

Velkommen til workshop

Stabiliseringsprocesser i traumebehandling



Lars Junker

Louise Bjørnkjær Olsen

Mette Munksgaard

Elsebet Madsen Odgaard

Inge Bach Laursen



RådgivningsCentret



Børnehus
Midt

- Hvad forstår vi ved et traume
- Tolerancevinduet
- Barnet i relationen
- Stabiliseringsprocesser



RådgivningsCentret



Børnehus
Midt



Traumer

Traume: græsk: Sår på ånd, krop og sjæl.

Psykisk traume: Når en hændelse overvælder personens kapacitet til at beskytte sit velbefindende og integritet, og hvor begivenhedens kraft overstiger personens ressourcer



Normale reaktioner på stressende begivenheder

- Vi er gearet til overlevelse
- Trussel → kroppens alarmsystem aktiveres
→ kamp/flugt eller frys



- Sensoriske fornemmelser: lugt, billeder, lyd
Fra fragmenter i hukommelsen til sammenhængende fortælling
- Vores overlevelse forudsætter, at vi husker farer!

Udviklingstraumer

- Traumatisk stress plus svigtende omsorgsregulering
- Når barnet sættes i alarmtilstand af den person, der skulle have hjulpet barnet til at regulere affekt
- Kan føre til et overaktivt og hyperaktiveret alarmsystem og et underudviklet og svagt reguleringssystem
- Udviklingstraumer tvinger hjernen til at organisere sig med fokus på overlevelse fremfor læring



Børn og traumer



- Når stressende belastninger sker over tid
- Jo yngre barnet er
- Når det sker i omsorgskonteksten



RådgivningsCentret



Børnehus
Midt

Komplekse traumer – komplekse reaktioner:

