

Trauman kokeneen kohtaaminen

TRAKON hanke

Euroopan unionin osarahoittama

SeAMK
SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

TRAKON
Trauman kokeneen kohtaaminen

EETTISIÄ KYSYMYKSIÄ TRAUMATIETOISUUTEEN LIITTYEN

TRAKON hanke 31.1.2024

Aster Hedman
Sosionomi AMK, diakoni, sosiaalityön maisteriopiskelija

Traumainformoitu orientaatio

- Ajattelutapa, jonka mukaan suuri joukko ihmisiä kärsii jonkinasteisesta traumatisoitumisesta.
- Tiedostetaan erityisesti trauman vaikutus kognitiivisen toiminnan kehitykselle sekä hermoston toiminnalle, ja nähdään yksilön itselle vahingollinen käytös (esimerkiksi päihteiden ongelmakäyttö) epätoivoisena yrityksenä selviytyä arjesta.
- Ilmiölähtöinen tapa tarkastella ja puuttua pahoinvointiin

Mitä traumatisoituminen tekee hermostollemme?

	aivot normaalitilassa	**trauman vaurioittamat aivot**
amygdala (mantelitumake)	taistele tai pakene-reaktio vaaran uhatessa	taistele tai pakene-reaktiolle herkistymistä, altistumista vaaran huomioimiselle
hippokampus (aivoturso)	siirtää ja prosessoi tietoa ja tapahtumia muistoiksi	säilöö muistikuvia virheellisesti ja epäjohdonmukaisesti, vaikeuttaa uuden oppimista ja mieleen painamista
prefrontal cortex (etuotsalohko)	edistynyt ajattelu, päätöksenteko, tarkoituksenmukainen käytös	toimintahäiriöt ajatusten prosessoinnissa, heikentynyt päätöksenteko, epäasialliset reaktiot eri tilanteisiin
HPA-akseli (hypotalamus-aivolisäke-lisämunuaisakseli)	vapauttaa mm. kortisolia stressitekijöiden hallitsemiseksi	yliaktiivinen kortisolin eritys johtaa epätasapainoon lisäten ahdistuksen ja stressin kokemusta

Ammattilaisten on tärkeää:

- Tunnistaa oma suhtautumistapa hankalasti käyttäytyviä asiakkaita kohtaan

- Tiedostaa omien elämänkokemusten vaikutus omaan tämän hetken hyvinvointiin

“Mitä sinulle on tapahtunut”

EI “Mitä sinussa oikein on vikana?”

Jos saisimme riittävästi tietoa asiakkaan historiasta, kaikki selittyisi usein yllättävänkin hyvin

Ennalta luodut eettiset ohjeet ja periaatteet luovat turvallisempaa, toipumisen mahdollistavaa tilaa

- Koska traumaattisiin tilanteisiin ja niiden käsittelyyn liittyy aina kipua, lupaa kysyvä työote on tärkeä eettinen periaate
- Tarvitaan “informoitu lupa”

- Jotta voidaan toimia vakauttavasti, eettiset periaatteet tulee olla valmiina ennen hankalia tilanteita
- Luottamuksellisuus
- Ammatillisuus
- Turvalliset, terveet rajat
- Ystävällinen mutta ei-ystävä
- Omat traumat, onko ne käsitelty?

Eettinen periaate -> käytännön toiminnan teko

Traumatietoisen orientaation perusperiaatteet:

- TIEDOSTA TRAUMAN VAIKUTUKSET
- TUNNISTA TRAUMAN OIREET
- TOIMI VAKAUTTAVASTI
- TORJU UUDELLEEN TRAUMATISOITUMISTA

(Samsha 2014; Sarvela & Auvinen 2020)

Ihminen voi kokea syyllisyyttä ja häpeää, jos hän ei riittävän nopeasti parantunutkaan

Tarvitaan laaja ymmärrys ja osaaminen, trauma ei välttämättä parane “kymmenen kerran traumafokusoidulla terapiajaksolla”

Mitkä olisivat tärkeimmät eettiset periaatteet traumainformoidussa työssä sote-alalla?

