

Tilknytningsbrud og traumer

Sofie Münster, psykolog
Cand.psych., cand.scient.pol.



1

Dagens modul



- Hvad er et traume
- Påvirkningen af tre systemer
- Sammenbrud i strategi
- Traumestrategier
- 90/10 reglen

2

Hvornår er noget et "traume"?

- En potentielt traumatisk begivenhed udgøres af
 - udsættelse for en begivenhed eller situation af ekstremt truende eller rædselsvækkende karakter. Sådanne situationer omfatter, men er ikke begrænset til, direkte oplevelser af natur- eller menneskeskabte katastrofer, krigshandlinger, tortur, seksuel vold, overgreb eller akut, livstruende sygdom (fx hjertestop);
 - at være vidne til trusler om eller faktisk personskade eller død på andre på en pludselig, uventet eller voldelig måde;
 - samt at blive bekendt med den pludselige, uventede eller voldelige død af en nærtstående.

Kilde: ICD-11

3

Hvad er et traume?



4

Hvor kommer traumer fra?



5

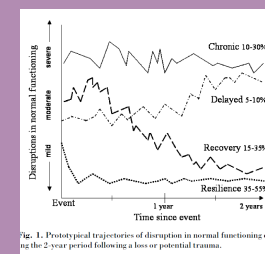
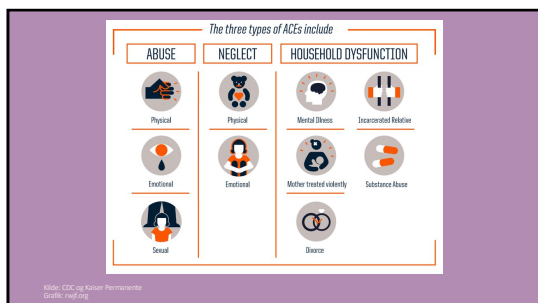


Fig. 1. Prototypical trajectories of disruption in normal functioning during the 2-year period following a loss or potential trauma.

Kilde: Horvath 2005

6



7

Tre typer stress

- Positiv stress
 - Kortvarigt, moderat intensitet
 - Normativt "gode" erfaringer
 - Afhjælpes af støttende forældre
- Tolerabel stress
 - Ikke normativt "gode" erfaringer; større reel trussel
 - Oplevelsen "tolerabel" afhænger af omsorgsmiljøet
- Toksisk stress
 - Stærk, hyppig og/eller forlænget aktivering af stress respons systemet

8

Fear without solution

 PRO

9

Tre systemer

 PRO

10



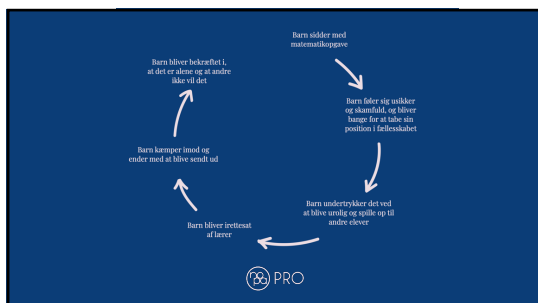
11

Følelsen

Du har kun dig selv du er altid alene du har ikke andre ingen forstår dig du er ikke en del af fællesskabet du er alene der er ingen der hjælper dig du har ingen venner du er udenfor ingen passer på dig du er alene

 PRO

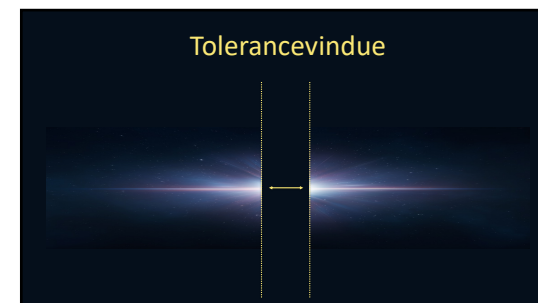
12



13



14



15

Traumestrategier - I

Rolleombytning
Barnet bliver til den voksne, der passer på forælderen. For barnet opfylder det en funktion ved at give mulighed for at føle betydning for forælderen (nærhed).

Barnet kæmper mod forælderen
Der bor en kontakt med forælderen i det kaotiske eller meget intense samspil, og det kan få dem til at forsøge at skabe en forbindelse gennem konflikt med forælderen.

