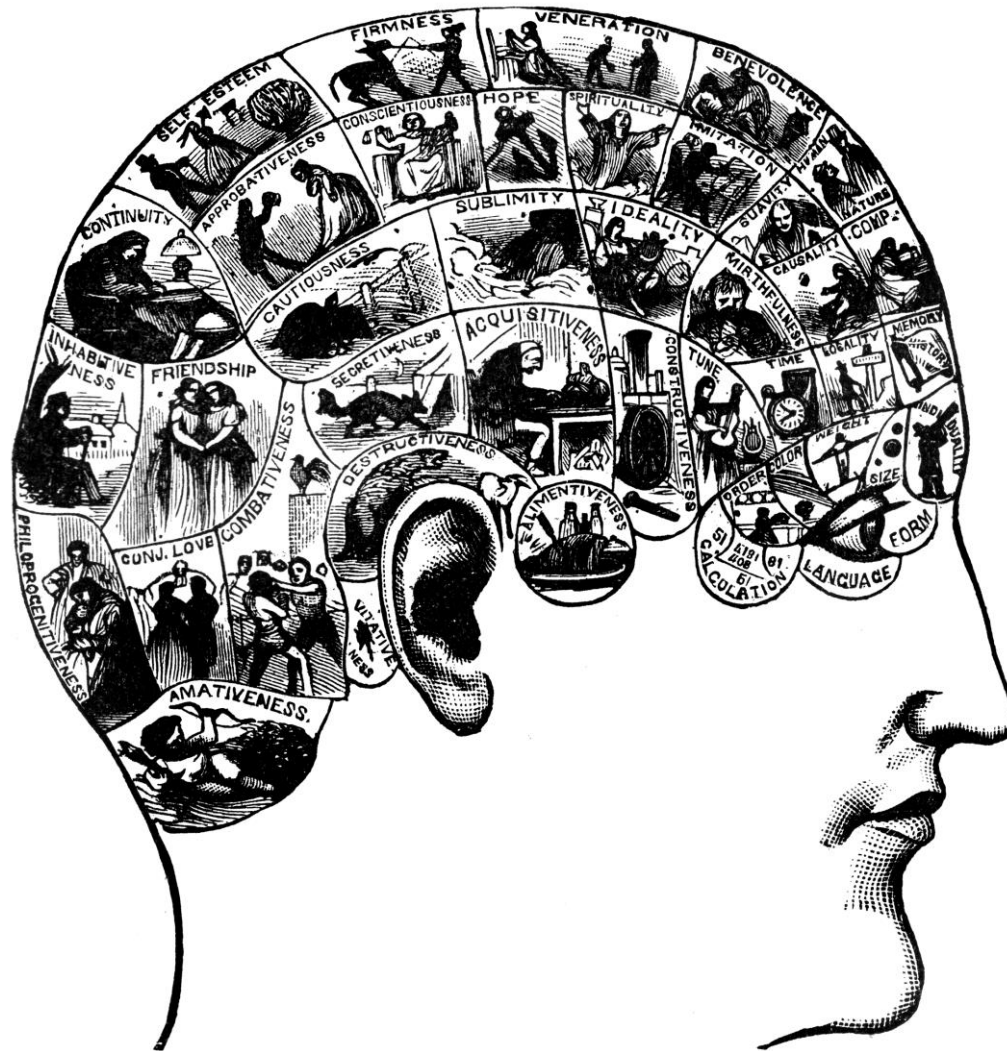


**Hot/fara/otrygghet
hämmar utforskande och utveckling**

<https://www.youtube.com/watch?v=7FC4qRD1vn8>

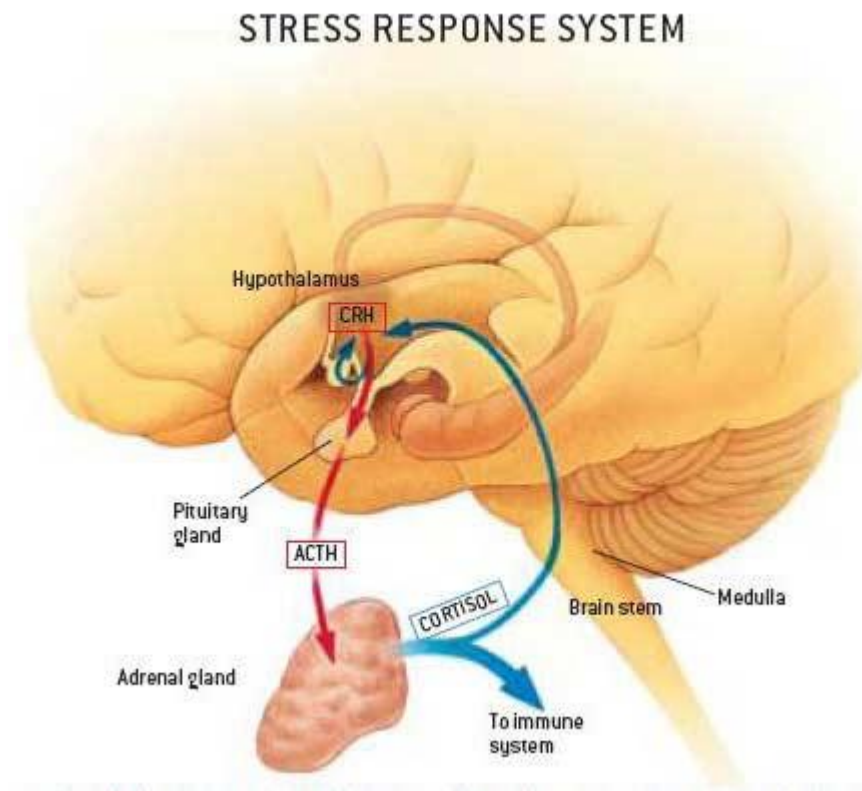
Ill Stina Wirsen

Fördjupad förståelse av traumatisering



Neurobiologiskt perspektiv på trauma

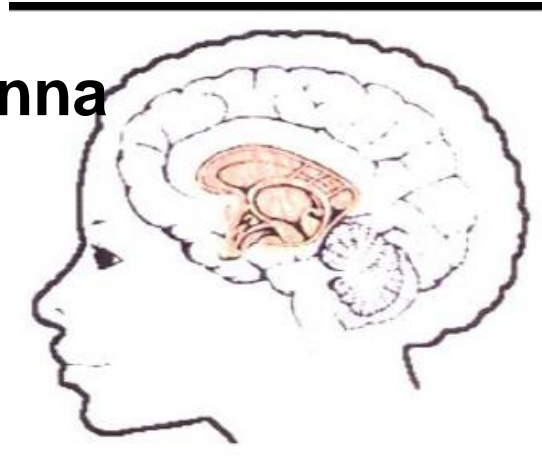
HPA-axeln. Hormon- och beteendesystemet som är kroppens svar på stress.
Hypothalamus (H) hypofysen (P) binjurebarken (A)