Biologi/kropslig smerte og sygdom

Reduceret kontrol over egen adfærd

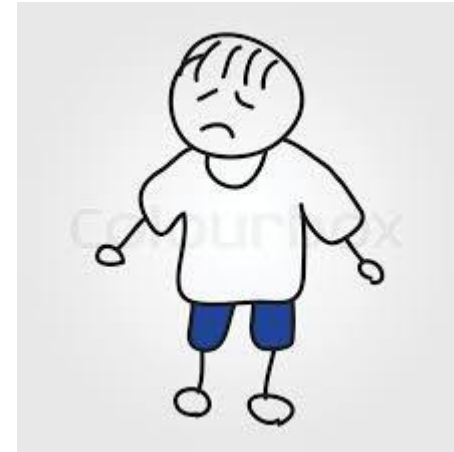
Ændret selvfølelse og selvbillede

Reducerede kognitive færdigheder

Dissociering

Tilknytningsevne reduceret

Reduceret evne til at regulere følelser

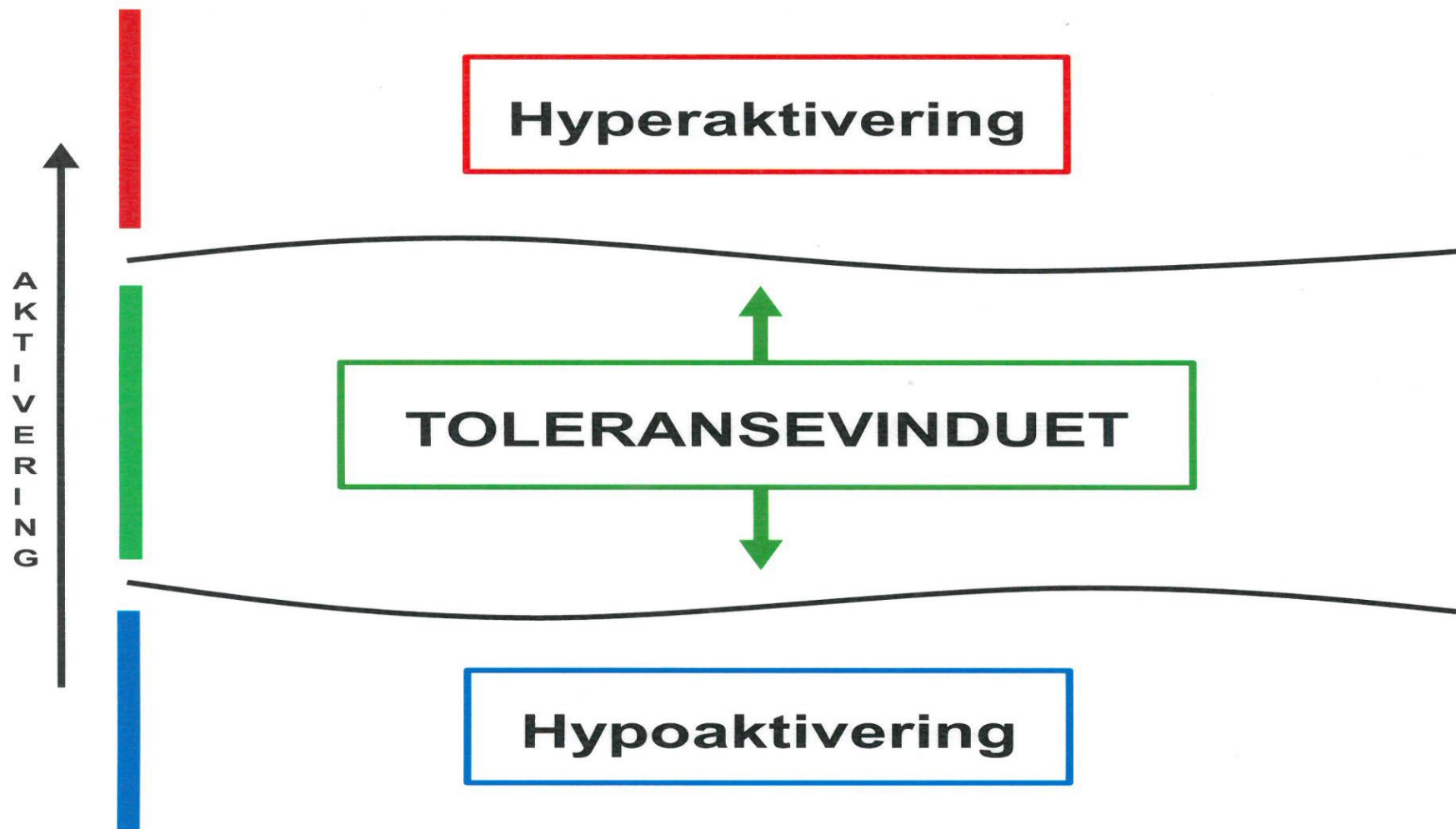


RådgivningsCentret



Børnehus
Midt

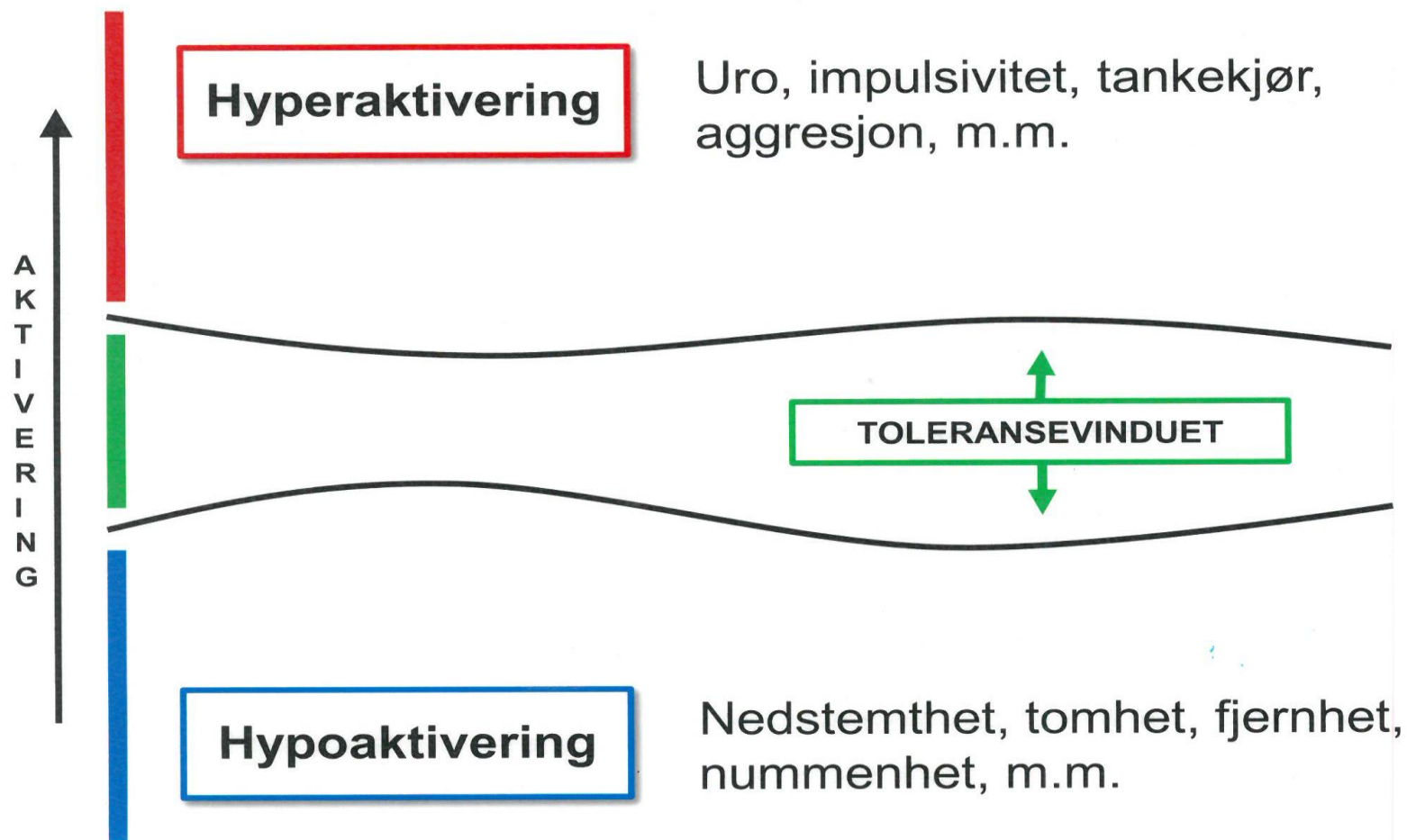
Tolerancevinduet som værktøj



