

ARBETSBLAD TILL FILMEN

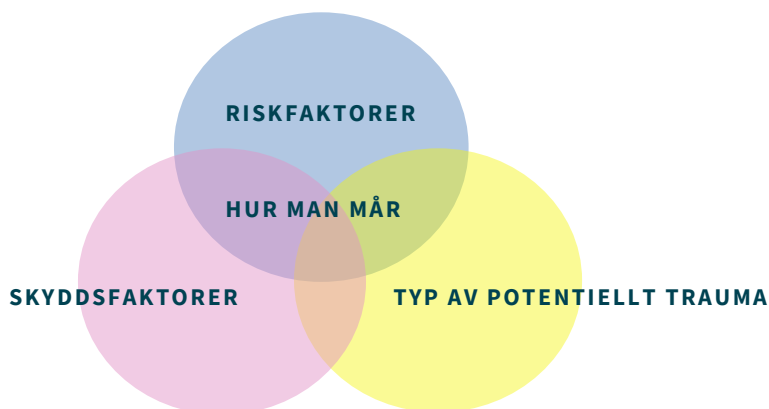
Trauma

Traumatiserade barn och unga är beroende av att vi har kunskap om vad det innebär för dem så att de kan få rätt hjälp.

TRAUMA BETYDER SÅR

Ordet trauma betyder skada eller sår och innebär att något upplevs så skrämmande eller överväldigande att man inte har tillräckliga psykiska resurser för att möta det utan att det blir negativa bestående följder.

Eftersom det är den vuxnes eller barnets upplevelse som avgör om ett trauma skapas eller inte skapas brukar begreppet potentiellt traumatiserande händelser användas. Vad som påverkar om någon blir traumatiserad är en kombination av risk- och skyddsfaktorer



Potentiellt traumatiserande händelser

Potentiellt traumatiserande händelser kan delas in i kategorier som visar graden av närhet mellan offer och förövare

- Opersonliga trauman
- Interpersonella trauman
- Anknytningstrauman

Potentiellt traumatiserande händelser kan också delas in i kategorier som visar långvarighet

- Typ I; enstaka händelser
- Typ II eller komplext trauma; återkommande påfrestningar

Ett anknytningstrauma orsakat av misshandel, övergrepp, eller det mer lågintensiva hotet som ett långvarigt känslomässigt övergivande innebär, är alltid ett komplext trauma.

VAD VET VI ATT BARNET VARIT MED OM?

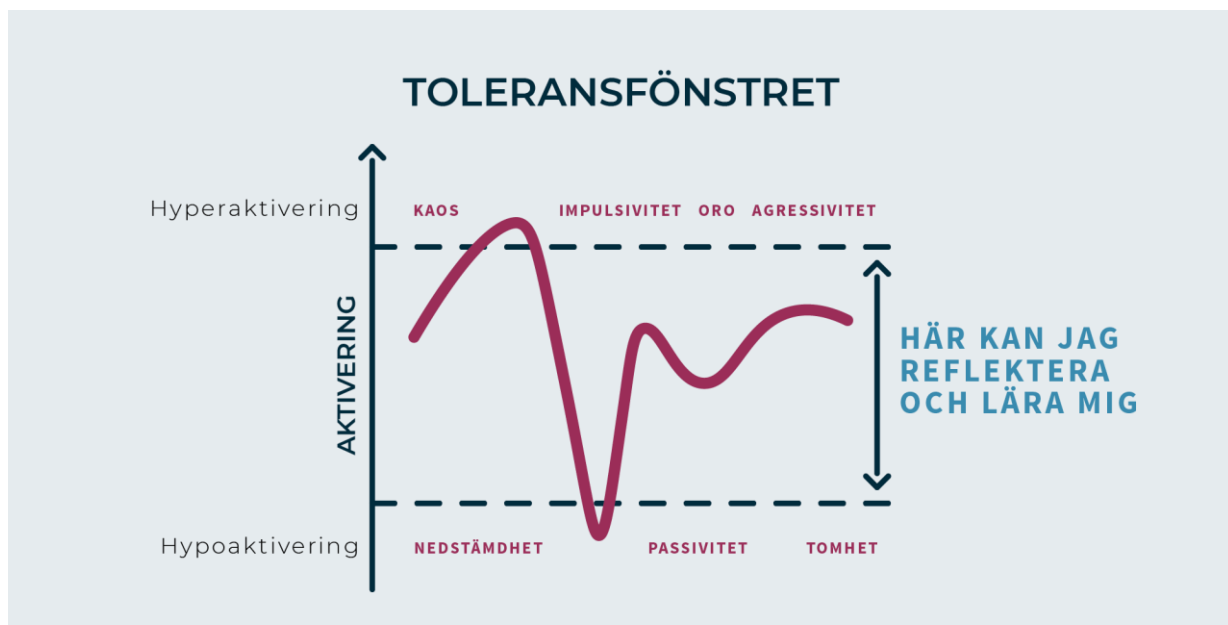
- Fysisk försummelse
- Emotionell försummelse
- Fysiska övergrepp
- Emotionella övergrepp
- Sexuella övergrepp
- Separationer, flyttar, förluster