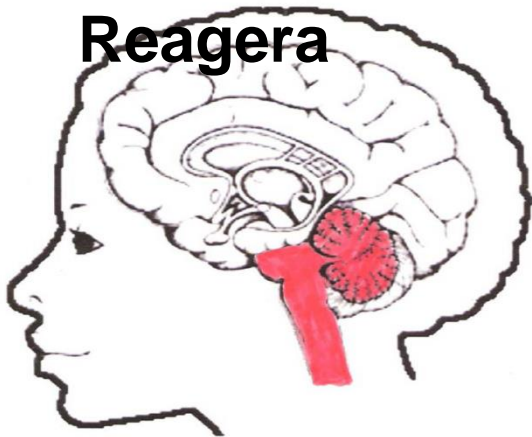
Tänka



Känna



**Uppfatta
Reagera**



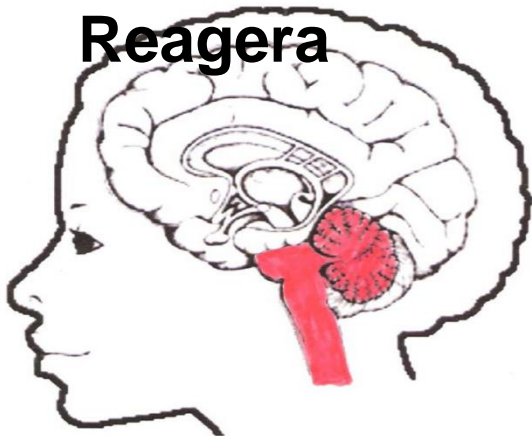
Tänka



Känna



**Uppfatta
Reagera**



Hjärnfunktioner som fokuserar på hot och överlevnad blir mer aktiva än de för utforskande och inläring

Konsekvenser av traumatisk stress

Små barn och deras hjärnor är extra sårbara:

- hjärnan formas mer av stimulans än genom mognad
- överproduktion av synapser – de minst använda tillbakabildas (pruning)
- prefrontalcortex utvecklas som mest under barnets första tre år – intensiv, formbar och känslig period
- förmågan till självreglering och affektmodulering under stark utveckling

Hur kan regleringssvårigheter yttra sig?



Regleringssvårigheter

Ett överstimulerat, irriterbart och hypersensitivt nervsystem (hjärna, csn) kan leda till regleringssvårigheter avseende:

- Koncentration, fokus, minne
- Reaktioner, känslor, impulser
- Socialt samspel (aggressivitet/tillbakadragenhet)
- Fysiska signaler

Typiska beteendeförändringar

Förskolebarn (0 – 6 år)

- Aktiverat anknytningsbeteende, klängighet, separationskänslighet
- Störningar i mat- och sovmönster
- Återupprepning i lek och beteende
- Drar sig undan, minskad leklust

Minskad förmåga till inläring

- Otrygghet/ökad klängighet medför minskat utforskande-beteende och hämmad nyfikenhet
- Selektiv uppmärksamhet på och känslighet för upplevt hot och fara leder till att annan relevant information missas (minskad spontan inläring)
- Koncentrationsstörningar och svårigheter att fokusera leder till minskad uthållighet vid inläring och inför nya uppgifter/utmaningar

40-60% av barn utsatta för våld utvecklar allvarliga symtom

- Låg självkänsla och depressivitet
(Grych, Jouriles m. fl, 2000)
- Symtom på posttraumatisk stress
(Sternberg m. fl., 2006).
- Aggressivitet, benägenhet att använda våld, irriterabilitet, hyperaktivitet och antisocialt beteende
(Howell, 2011).
- Försämrad förmåga till emotionell reglering
(Margolin, 2005).

Symtom & diagnoser efter trauma

Sviktande självkänsla

Somatiska krämpor Tillbakadragenhet

Koncentrations-/inlärningssvårigheter Hyperaktivitet

Ångest Oro

Depression

Aggressiva beteenden

Språkstörning

Ätstörningar

Självskadebeteende

Självmordstankar

Sexualiserat beteende

Dåligt uppförande

Tvång Trots

Fobier

Sömnsvårigheter

Vanligaste diagnoser hos utsatta barn: ADHD, Depression, Ångest, Beteendestörning, PTSD (Pelcovitz et al, 2000)

Posttraumatiska tillstånd

Traumarelaterade diagnoser

- Anknytningsstörning
- Posttraumatiskt stressyndrom (PTSD)
- Akut stressyndrom
- Anpassningsstörning

Övriga diagnoser

- Depression
- Ångest
- Somatiska syndrom
- Komplicerad sorg
- Dissociativa störningar
- Missbruk

Anger Iceberg

Sometimes when we are angry, there are other emotions under the surface

Icebergs are giant floating pieces of ice found in the coldest parts of the ocean. What you can see from above is just a tiny part. Most of the iceberg is hidden under the surface.