Nordanger & Braarud, 2016, tilpasset fra Ogden, Minton & Pain, 2006



Tolerancevinduet med symptombeskriver



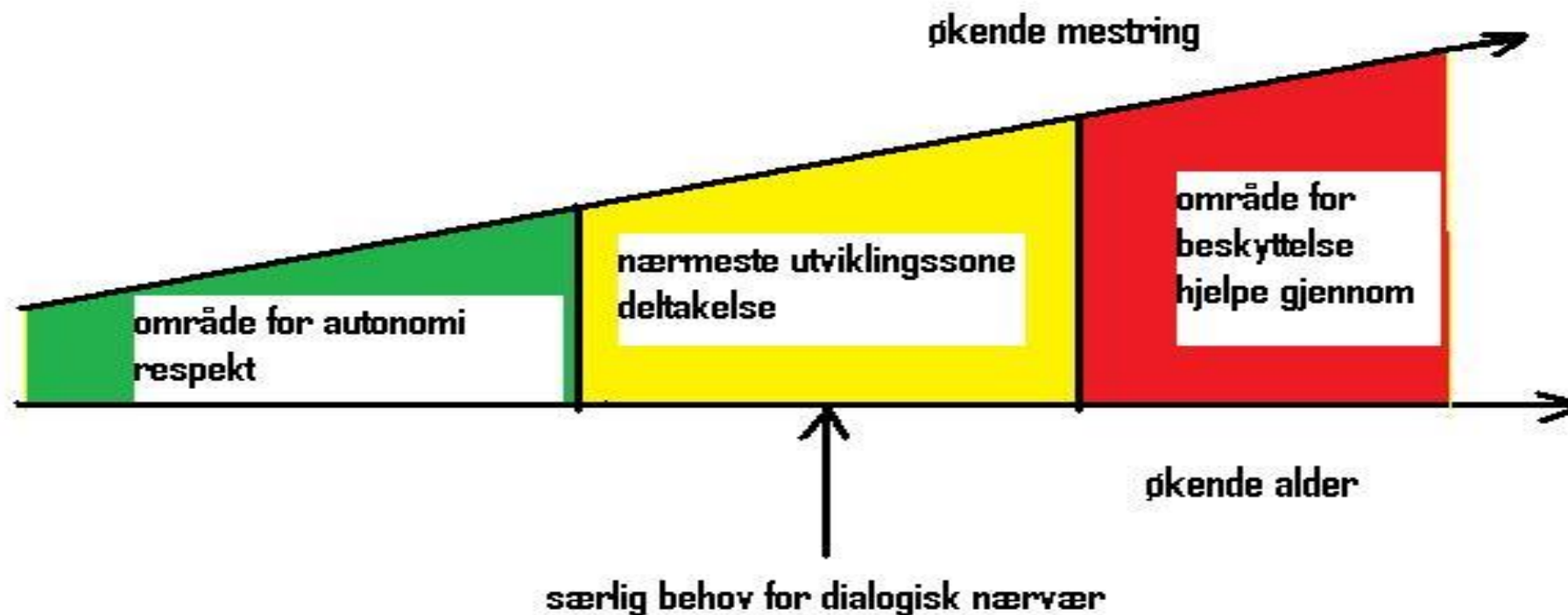
Nordanger & Braarud, 2016, tilpasset fra Ogden, Minton & Pain, 2006



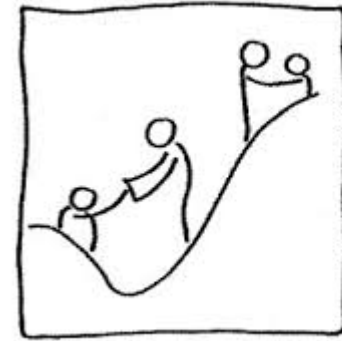
RådgivningsCentret Børnehus
Midt



Udviklingsbanen – nærmeste udviklingszone



Fra ydre til indre regulering



- For at udvikle egen indre regulering, må man opleve regulering fra andre
- Udvikle indre arbejdsmodeller for selvregulering
- Stadig flere stimuli som før var overvældende, er det ikke længere, fordi barnet har erfaret, at de er håndterbare eller at omsorgspersonen kan mobiliseres for at håndtere dem.
- Bliver i stand til at udforske verden i stadig større omkreds



Børn tåler ganske meget uvejr,
særlig hvis de får vejrmeldingen først, men
de tåler ikke langvarige klimaændringer



