Lapsi ja trauma

Kriisikeskus Osviitan koulutusilta 2.2.2017

Kirsi Peltonen, PsT., Dos

Tampereen yliopisto

Trauman SYNTY

Potentiaaliseti traumatisoiva(t) tapahtuma(t)

-> Traumaattinen kokemus

-> Selviytymisyritykset

- Psyykkiset reaktiot traumaattisen tapahtuman yhteydessä: Normaaleja reaktioita epänormaaliin tilanteeseen (mm. Saari 2012)

-> Mutta häiriintyessään: Psyykkinen trauma (uudelleen kokeminen, ylivirittyneisyys, välttely, pitkittyneet negativiiset emot. ja kogn. muutokset)

à Kriisin/trauman ammatillinen hoito

Kompleksi traumatisoituminen

- taustalla pitkittyneet, interpersoonalliset, toistuvat traumaattiset **kokemukset** joissa pakeneminen ei ole ollut mahdollista

Lapsen haavoittuvuus traumatisoivissa kriiseissä
(esim. Osofsky, 2004)

- Vähän aikaisempia kokemuksia
- Fyysinen, psyykkinen ja emotionaalinen riippuvuus vanhemmista
- Kriisien päällekkäisyys (kehityskriisit rinnalla)
- Mahdollinen aikaisempi traumahistoria
- Psyykkiset puolustusmekanismit kehittymättömiä
- Tiedonkäsittelyyn ja tunteiden prosessointiin liittyvä kapasiteetti puutteellinen, esim. egosentrisyys

Miksi lapsi traumatisoituu

- Sosiaalisia syitä
  - Muutos ihmistenvälisissä suhteissa, perhe- ja asumistilanteissa, taloudellisesti
  - Luotetun aikuisen muuttuminen pelottavaksi
- Kognitiivis-emotionaalisia syitä
  - Muutos käsityksille maailmasta ja ihmisistä -> skeemat itsestä ja maailmasta muuttuvat -> erityisesti perusturvallisuuden tunteen kehityksen häiriintyminen
  - Muutoksia tunteiden säätelyssä ja ilmaisussa
  - Voimakkaiden kokemusten välttely
  - Keskittymis- ja muistivaikeudet -> koulunkäyntivaikeudet
- Neurobiologisia syitä
  - Stressinsäätelyjärjestelmien poikkeava toiminta (erityisesti HPA-akseli ja hippokampus)
  - Pitkittyneet epätyypilliset neurofysiologiset vasteet (reaktiot stressitilanteissa pääasiassa voimistuneita)

Amygdala ja hippokampus tekevät päätöksen: ”Olenko vaarassa?”

- Hippokampus
  - käy läpi aiemmat muistovarastot jotka voivat auttaa päätöksenteossa (huom. siirtänyt muistot lyhytkestoisesta muistista korteksiin, pitkäkestoiseen muistiin)
  - kerää yhteen eri aistikanavien kautta tulevan ja tulevan tiedon

Liu et a. (2016):
Memory consolidation reconfigures neural pathways involved in the suppression of emotional memories.
Nature Communications, 7

- Amygdala
  - sitoo yhteen hippokampuksen tuottaman tiedon sekä sisäisen ”kemiallisen tiedon” välittäjäaineista ja hormoneista sekä emootioista
  - jos uhka todetaan, tekee päätöksen toiminnasta -> tieto siirtyy amygdalasta aivojen muihin osiin ja toiminta käynnistyy -> fight or flight
  - niin kauan kuin vaaran tunne on päällä amygdalalla on ”hallinta” -> se ohjaa reaktioita joista osa on vaistonvaraisia, aivojen syvistä osista peräisin olevia, selviytymiseen tähtääviä (esim. startle)

Neuraalinen pikatie ja tradeoff –ilmiö

- Koska prefrontaali alueiden työ on kriisitilanteeseen nähden liian hidasta syntyy ns. Neuraalinen Pikatie eli ärsyke ohittaa tiettyjä aivoalueita ja tämän piirin aktivoituminen saa ajatuksemme fiksoitumaan stressin aiheuttajaan (triggeriin)
- Trade-off-ilmiö: Empiiriset tutkimukset ovat osoittaneet että emotionaalinen ärsyke saattaa laukaista ns. Trade-off ilmiön jossa emotionaalisesti relevanttia infromaatiota koodataan muun tiedon (esim. aikaan ja paikkaan liittyvän) kustannuksella

Kortisoli -> Muutokset hippokampuksen toiminnassa

- Stressin aikana: ylisensitiivinen, yliaktiivinen ja yliresponsiivinen HPA-akseli saa aikaa lisääntynyttä kortisolin eritystä

-> Häiritsee hippokampuksen toimintaa (menettää hermosoluja ja koko pienenee)

  - Voimakkaan stressin aikana hippokampuksen ”viileä systeemi” pysyy pois käytöstä ja siksi muistojen sijoittaminen oikeaan ajalliseen järjestykseen häiriintyy ja jää pirstaleisksi. Lisäksi uuden tiedon vastaanottaminen estyy. Kaikki tuntuu tapahtuvan tässä ja nyt. Erottelu ”nyt – turvassa” ja ”nyt-vaarassa” välillä epäonnistuu.

- HUOM. Jos lapsen hippokampus on riittävän kauan ”pois käytöstä” trauman takia, hän ei saa vietyä muistoja, tai oppimiaan asioita pitkäkestoiseen muistiin. Jos pelkoa on riittävästi, aivot tunnistavat lähes minkä tahansa tosielämän tapahtuman uhaksi, ja jos yhteyksiä muihin tapahtumiin ei ole riittävästi (vrt. ei pitkäkestoisia muistoja) lapsi ei opi olemaan kosketuksissa todellisuuteen tavalla, joka yleensä opitaan.

- Videota katsoessasi pohdi:
  - Millaisessa tilassa lapsen keho on?
  - Mitä lapsi ajattelee? -> Miten lapsi jäsentää maailmaa?
  - Mitä lapsi tuntee tai ei tunne?

https://www.youtube.com/watch?v=lOeQUwdAjE0 (0.00-4.20)