Periaate 1: Ymmärrä trauman vaikutukset sekä asiakkaaseen että meihin itseemme

Periaate 2: Toimi turvaa ja toivoa tuoden

Periaate 3: Vältä uudelleen traumatisoitumista

Periaate 4: Traumainformoitu orientaatio ei ole trauman hoitamista, vaan vakautumisen mahdollistamista

Periaate 5: Huomioi asiakkaan yksilöllisyys, tarvitaan herkkyyttä tunnistaa jokaisen asiakkaan tarpeet

Traumainformoitua työtä vai trauman hoitoa?

Me emme ole terapeutteja, emmekä hoida traumoja

Me luomme turvallista, tiedostavaa ympäristöä, jossa paranemista voi tapahtua “itsestään”

Traumainformoitu työ: tiedostaa ja tunnistaa trauman vaikutukset ja pyrkii rakentamaan turvallista ja hoitavaa ympäristöä sekä välttämään uudelleen traumatisoitumista

Trauman hoito: näyttöön perustuvaa, traumapsykoterapeuttien tai muiden alan ammattilaisten toteuttamaa hoitoa

- Monialaisen toiminnan suhteen tulee pohtia sitä, miten suhtaudutaan mahdollisiin näkökulma-eroihin. Mitä, jos jokin toimija näkee oireet patologisina, ja toiset trauman aiheuttamina?
- Jos toiminnan esitetään olevan traumainformoitua, mitä tapahtuu jos emme toimikaan luvattujen periaatteiden mukaan?
- **Totuus ei saa jäädä toivon alle piiloon**

Miten etiikka ymmärretään osana traumainformoidun
työotteen soveltamista?
Millaisessa muodossa eettiset ohjeet esitetään?
Miten traumainformoidun työotteen soveltaminen
monialaisesti huomioidaan eettisissä ohjeissa?

Eettisesti orientoituneen, traumainformoitua työotetta hyödyntävän työntekijän pitäisi hallita?

- Trauma-oireiden tunnistaminen
- Ymmärrys eri ikäkausina tapahtuneen trauman vaikutuksista
- Kyky kohdata, olla samalla aaltopituudella
- Kulttuurellinen herkkyys
- Oma emotionaalinen varmuus ja kypsyys
- Kyky tulla toimeen erilaisten ihmisten kanssa -> onnistunut monialaisuus
-

Miten lempeä anteeksiantaminen kuuluu traumainformoituun työhön?

“Holding-työskentely” (Winnicottilaisittain)

Ei loputonta passiivista kannattelua, vaan “tervettä äidittämistä”

Meidän ei pidä parantaa tai pelastaa asiakasta

Meidän tulee tarjota mahdollisuus vakaisiin, turvallisiin kohtaamisiin

Tehtävänä on:

Mahdollistaa kyky rakentaa turvallisempi, vakaampi arki

Traumainformoidun eettisen toiminnan periaatteiden mukaan…

(Stark, Tapia-Fuselier & Bunch 2022.)

…Tarvitaan ymmärrystä trauman vaikutuksista:

Kiintymyssuhteeseen, neurobiologiaan, ylisukupolvisuuteen, vähemmistöstressiin, kognitiivisiin malleihin, minäkuvaan, “puolustautumis-käyttäytymiseen”, perhesysteemiin sekä erityisesti sijaistraumatisoitumiseen.

Voiko traumalla selittää sairautta/hankalaa käytöstä?

traumatisoitumisen tiedostaminen ei saa olla “pakokeino” esim. lääkityksen tarpeesta

- Turva
- Läpinäkyvyys ja luotettavuus
- Vertaisten tuki
- Yhteistyö, vastavuoroisuus

Kiinnostuitko?

www.traumainformoitu.fi

Kiinnostuitko?

