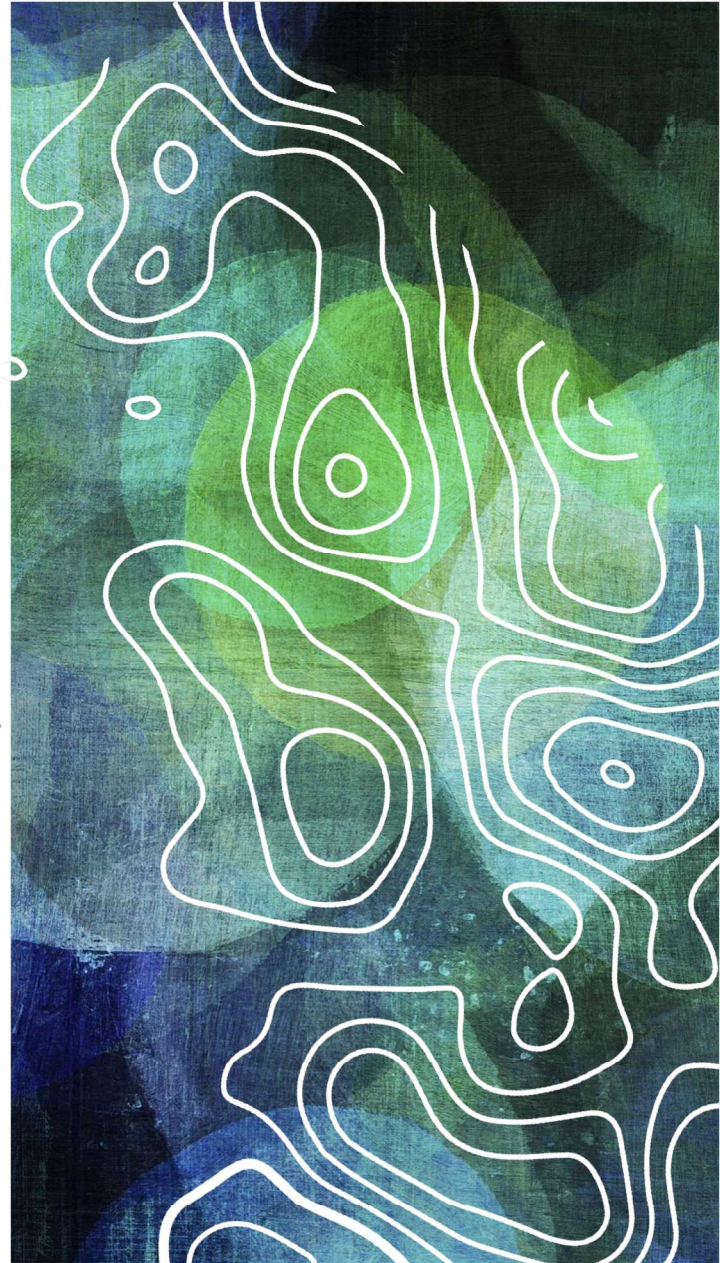


Traumainformoitu työote ohjaustyössä

Ohjausosaamista yhteistyössä -hankkeen seminaari

1.11.2022 / PELTONIEMI MAI





MAIN

yhteisövalmennus oy

kouluttaja, työnohjaaja (STOry)

Sosionomi (YAMK),
kokemustutkija

www.maipeltoniemi.fi

NORMAALI NARKOMAANI?

Kokemustutkimus huumeriippuvuudesta,
hoidosta ja toipumisesta (2011)

AIVAN KUIN MINUA EI OLISI

Autoetnografia emotionaalista traumasta ja
toipumisesta (2017)



Traumaan liittyviä käsitteitä

- 1-tyypin trauma
- 2-tyypin trauma: kompleksinen l. emotionaalinen trauma
- Onnettomuus vai toisen ihmisen aiheuttama?
- Yksilölle / yhteisölle ylivoimainen kokemus -> riittämätön tuki -> trauma

Trauma ei ole ulkoinen tapahtuma, vaan sisäinen tapahtuma: vaurio yhteydessä itseen tai toisiin.



TRAUMA EI NÄY, mutta voi vaikuttaa elämään suuresti.

Trauma piiloutuu yhteisöltä, itseltä, toisilta, palvelujärjestelmältä.

Haitallisilla kokemuksilla on haitallisia seurauksia (ACE + traumainformoitu hoito)



Traumainformoidun työotteen perusta: ACE-tutkimus -98

- Adverce childhood experiences (N17000): Tutkimus lapsuuden ajan haitallisten kokemusten vaikutuksista elämään / Felitti -98
- Tulos: Haitalliset kokemukset lapsuudessa eivät ole harvinaisia, ne kasaantuvat yhteiskunnassa heikompiosaisille ja ne vaikuttavat haitallisesti terveyteen, mielenterveyteen ja elinajanodotukseen.
- < 4 ACE-kokemusta = sydän- ja syöpäsairauksien riski x 2,5 Masennuksen riski x 4,5 ja im.riski x 12
- < 6 ACE-kokemusta lyhentää elinikää n. 20 vuodella. (Brown et al. 2009)

Mitä oireita sinulla on?
Mitä sinulle on tapahtunut?