ATT BADA I EN HOTFULL MILJÖ

När vi är stressade utsöndras stresshormoner, som kortisol och adrenalin, som ska förbereda kropp och psyke på den hotfulla situationen.

Att vara utsatt för långvarig stress påverkar därför vitala organ och system negativt.

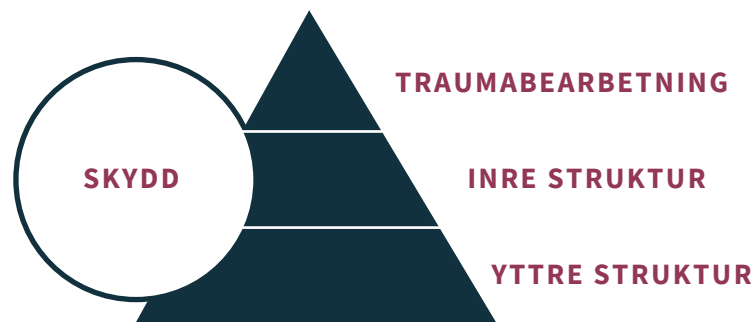
Traumatiska erfarenheter försätter hjärnan i ett hyperalert tillstånd och leder till "överreaktioner" på vanliga situationer



TRAUMATISERING PÅVERKAR

- Inläarning
- Exekutiva funktioner
- Förmåga att ta hand om sina känslor
- Förmåga att förstå andras perspektiv
- Relationer
- Skolgång

Behov hos ett traumatiserat barn



Hur vänder vi utvecklingen?

STRUKTUR, FÖRUTSÄGBARHET, BARNETS PERSPEKTIV

Traumatiserade barn har en ökad känslighet för triggers.

De blir oftare rädda.

STÖD I STUNDEN STÖD I UTVECKLING ATT VIDGA SITT TOLERANSFÖNSTER

... de får då ofta svårare att lugna sig själva och ta hand om sina känslor...

...och har svårigheter att uttrycka sina behov och lita på att de kan få hjälp...

ATT VISA PÅ TRYGG BAS OCH SÄKER HAMN ATT "RITA OM KARTAN"



SAMMANFATTNING

- Ett trauma i en anknytningsrelation innebär ett komplext trauma
- Traumatiska erfarenheter leder till hyperalerta tillstånd
- Trauma påverkar utveckling
- I ett familjehem kan tidigare brister kan fyllas på

FÖR FÖRDJUPNING

Bidö, S., Mannheimer, M. & Samuelberg, P. (2018). Traumatisering hos barn. Natur&Kultur

Perge, A. (2013). Vad har du varit med om? PTSD och dissociation hos barn och unga. Insidan förlag

Filmen When we are Scared av Chandra Ghosh Ippen. You Tube.

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

Frågor till dig som sett filmen

- Vad är dina spontana reaktioner på filmen?
- Ser du tecken på traumatisering hos ett barn eller tonåring som du har hos dig?
- Vad känner du till om barnets eller tonåringens bakgrund? Behöver du veta mer om något?
- Vad tänker du blir viktigt i de tre olika ingångarna i den goda cirkeln?
- Vad innebär "*Being with, feeling with och going with...*" för dig som familjehem?