Magne Raundalen

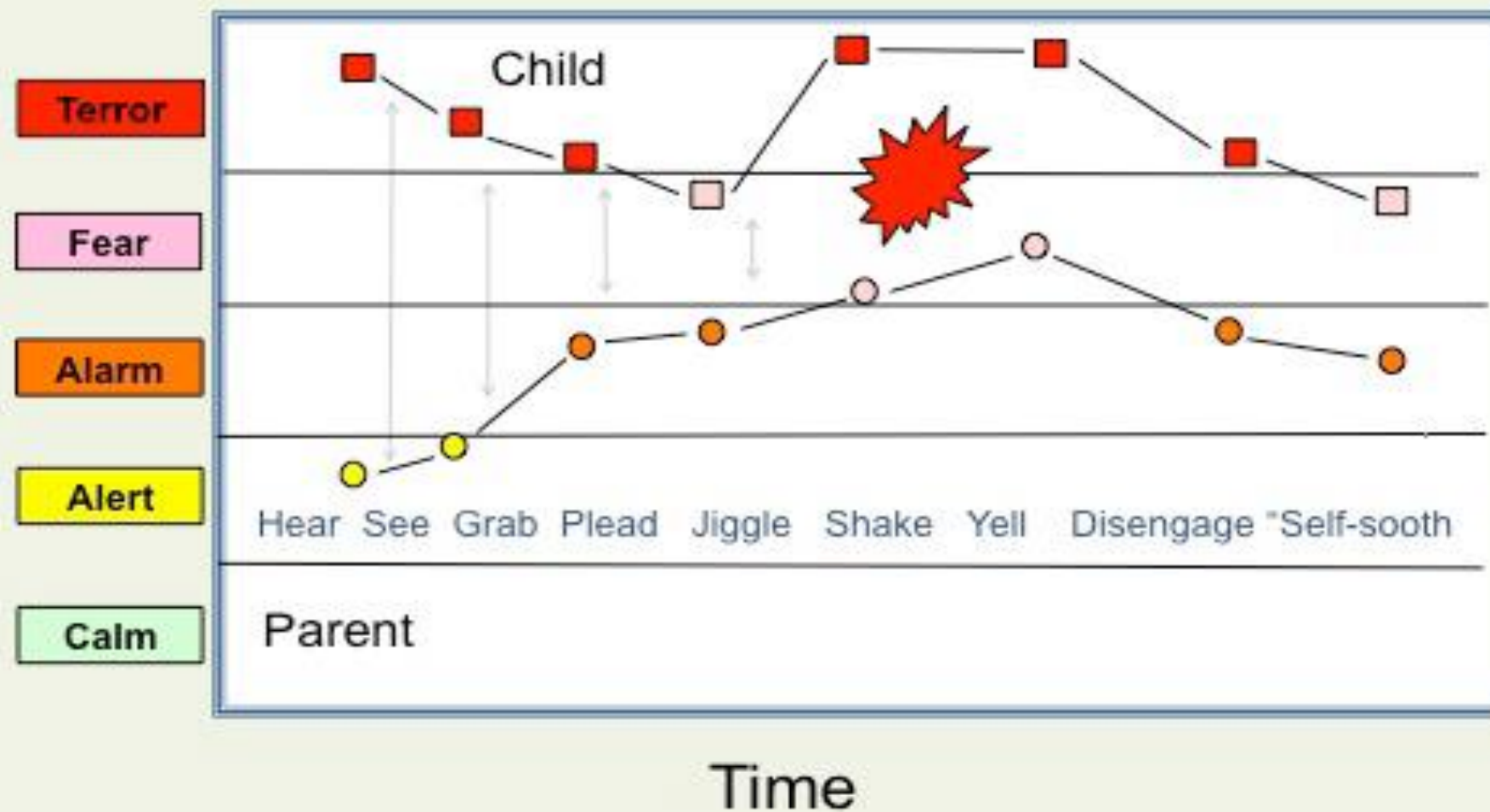


RådgivningsCentret



Børnehus
Midt

Co-dysregulation: Distressed child and anxious, reactive parent



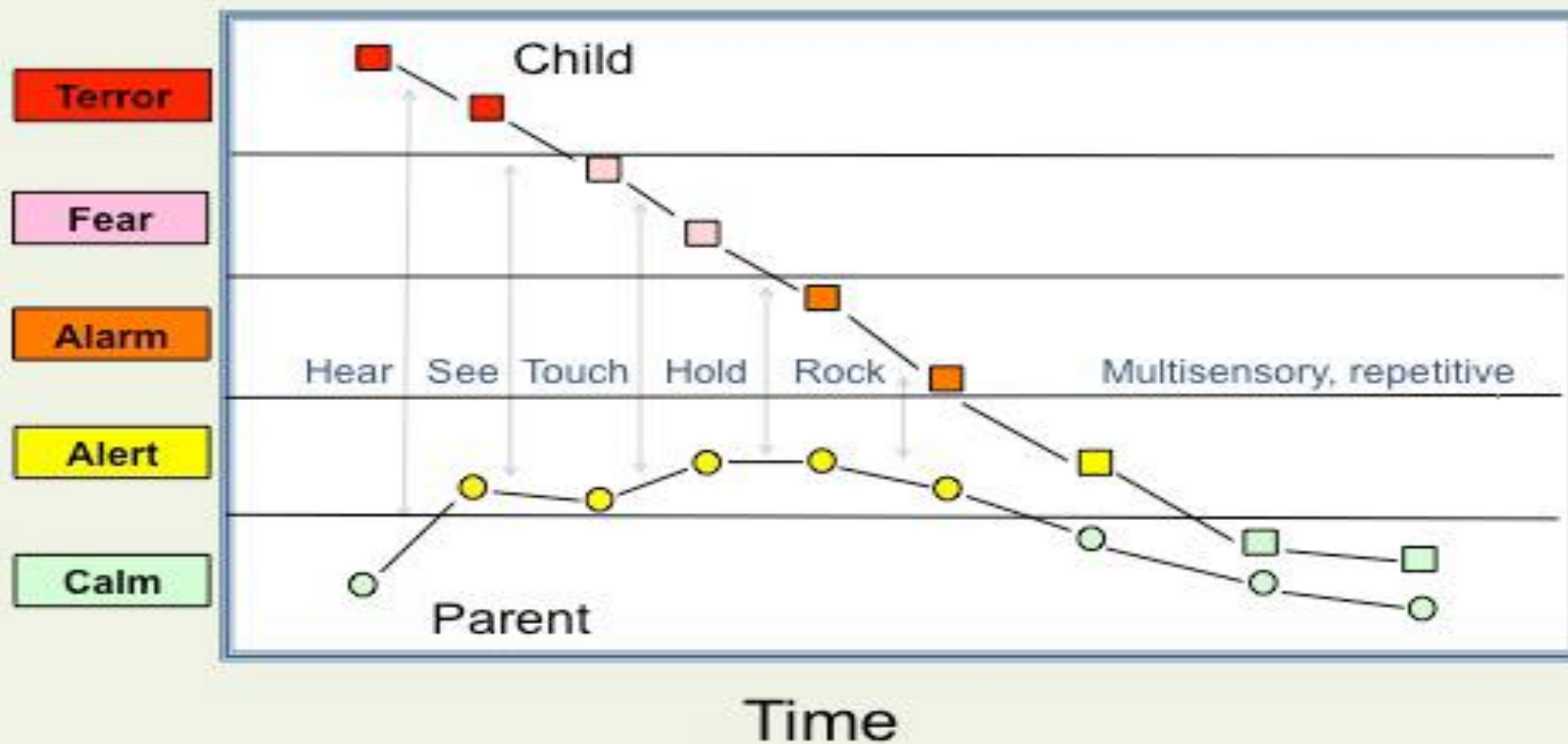
All rights reserved © 2010 Bruce D. Perry