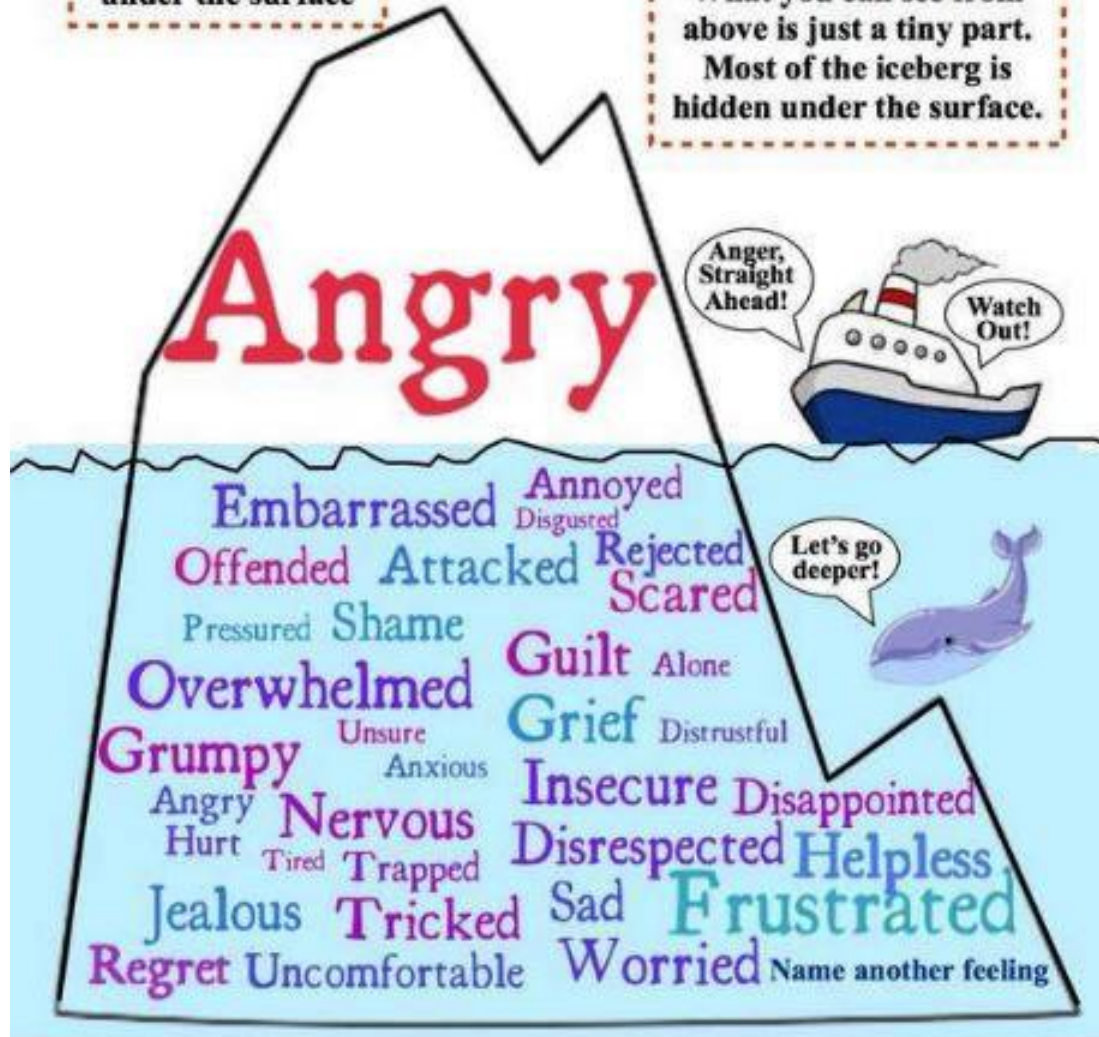
Angry

Anger, Straight Ahead!

Watch Out!

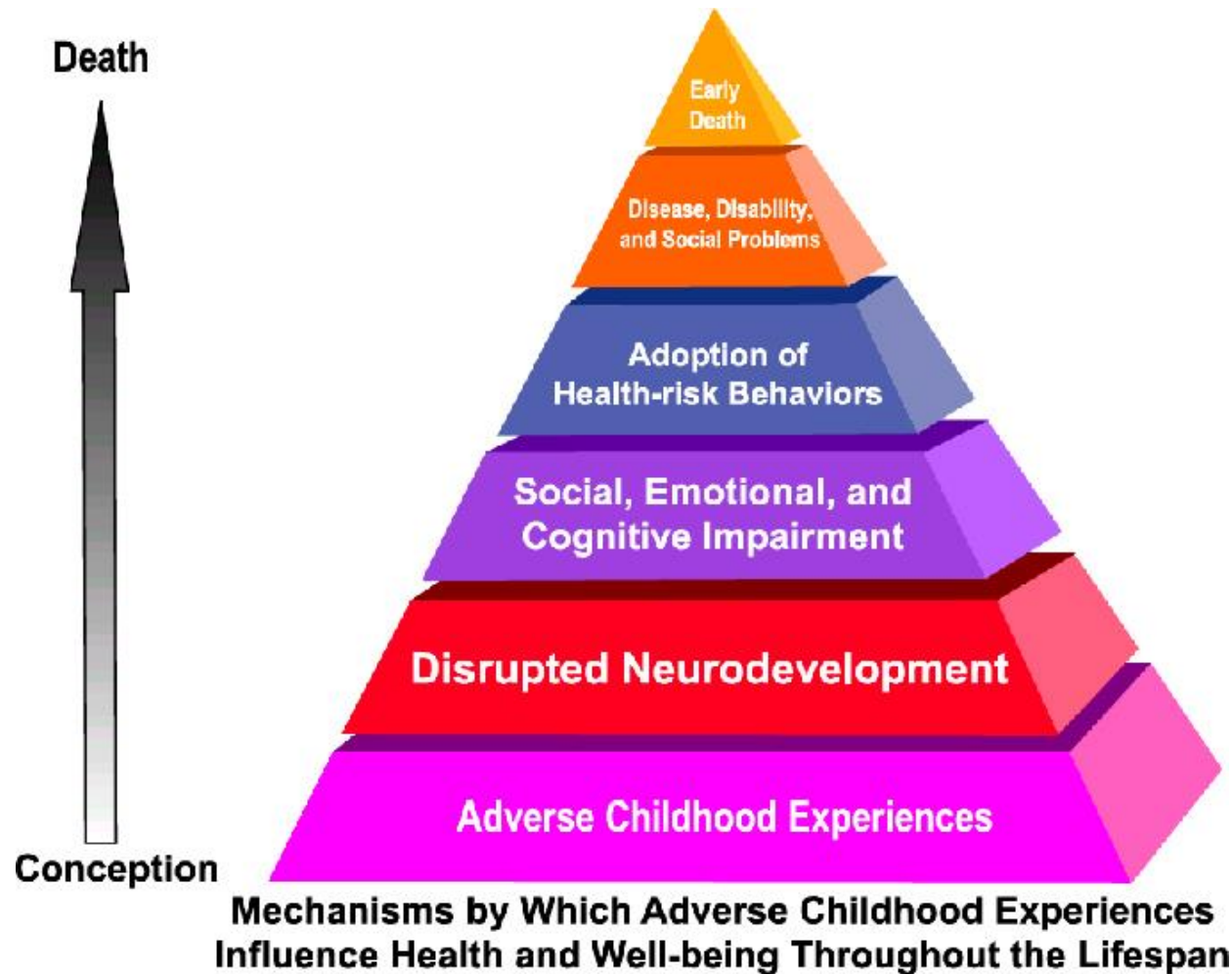
Embarrassed Annoyed
Disgusted
Offended Attacked Rejected
Scared
Pressured Shame
Overwhelmed Guilt Alone
Grief Distrustful
Grumpy Unsure
Anxious
Angry Nervous
Hurt Tired Trapped
Jealous Tricked Sad Frustrated
Regret Uncomfortable Worried Name another feeling

Let's go deeper!