Traumainformoitu.fi sivustolta löydät paljon lisää tietoa aiheesta

Traumainformoitu Toivo -podcast hyvä johdatus traumatietoisuuteen (löydät spotifysta, youtubesta, Itunesista, www.traumainformoitu.fi sivustolta

Facebook-ryhmä Traumainformoitu työote (ent. traumainformoitu sote- ja ope) on hyvä lähde

Iloajatoivoa.fi sivusto kannattaa tsekata

Nadine Burke Harris: Syvälle ulottuvat juuret hyvä perusteos

Bessel Van Der Kolk: Jäljet kehossa (käytetään useissa traumapsykoterapiakoulutuksissa opiskelumateriaalina)

Hipp & Linner Matikka: Traumainformoitu työote

Sarvela & Auvinen: Yhteinen kieli -traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Suosittelen lämpimästi <3

Juha Klaavu: Lapsuuden kehityksellinen trauma-kirja sekä www.youtube.com/@JuhaKlaavu

LÄHTEET:

Bartlett, J. & Steber, K. (9.5.2019). How to implement trauma-informed care to build resilience to childhood trauma – child trends. Saatavilla https://www.researchgate.net/publication/334679706_How_to_Implement_Trauma-informed_Care_to_Build_Resilience_to_Childhood_Trauma_-Child_Trends

Burke Harris, N. (2019). *Syvälle ulottuvat juuret. Turvattomasta lapsuudesta tasapainoiseen aikuisuuteen*. Helsinki: Basam books

Covington. S.S. (2008) Women and Addiction: A Trauma-Informed Approach, Journal of Psychoactive Drugs, 40:sup5, 377-385, DOI: 10.1080/02791072.2008.10400665

Dana, D. (2020). How to help our nervous systems during a pandemic. Psychotherapynetworker. Saatavilla 6.9.2020 https://www.psychotherapynetworker.org/blog/details/1741/how-to-help-our-nervous-systems-during-a-pandemic

Dang, S., De Sousa, A. & D'Souza, R. (2021). Ethical issues in trauma based psychotherapy. Global Bioethics Enquiry 2021;9(3). Saatavilla: https://globalbioethicsenquiry.com/wp-content/uploads/2022/04/EDITORIAL-RUSSELL-1.pdf

Elomaa, A-P. (2016). *Immunomodulatory changes in depression, adverse childhood experiences and sleep disturbances.* Itä-Suomen yliopisto. Terveystieteiden tiedekunta. Väitöskirja. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto. Saatavilla http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-61-2142-0

Fallot, R.D. & Harris, M. (2009). *Creating cultures of Trauma-informed care(CCTIC): A self-assesment and planning protocol*. Community Connections, Washington, D.C. Saatavilla 6.9.2020 https://www.theannainstitute.org/CCTICSELFASSPP.pdf

Felitti, V. J. & Anda, R. F. & Nordenberg, D. & Williamson, D. F. & Spitz, A. M. & Edwards, V. & Koss, M. P. & Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults. The Adverse Childhood Experiences Study. Department of preventive medicine, Southern California. *American journal of preventive medicine*. Saatavilla https://doi.org/10.1016/S0749-3797(98)00017-8

Goodman, R. (2017). Contemporary trauma theory and trauma-informed care in substance use disorders: a conceptual model for integrating coping and resilience. Advances in social care. Vol. 18. No. 1. (Spring 2017), 186-201, DOI: 10.18060/21312. Saatavilla: http://journals.iupui.edu/index.php/advancesinsocialwork/article/view/21312

Gibson, Sheri. (ia) Trauma-informed care for older adults. Department of justice. Elder Justice initiation. Saatavilla: https://www.justice.gov/file/1470096/download

Hales, T. W., Nochajski, T. H., Green, S. A., Hitzel, H. K. & Woike-Kanga, E. (2017) An association between implementing trauma-informed care and staff satisfaction. *Advances in social care*. Vol. 18. No. 1. 300-312, Saatavilla https://doi.org/10.18060/21299

Hartl, T., Duffany, S.R., Allen, G.J., Steketee, G. & Frost, R.O. (2005). Relationships among compulsive hoarding, trauma, and attention-deficit/hyperactivity disorder, Behaviour Research and Therapy, Volume 43, Issue 2, 2005, Pages 269-276, ISSN 0005-7967, Saatavilla: https://doi.org/10.1016/j.brat.2004.02.002

Hurskainen, J. (10.10.2019). Lapsuuden aikaiset haitalliset kokemukset vaikuttavat terveyteen läpi elämän. Lastensuojelun keskusliitto. Verkkouutiset. Saatavilla 6.9.2020 https://www.lskl.fi/verkkouutiset/lapsuudenaikaiset-haitalliset-kokemukset-vaikuttavat-terveyteen-lapi-elaman/