TRAUMAN VOI TUNNISTAA USKOMUKSISTA

–

Minä olen ok, ihmisiin voi luottaa, maailma on ihan hyvä paikka!

Trauma jättää jälkiä autonomiseen
hermostoon.
neuroseptio = turvallisuustutka!

Polyvagaalinen malli

(Stephen Porges)



Mikä on haastavan käytöksen hyvä tarkoitus?

- Haastavaksi koettu käyttäytyminen on todennäköisesti trauman oire. Ihminen tekee mitä tahansa selviytyäkseen. Selviytyminen voi jatkua läpi elämän.
- Mitä tuon mukanaani kohtaamiseen? Valta-asema ja potentiaaliset triggerit.
- Pystynkö säilyttämään uteliaisuuden ja myötätunnon vai puolustaudunko? Mikä sinulla on hätänä?
- Mistä tunnistan turvattomuuden – miten palautan itseeni, tilaan ja toiseen turvallisuuden? Mikä minulla on hätänä?
- Toimiiko oma hälytysjärjestelmäni tarkoituksenmukaisesti? Tunnistanko vaaran?





TRAUMAINFORMOIDUN TYÖOTTEEN RESEPTI

Haitalliset kokemukset vaikuttavat elämään haitallisesti: Ole hyvä kokemus ihmiselle.

Tieto ja ymmärrys traumasta ja sen vaikutuksista yhteiskuntaan, minuun ja sinuun, käyttäytymiseen, ajatteluun ja valintoihin.

Ei trauman hoitoa tai menetelmä, vaan myötätuntoinen jokaista arvostava asenne.

Toivo. Toivottomia tapauksia ei ole, kaikilla on mahdollisuus onnistumisiin. Ammattilaisen työ on kannatella toivoa.

Turvallisuus koetaan kehossa. Tietoisuus omasta vireystilasta, kohtaaminen on mahdollista vain turvassa – miten olen turvassa itsessäni? Ennakoitava toiminta, avoimuus, luotettavuus, rehellisyys – todellisuus, puheeksi ottaminen vai välttämiskäyttäytyminen?



*Ylläpidä toivoa, rakenna
turvallisuuden kokemisen
mahdollisuuksia, pidä huolta
sinusta!*

Ota yhteyttä, lähetä palautetta: www.maipeltoniemi.fi

LÄHTEITÄ

Brown, David; Anda, Robert; Tiemeier, Henning... (2009) "Adverse childhood experiences and the risk of premature mortality". American journal of Preventive Medicine, Vol 37(r5), 389-396.

Burke Harris, Nadine (2015) TED-video, How childhood trauma affects health across a lifetime,

Burke Harris, Nadine (2019). Syvälle ulottuvat juuret – Turvattomasta lapsuudesta tasapainoiseen aikuisuuteen. Suom. Juha Kuvajainen. Helsinki: Basam Books.

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-assessment and planning protocol. Community Connections, Washington, D.C. Saatavilla 6.9.2020 <https://www.theannainstitute.org/CCTICSELFASSPP.pdf>

Fellitti, 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](https://doi.org/10.1016/S0749-3797(98)00017-8)

Van der Hart, O. Nijenhuis, E. Steele K. 2006, The Haunted Self: Structural Dissociation and the Treatment of Chronic Traumatization. (Vainottu mieli, suom. 2009)

Van der Hart & Rutger Horst 1989. Journal of Traumatic Stress, Vol 2, No. 4, 1989. The Dissociation Theory of Pierre Janet.

Huttunen M.O, Kalska H. (toim.). Psykoterapiat. 3. painos. Kustannus Oy Duodecim 2015.

Van der Kolk, Bessel 2017. Jäljet kehossa. Trauman parantaminen aivojen, mielen ja kehon avulla.

Nijenhuis, E. 2017 & 2018. The Trinity on Trauma. Ignorance, Fragility, and Control is structured as a trilogy.

Peltoniemi 2011. Normaali narkomaani? Kokemustutkimus huumeriippuvuudesta, hoidosta ja toipumisesta.
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-493-231-8>

Peltoniemi M. 2017. Aivan kuin minua ei olisi: Autoetnografia emotionaalisesta traumasta ja toipumisesta
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2017112418037>

Sarvela, K. & Auvinen, E. (toim.) 2020. Yhteinen kieli - Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Basam Books.

Sarvela Kati & Pelkonen, Anne. ACE ja polyvagaaliteoria, teoksessa Yhteinen kieli – traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen Kati Sarvela ja Elisa Auvinen (toim.). Basam Books Oy, Helsinki 2020

Trauma- ja dissosiaatio-oireet, Disso ry 2018. http://www.disso.fi/tietoa_traumasta_ja_dissosiaatiosta/trauma-ja-dissosiaatio-oireet/