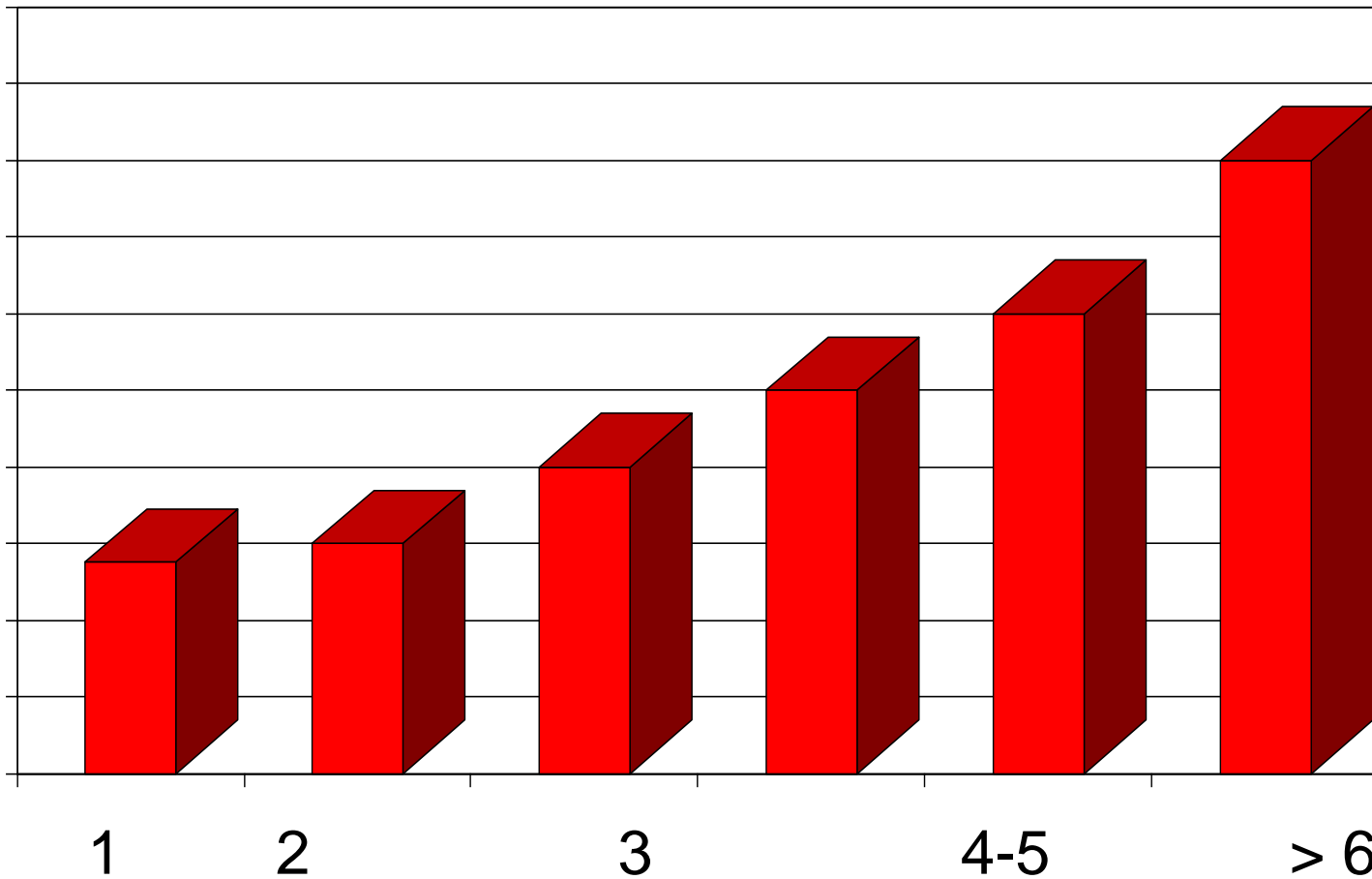
Adverse Childhood Experiences

(ACE-studien, Felitti et al 1998)