RådgivningsCentret Børnehus
Midt



Co-regulation: Distressed child and well-regulated parent



All rights reserved © 2010 Bruce D. Perry



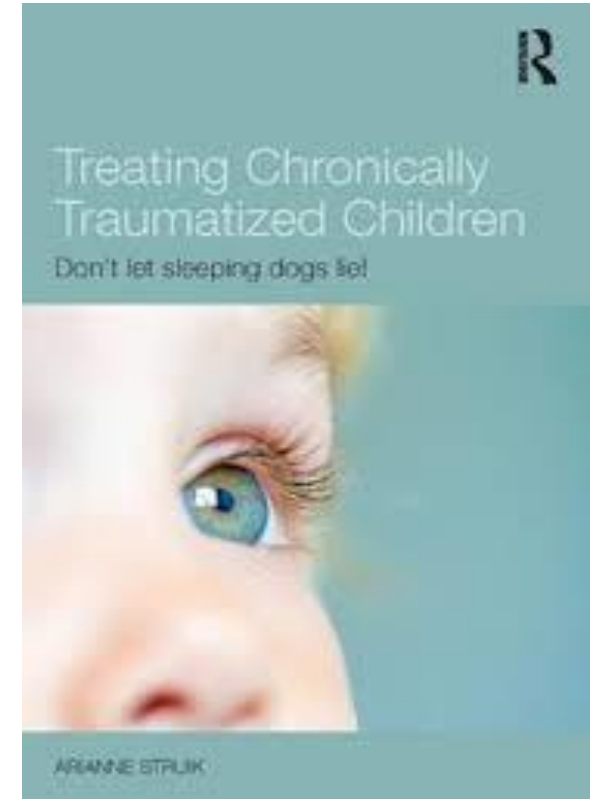
RådgivningsCentret Børnehus
Midt



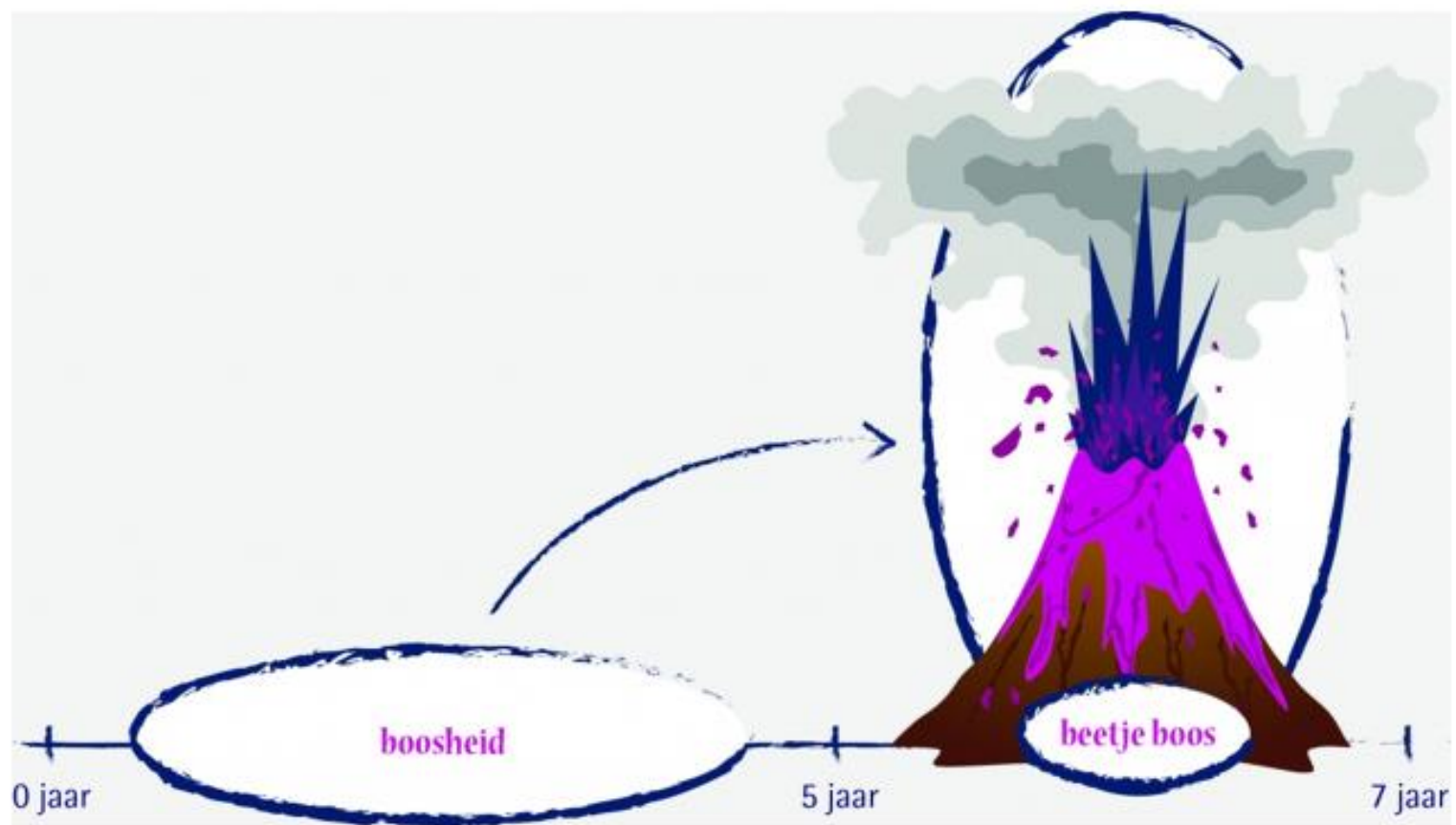
Stabiliserende processer

Inspiration fra psykolog Arianne Struik

- Traumebehandling indenfor tolerancevinduet
- Tjekliste
- Særligt, hvis der er 'sovende hunde' – traumer
- Psykoedukation
- Motivation



Vulkanmodel



Fokus på stabilisering - tjekliste

1. Sikkerhed
2. Dagligt liv
3. Tilknytning
 - a) Nødvendige forudsætninger for tilknytning
 - b) Aktivering af tilknytningssystem
4. Følelsesregulering
5. Kognitivt skift
6. Nøddeskallen



RådgivningsCentret



Børnehus
Midt

Sikkerhed

- Tilstrækkelig fysisk sikkerhed
- Emotionel sikkerhed
- Terapeutisk sikkerhed – opbakning ift. behandling



Dagligt liv

- Daglige rutiner
- Søvn
- Mareridt, flashbacks og triggere
- Spisning
- Skole
- Stof- eller alkohol misbrug
- Adfærdsproblemer



Tilknytning



1. Er nødvendige forudsætninger for tilknytning til stede?
2. Er tilknytningssystemet aktiveret?

Emotionsregulering

- Barnet mærker og kender fysiske sansninger
- Barnet kender de basale emotioner



Kognitivt skift



- Egen eller andres skyld/fejl?
- Forælder/krænker tager ansvar/tager ikke ansvar
- Konsekvenserne af det kognitive skift er ikke farlige for barnet