Barnet vil styre forælderen
Det fremstår rigtigt, meget styrende og kan opstille alle mulige krav og regler derhjemme. For barnet tjener det en funktion ved selv at tage ansvar for det rum, som forælderen ikke formår at udfylde (forudsigelighed).

16

Traumestrategier - II

Barnet prøver at være perfekt
Barnet føler sig som en skuffelse for forælderen, og anstrænger sig derfor ekstra meget for ikke at blive forladt ved hele tiden at forsøge at være perfekt og gøre det "rigtige". For barnet har det en funktion, fordi det dermed kan skabe en illusion om en forbindelse til forælderen (nærhed).

Barnet udvikler to forskellige personligheder
Barnet ser sig selv med hhv. morens og farens øjne, fordi ingen af forældrene ser barnet gennem dets egne øjne. For barnet tjener det en funktion ved at skabe to forskellige veje til omsorg og tryghed, som passer til de to forskellige kontekster.

17

Traumestrategier - III

Barnet tilpasser sig forældrenes følelsesmæssige tilstand
Når forælderen er normal (fx ædru), er barnet også normal og tilpasset, mens når forælderen er fx fuld, bliver barnet vredt og trodsigt. For barnet tjener det et formål ved at opretholde en følelse af, at det har adgang til omsorg og tryghed.

Dissociation
Barnet trækker sig emotionelt ind i sig selv, og bliver midlertidigt fraværende. Barnet gør simpelthen sig selv følelsesløs, mens overgrebene eller de voldsomme begivenheder sker, hvilket på den korte bane hjælper barnet ved at skabe nogle skillevægge mellem oplevelsen og den normale hverdag, så barnet kan bevare et relativt højt funktionsniveau på trods af de voldsomme traumer.

18

Isabella, 1 år

- Mor kommer selv fra en vanskelig baggrund og har det psykisk dårligt
- Far er ustabil og er skiftevis inde og ude af billedet
- Tendens til udtryksløst ansigt
- Fanger ikke øjenkontakt
- Pludrer meget lidt og kun ganske sjældent
- Græder meget lidt og udtrykker generelt ikke behov



19

Isabella, 7 år

- Overgang til skole sætter formel ramme og nye krav
- Virker konfrontatorisk over for de voksne (rolleombytning)
- Håndterer uenigheder med jævnaldrende fysisk
- Har svært ved at huske ting
- Bliver ofte taget ud af klassen
- Fungerer nogenlunde i 1:1 situationer med trygge voksne
- Har tendens til kopiadfærd, når andre laver ballade eller er urolige
- Kan ikke deltage i almindelige aktiviteter som at spise eller gå tur uden ofte at skulle korrigeres, dvs. manglende afkodning af sociale normer



20

Isabella, 11 år

- Har ikke kunnet fungere i normal skoleramme
- Har fået autisme-diagnose
- Taler nogle gange babysprog
- Voldsomt fagligt efterslæb
- Har svært ved at fastholde sin opmærksomhed og bruger meget energi på at opfange signaler (hyperarvågen)
- Ingen synlig sammenhæng i strategier: Kan nogle gange gå til angreb, andre gange græde som et spædbarn
- Meget optaget af retfærdighed – lyver ofte selv
- Kan ikke se egen andel i situationer



21

Isabellas strategier

- Fysisk uro
- Lukker ned for følelser
- Kravafvisende
- Udadreagerende
- Søger kontakt i det kaotiske
- Ængstelighed
- Kontrolsøgende (dirigerer og styrer)



22

Hvad skal vi være særligt opmærksomme på?

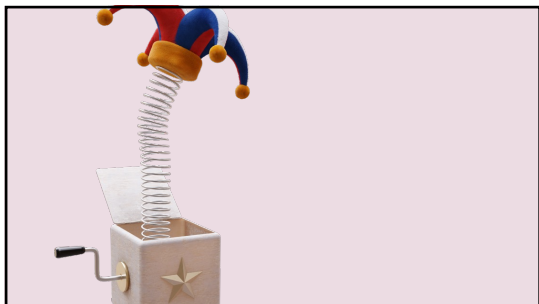
- At vi ikke kan forvente nogen sammenhæng i strategier
- At tryghed og forudsigelighed kommer før alt andet
- At dybe relationer til få voksne er vigtigere end gode relationer til mange voksne
- At behovet for struktur og rammer er meget stort
- At det her er særligt vigtigt, at vi tager en ting ad gangen
- At prioriteringen af indsatsen er lige så vigtig for os om for barnet
- At vi forstår strategierne og kan genkende dem



23



24



25



26



27