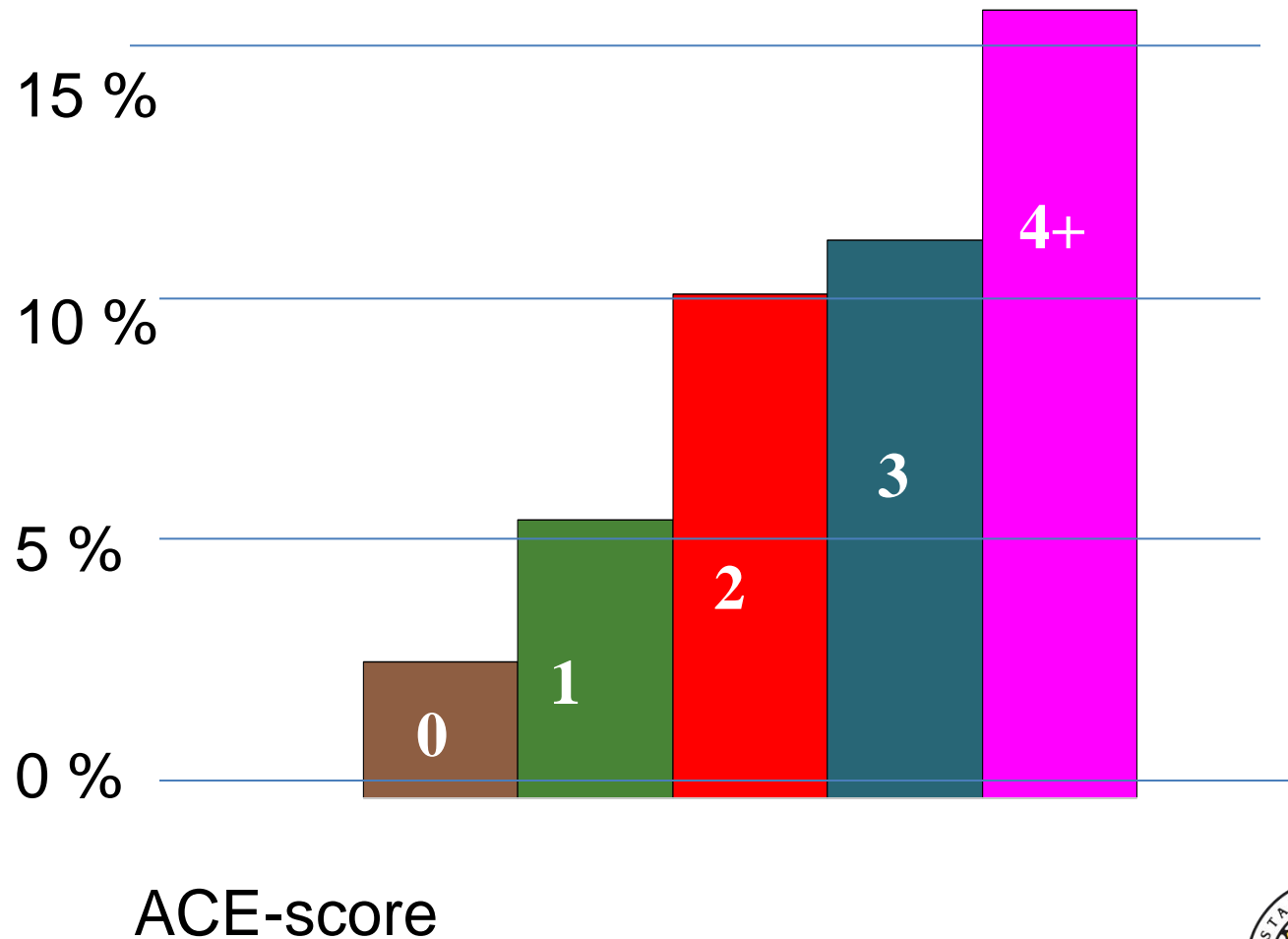


- Den största internationella studien om förekomst av negativa barndomsupplevelser och samband med hälsa i vuxen ålder (Felitti et al, 1998). Upprepats i flera nya studier.
 1. Negativa barndomsupplevelser är betydligt vanligare än vad vi vanligtvis är medvetna om.
 2. Starkt samband mellan antal negativa barndomsupplevelser och riskbeteende.
 3. Starkt samband mellan antal negativa barndomsupplevelser och psykisk sjukdom/missbruk i vuxen ålder.
 4. Tydligt samband mellan negativa barndomsupplevelser och fysisk sjukdom i vuxen ålder.

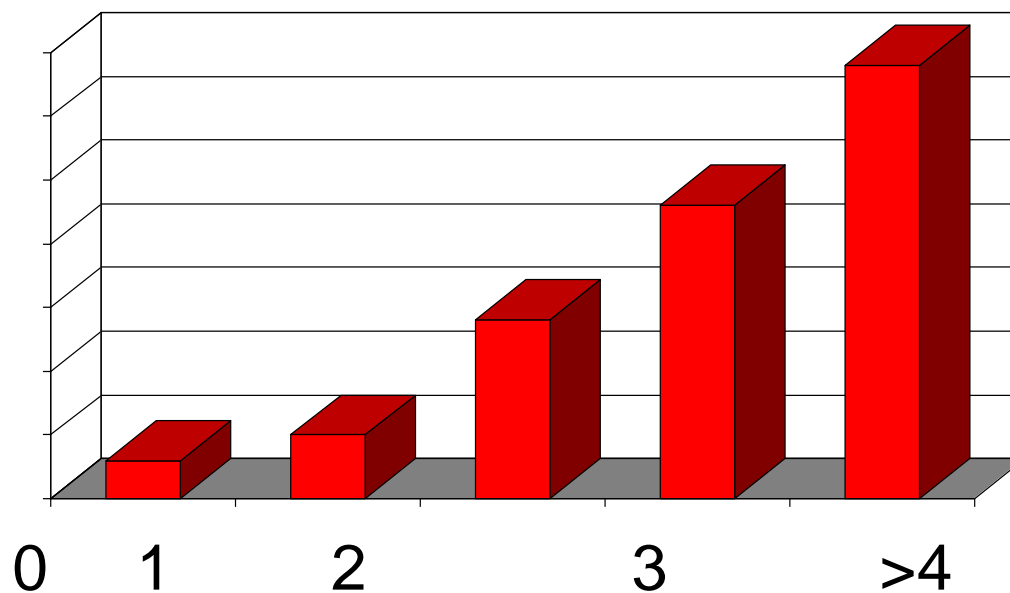
ACE-study: Negativa barndomserfarenheter och rökning som vuxen



ACE-study: Negativa barndomserfarenheter och alkoholism i vuxen ålder



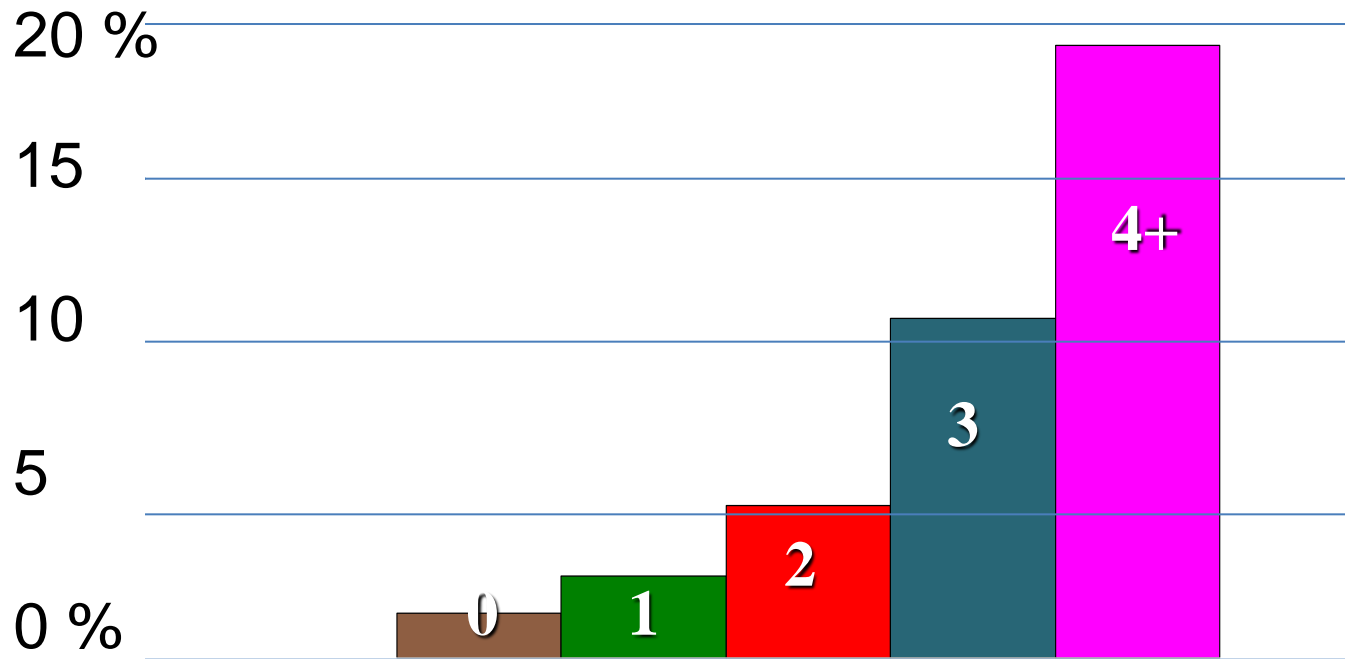
ACE-study: Negativa barndomserfarenheter och intravenöst drogmissbruk