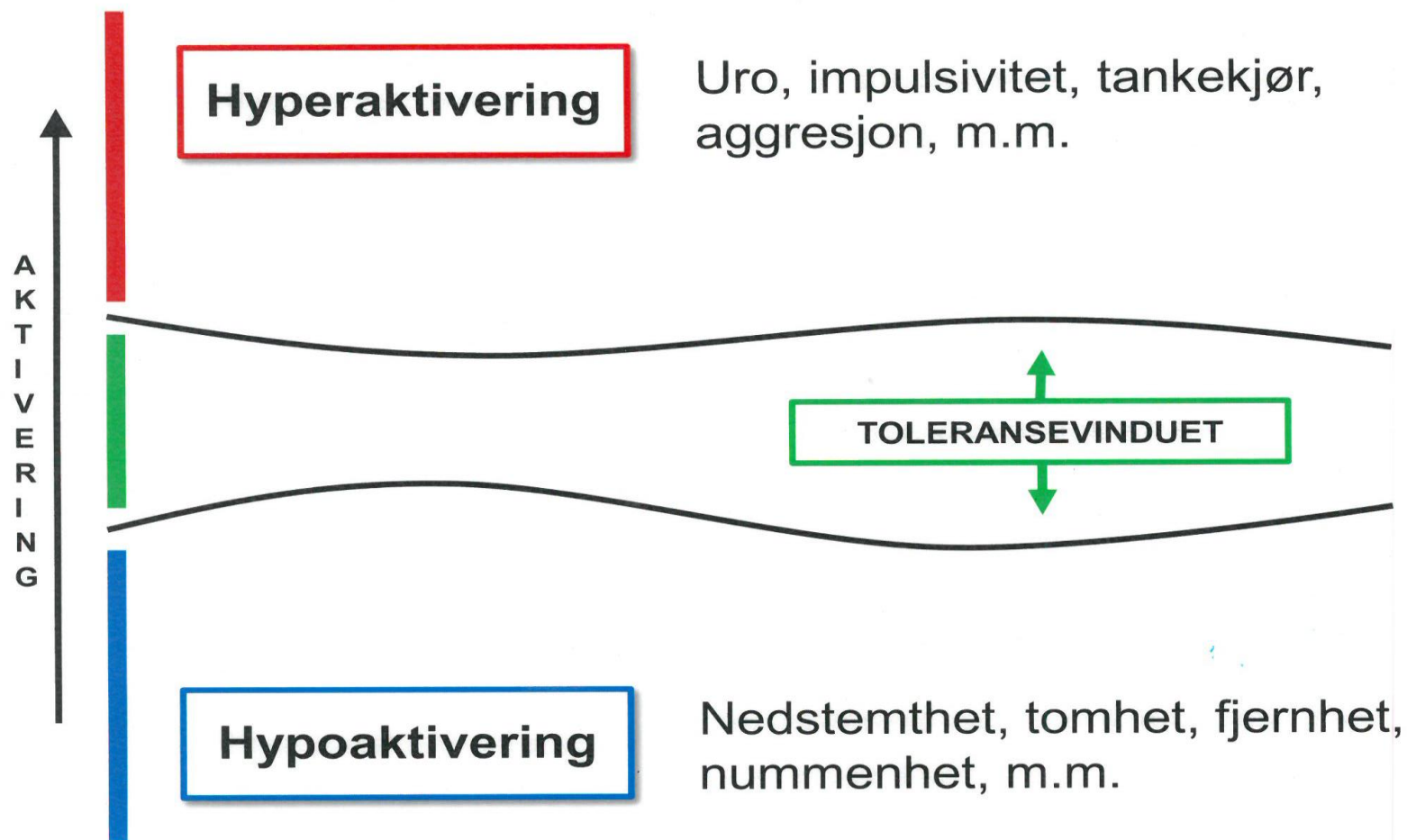


Følelsesregulering

- Hjælpe barnet med at udvide sit tolerancevindue og regulere sig tilbage i tolerancevinduet.
- Relationsopbygning, tryghed, bl.a v stemmeleje, mimik, kropsholdning.
- Som behandler forudsætter det et reflekteret forhold til eget tolerancevindue!