Karlsson, L., Tolvanen, M., Scheinin, N. M., Uusitupa, H-M., Korja, R., Ekholm, E., Tuulari, J. J., Pajulo, M., Huotilainen, M., Paunio, T., Karlsson, H. & FinnBrain Birth cohort Study Group. (2018). Cohort profile: The Finnbrain Birth cohort study (FinnBrain). *International Journal of Epidemiology*, Volume 47, Issue 1, (15–16). Saatavilla https://doi.org/10.1093/ije/dyx173

Kuvajainen, M. & Linner Matikka, J. (5.11.2019). ACE-tutkimukset ja traumainformoitu työ . LAMK Pro. Saatavilla http://www.lamkpub.fi/2019/11/05/ace-tutkimukset-ja-traumainformoitu-tyo/

Lyytinen, N. (2022).Psykopodiaa. Vieraana Heli Siltala. https://www.ninalyytinen.fi/psykopodiaa/lahisuhdevakivalta

Newman E, Risch E, Kassam-Adams N. Ethical issues in trauma-related research: a review. J Empir Res Hum Res Ethics. 2006 Sep;1(3):29-46. doi: 10.1525/jer.2006.1.3.29. PMID: 19385821. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19385821/

Parry, S.L., Williams, T. & Burbidge, C. (2021). Restorative parenting: delivering trauma-informed residential care for children in care. Springer nature. Child & Youth care forum. DOI 10.1007/s10566-09610-8

Palosaari, E. (2015). Ajatuksia kriisityön tekijöille – Voisiko traumateoria tarjota lisää työvälineitä akuuttityölle? Teoksessa A. Suokas-Cunliffe (toim). *Häpeästä myötätuntoon. Näkökulmia vakavaan traumatisoitumiseen* (s. 23-43). Helsinki: Traumaterapiakeskus.

Poijula, S. (2018). *Resilienssi. Muutosten kohtaamisen taito.* Helsinki: Kirjapaja.

Sainio, T., Pajulahti, R. & Sajaniemi, N. 2020: Näin tuet lapsen itsesäätelyä. Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. PS-kustannus

Siltala, H., Holma, J.M. & Hallman. M. (2019). Family violence and mental health in a sample of Finnish health care professionals: the mediating role of perceived sleep quality. Scand J Caring Sci; 2019; 33; 231–243 Saatavilla: https://doi.org/10.1111/scs.12629

SAMSHA (2014). Substance abuse and mental health services administration. SAMSHA's concept of trauma and guidance for a Trauma-informed approach. U.S. Department of Health and Human Services. Saatavilla https://store.samhsa.gov/sites/default/files/d7/priv/sma14-4884.pdf

Sarvela, K. (2020). Hyviä tapoja omaksumassa, malleja maailmalta. Teoksessa Sarvela, K. & Auvinen, E. (toim.), *Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen*. Helsinki: Basam Books.

Stark, C., Tapia-Fuselier, Jr, J. L., & Bunch, K. (2022). The Trauma-Informed Ethical Decision-Making Model: An Integrative Framework. *Journal of Trauma Studies in Education*, *1*(1), 86–103. https://doi.org/10.32674/jtse.v1i1.3678

Suokas-Cunliffe, A. (2006). Trauma – Omaan elämäntarinaan yhdistymätön mielen loinen. *Yleislääkäri 21(5)*, 19-23.

Van Der Kolk, B. (2017). Jäljet kehossa. Trauman parantaminen aivojen, mielen ja kehon avulla. Helsinki: Viisas Elämä

Van Der Kolk, B. (2005). Developmental trauma disorder. Toward a rational diagnosis for children with complex trauma histories. Psychiatric annals 35. Saatavilla https://doi.org/10.3928/00485713-20050501- 06

Van Der Kolk, B. (2003). The neurobiology of childhood trauma and abuse. Child and adolescent psychiatric clinics. Saatavilla https://doi.org/10.1016/S1056-4993(03)00003-8

Vasquez, M. L. & Boel-Studt, S. (2017). *Integrating a trauma-informed care perspective in baccalaureate social work education: guiding principles. Advances in social care*. Vol. 18. No. 1. Saatavilla https://doi.org/10.18060/21243