$p < 0.001$



ACE-study: Negativa barndomserfarenheter och självmordsförsök





Stiftelsen
Allmänna Barnhuset



VÅLD MOT BARN 2016

En nationell kartläggning

Carolina Jembro & Staffan Janson



Stiftelsen
Allmänna Barnhuset



DET GÄLLER EN AV FEM

– fakta om barn, sexuella övergrepp
och sexuell exploatering i Sverige 2014

Åsa Landberg, Carl Göran Svedin, Gisela Priebe, Marie Wadsby, Linda Jonsson och Cecilia Fredlund

Det mesta talar för att vi *inte* kommer upptäcka utsatthet

- Föräldrar/förövare döljer och förnekar/förringar (Hydén, 2005)
- Barn berättar ytterst sällan om missförhållanden i hemmet (avsaknad av begrepp, rädsla, bristande tillit) (Georgsson et al., 2011)
- Personal i Socialtjänst och Hälso- och sjukvård (BUP) är obenägna att fråga om våld (Broberg et al., 2011, Hultmann, 2015)
- Personal som arbetar med barn är obenägna att anmäla oro (Svensson et al., 2015)
- Utredningar i Socialtjänst och Hälso- och sjukvård görs utan att barnet träffas *enskilt* (Broberg et al., 2011)

Vad underlättar för personal att uppmärksamma och anmäla?

- Kunskap
- Formulär och rutiner för att fråga och registrera uppgifter om utsatthet
- Rutiner och stöd vid anmälan till socialtjänst och ev polis
- Rutiner för återkoppling och samverkan
- Träning och vana – hur fråga, säga, svara?

Om barn berättar

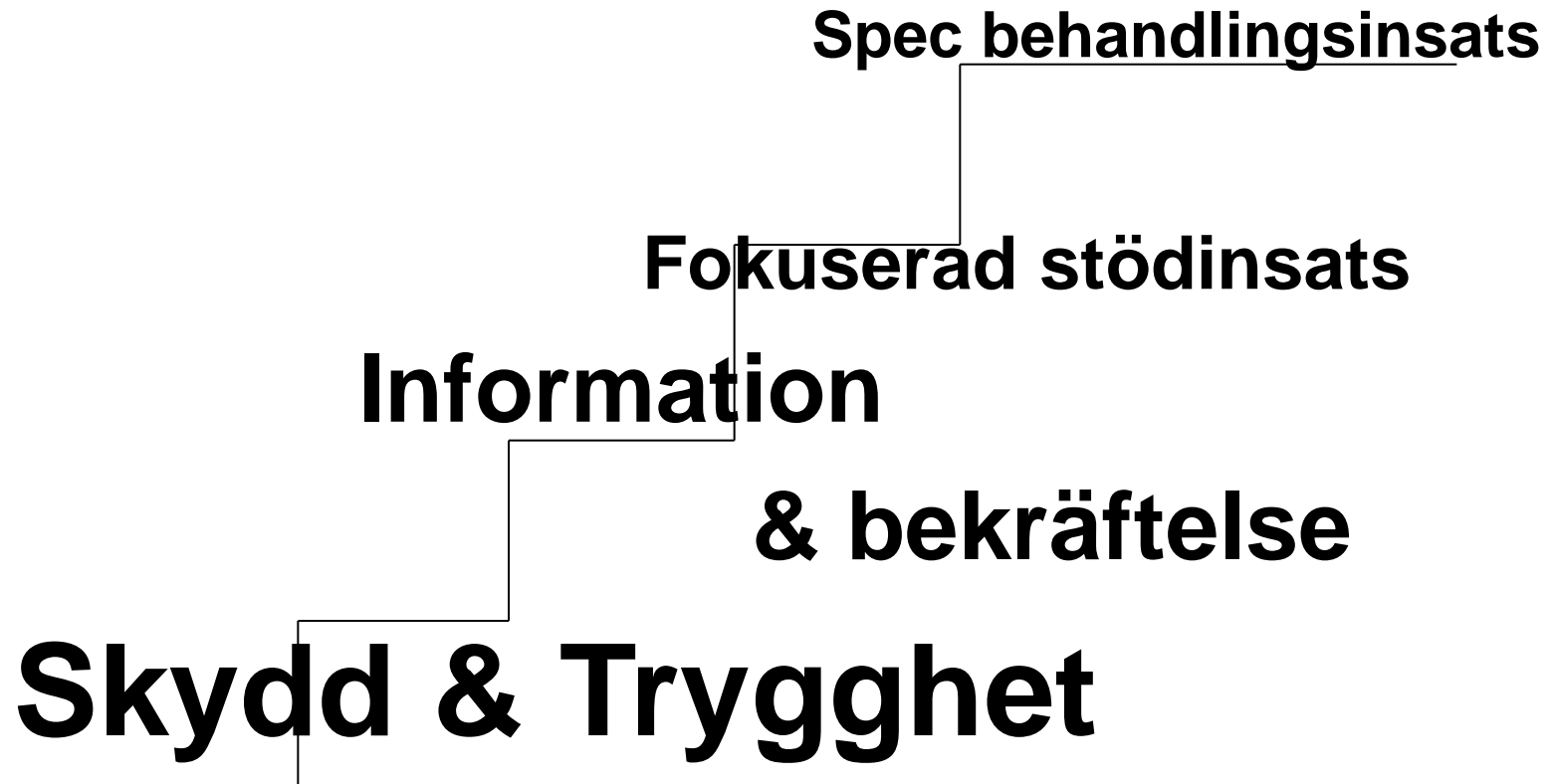
- Visa att du är beredd att lyssna och ta emot
- Stöd med frågor: "Hur var det för dig? Var, när, hur? Berätta gärna igen/mer!"
- Fokus på fakta och i vilken ordning saker hände – avvakta med känslomässigt fokus
- Ta hjälp av lite saker, penna, papper, etc som stöd om barnet vill berätta genom att visa
- Planera för uppföljning