Tolerancevinduet med symptombeskriver



Nordanger & Braarud, 2016, tilpasset fra Ogden, Minton & Pain, 2006



Følelsesregulering

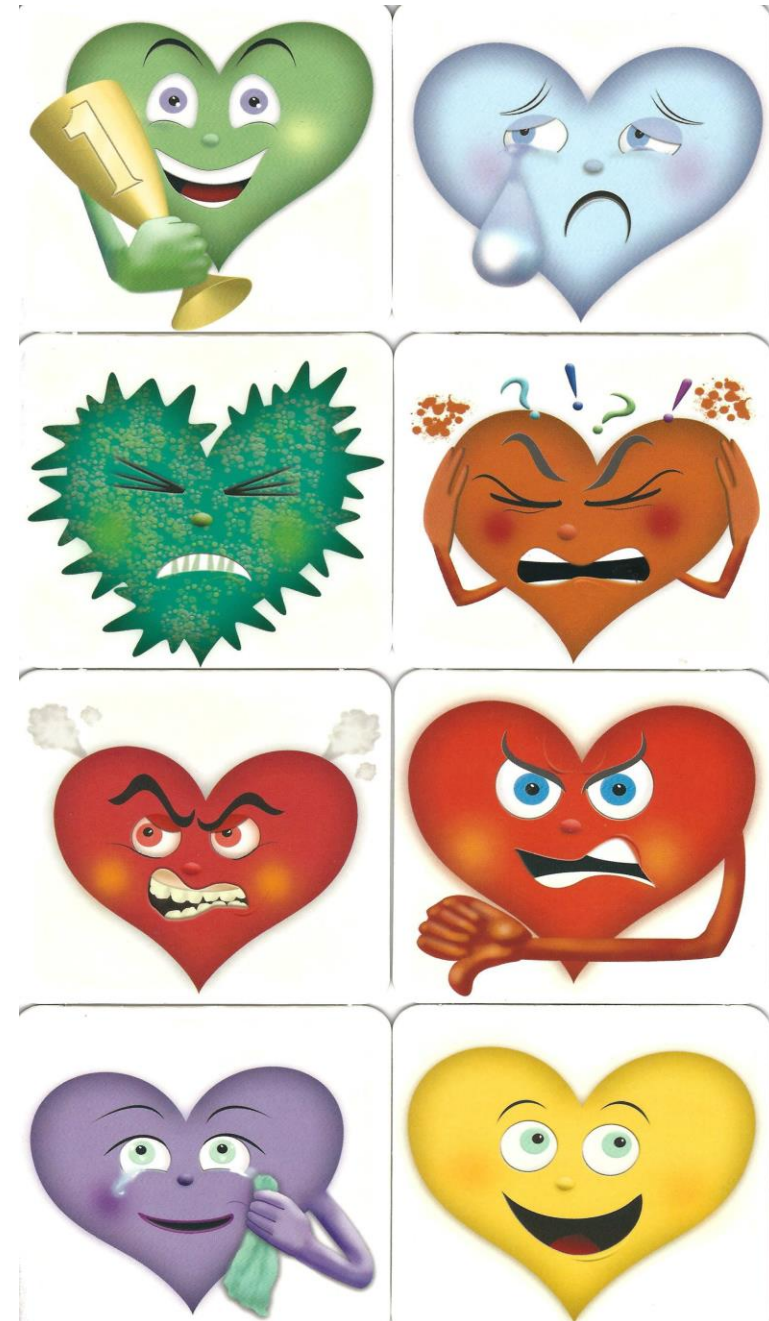
Barnet har brug for den voksnes hjælp til:

- At mærke og italesætte følelser
- At blive mødt ift intensiteten bag
- At rumme og spejle barnet



Følelsesregulering

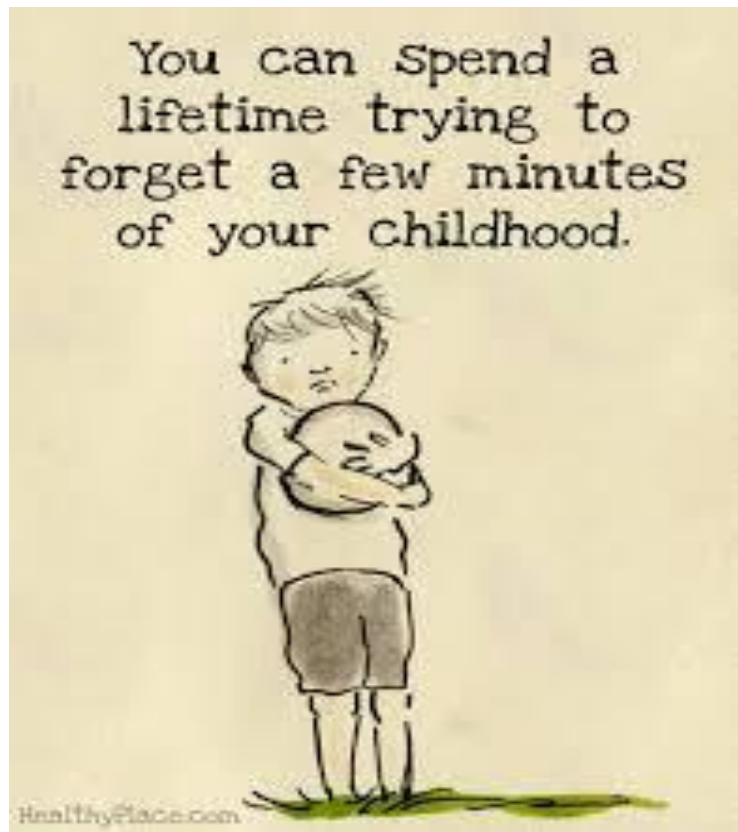
- De fire basisfølelser:
vrede, glæde, ked af det, bange
- Mere komplekse følelser:
skam, forvirring, jalousi, had, angst
- Stabiliseringsprocesser tager tid!



- Hvad forstår vi ved et traume
- Tolerancevinduet
- Barnet i relationen
- Stabiliseringsprocesser



Tak for nu



RådgivningsCentret



Børnehus
Midt