ill: Moa Hoff



Stöd och behandling för barn vid traumatillstånd

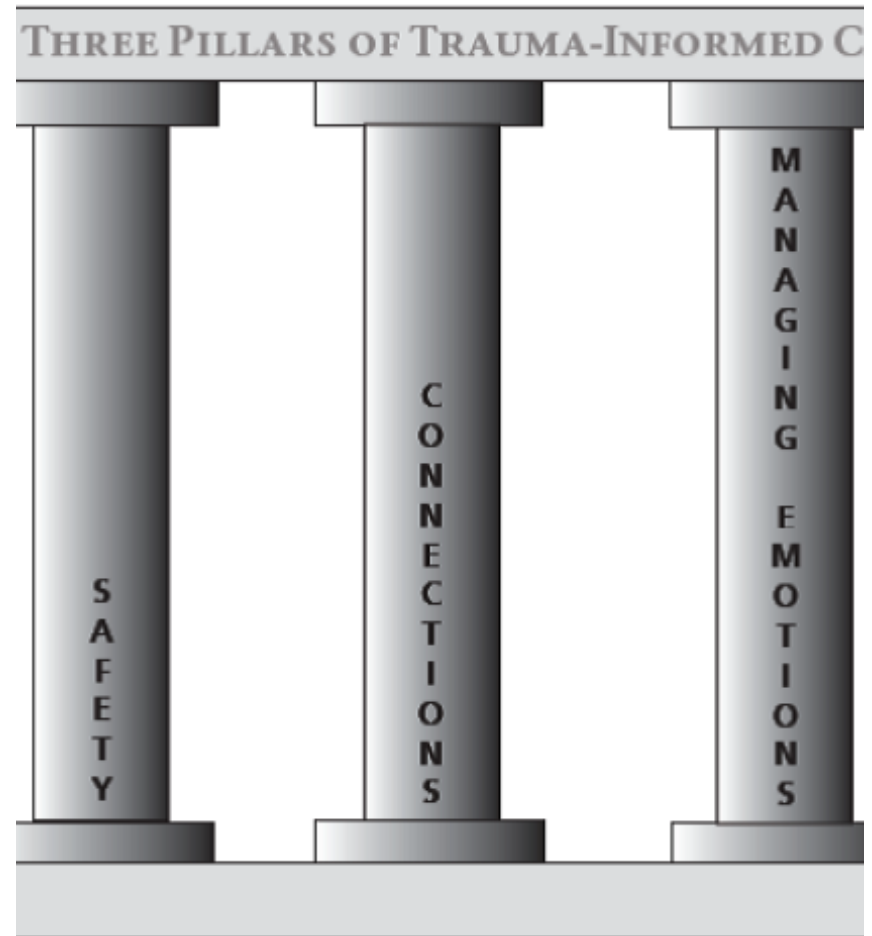
Insatstrappa



Traumamedveten omsorg

Vad alla behöver efter svåra påfrestningar (Howard Bath)

- Skydd och trygghet
- Goda relationer, omsorg och positiva sammanhang
- Strategier för att hantera stress och möta nya utmaningar och svåra situationer (coping)





People will forget
what you said,
people will forget
what you did, but
people will never
forget how you
made them feel.

(Maya Angelou)

Vilka barn behöver specialiserad behandling?



- 40 – 60% av barn/unga som utsatts för upprepade traumatiska påfrestningar
- Utvecklat egen problematik, funktionssänkning och (ibland) lidande
- Barn/unga placerade i jour- och familjehem, institutionsvård

Traumabehandling

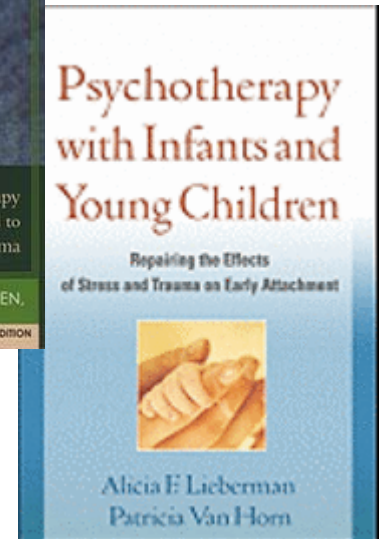
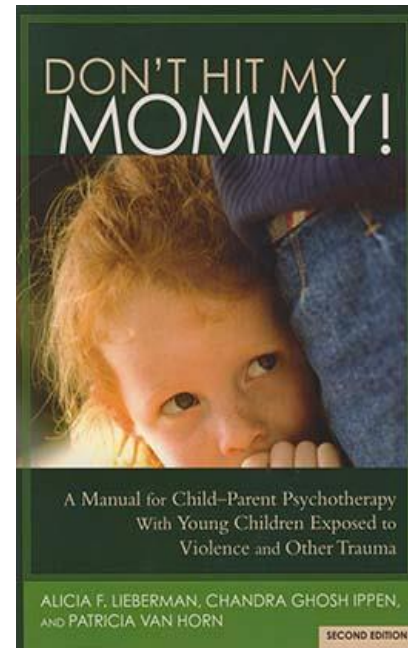
Forsknings- och kunskapsläget

- Forskningsevidens för barn yngre barn
Project Support – socialtjänstverksamhet
Child – Parent Psychotherapy (CPP) – BUP etc
- Beprövad erfarenhet:
Föräldrastöd, Gruppinsats, fokus på anknytning/relationer,
Uttryckande/skapande terapier med traumafokus, **Trappan**
- Läkemedelsbehandling:
Behandling av symtom (ångest, sömnstörning,
depression) som stöd till psykoterapi



(Foa, 2009; Courtois & Ford, 2013;
BUP Stockholms riktlinjer 2015,
iRisk studien 2015)

CPP Manualiserad Komponentbaserad



Manual: *Don't Hit My Mommy! A Manual for Child-Parent Psychotherapy with Young Children Exposed to Violence and Other Trauma* (Lieberman, Ghosh Ippen & Van Horn, 2015)

Grundbok: *Psychotherapy with Infants and Young Children. Repairing the Effects of Stress and Trauma on Early Attachment* (Lieberman & Van Horne, 2008)

När är det lämpligt att använda CPP?

- Efter situationer, enstaka eller upprepade, när barnvuxen relationen påverkats negativt av svåra påfrestningar, som t ex:
 - Omsorgspersonen har utsatts för våld i nära relation
 - Barnet har utsatts för misshandel, omsorgssvikt, övergrepp
 - Olyckshändelser, våldsbrott, naturkatastrofer
 - Sorg/dödsfall/förlust
 - Depression eller annan psykisk sjukdom hos förälder
 - Annan svår stress i familjen som påverkar anknytningssystemet

Grunder i CPP

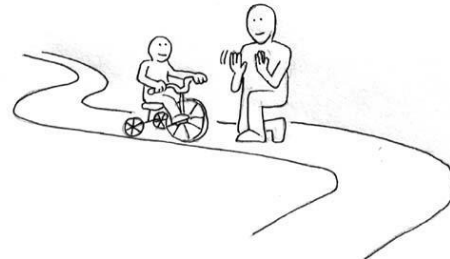
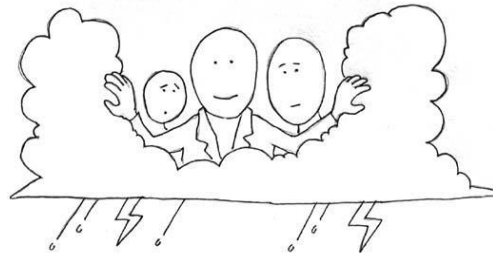
- Teoretiskt integrativ – utvecklingspsykologi, neuropsykologi, anknytningsteori, traumateori, PDT- & KBT-tekniker.
- Flexibel modell, 15 – 30 behandlingstillfällen vanligt.
- Lek, bild och rörelse har central plats i CPP
- Mål: stärka anknytningsrelationer, skapa mening av det som skett, öka förståelse för hur barn och relationer påverkas av trauma/påfrestningar, stärka föräldraförmågor och stimulera typisk utveckling hos barn.



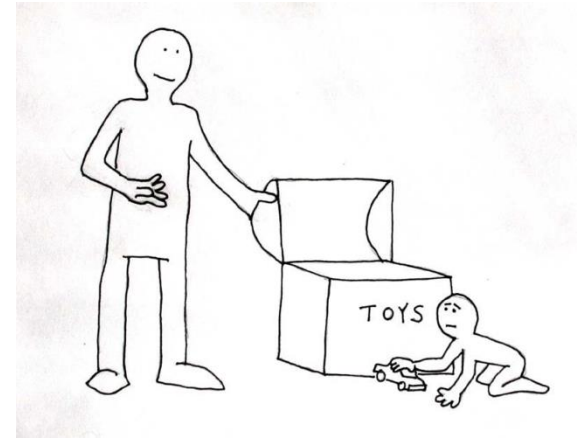
Målrelaterade komponenter i CPP



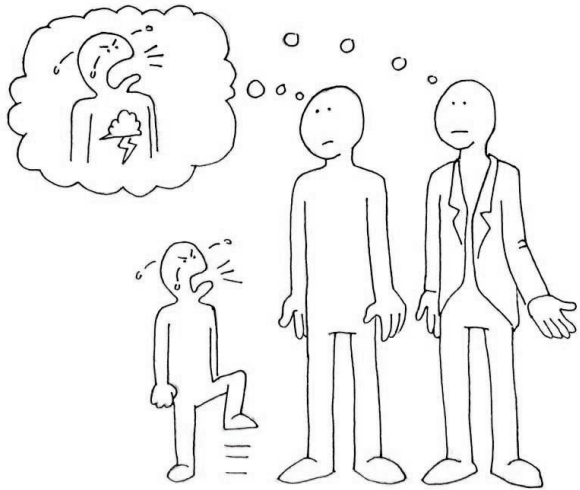
Föräldern som skyddande sköld



Att stödja normalutveckling



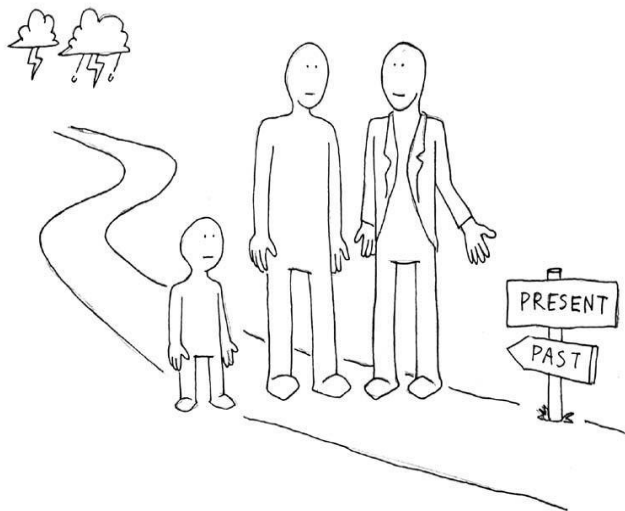
Föräldern som legitim autoritet



Att normalisera reaktioner på trauma



Att förstå betydelsen av beteende
Att översätta och förmedla



Att skilja på att minnas
och återuppleva

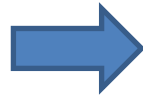


Att konstruera en traumaberättelse - möjlighet att
gemensamt göra det som hänt begripligt, finna
mening, få perspektiv, sammanhang och utveckla
affektreglering kopplat till trauma



Dyadisk affektreglering

Före behandling



Efter behandling






MIN KROPP ÄR MIN

HELENA ENOKSSON

STOPP! MIN KROPP!



En handbok för
vuxna i hur man
pratar med barn om
kroppen, gränser
och sexuella
övergrepp

 Rädda Barnen

