



Lapsi ja nuori trauma

Eija Söderlund

Syksy 2024



Mitä stressi on?

- Mikä tahansa myönteinen tai kielteinen muutos voi vaikuttaa yksilöön stressaavasti
- Tapahtuma, missä yksilöön kohdistuu niin paljon haasteita ja vaatimuksia, että sopeutumisen voimavarat ovat tiukoilla tai ylittyvät
 - tilapainen – jatkuva stressi
- Biologinen valpastumisjärjestelmä aktivoituu
- Stressiä opetellaan säätellemään koko elämän ajan

Stressi on läsnä
koko elämän



Miten stressi/kuormitus näkyy eri kehitysvaiheissa?

Vauva

- Vetäytyminen, passiivisuus
- Vaikeutta rauhoittua



Leikki-ikäinen

- Levottomuus
- Ärsytysherkkyys
- Voimakasta reagointia



Koululainen

- Jännittyneisyys, kireys
- Ylivireisyys
- Keskittymisen vaikeutta
- Nukahtamisen vaikeutta, painajaisia
- Somaattisia oireita



Nuori

- Ylivirettä
- Vetäytymistä
- Impulsiivisuutta
- Voimakasta reagointia
- Vaikeuksia tarkkaavuuden säätelyssä
- Univaikeuksia
- Psykkisiä ja somaattisia oireita
- Toiminnanohjauksen vaikeuksia

Stressi vaikuttaa elimistöön

Positiivinen stressireaktio

- Hyödyllinen ja tarpeellinen stressi
- Tilapäinen stressihormonien nousu

Siedettävä stressireaktio

- Voimakas stressi
- Voimavarat koetuksella, mutta riittävät

Traumaattinen stressi

- Pitkittyvä, elimistölle haitallinen stressi
- Negatiiviset vaikutukset mm. keskushermostossa voivat jatkua lapsuudesta aikuisuuteen



Psyykinen trauma

- Traumalla tarkoitetaan olemassaolon jatkuvuutta tai ihmisen koskemattomuutta uhkaavaa tapahtumaa tai tapahtumien sarjaa, joka ylittää henkilön sieto- ja käsittelykyvyn.
- Traumoihin liittyy usein todellinen tai koettu uhka kuolemasta tai vakavasta vammautumisesta.
- Tapahtuman kokeminen ei automaattisesti tarkoita sitä, että henkilö traumatisoituisi.
- Traumatisoitumiseen liittyy hallinnan tunteen menetys, jossa yksilön tavanomaiset selviytymis- ja sopeutumiskeinot eivät riitä.

Esimerkkejä traumatisoivista tapahtumista

Lapsi voi itse kokea tapahtuman tai se voi tapahtua hänen läheisilleen tai lapsi voi olla silminnäkijänä

Sota

Väkivaltakokemukset:
fyysinen, henkinen,
seksuaalinen

Turvattomat
kiintymyssuhteet

Panttivankeus, kidutus

Luonnonkatastrofi

Läheisen menetys

Onnettomuudet



Ongelmat
perhedynamiikassa

Oma tai läheisen
vakava sairaus

Lääketieteelliset
toimenpiteet

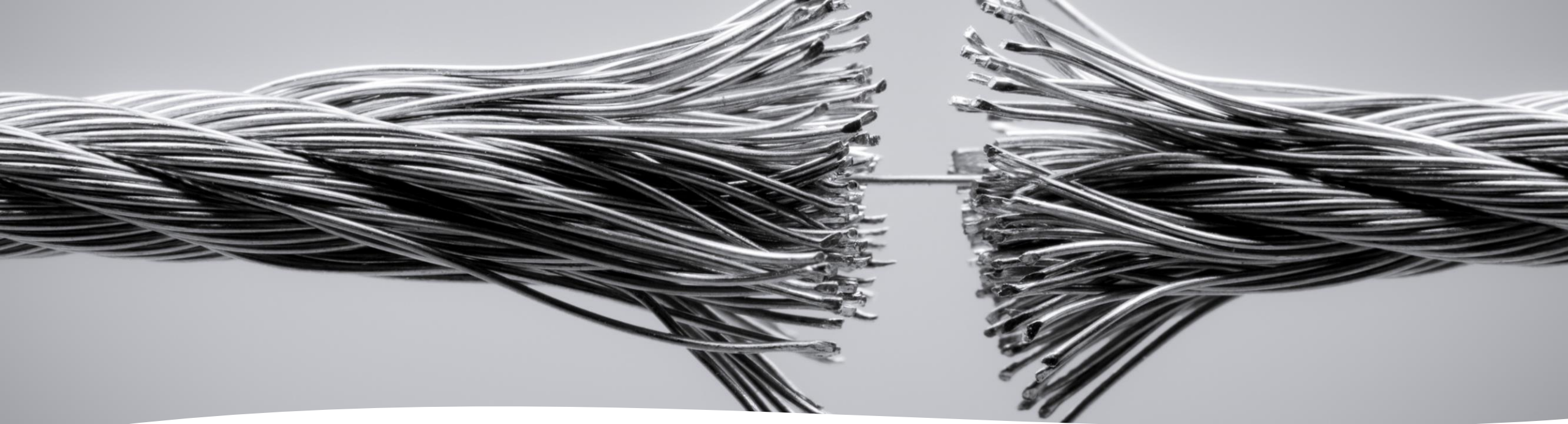
Emotionaalinen
vaillejääminen



Tapahtuman traumaattiseksi kokemiseen on yhteydessä:

1. Objektivisesti traumaattiseksi määritelty tilanne
2. Subjekttiivinen tulkinta tapahtuman traumaattisesta luonteesta
3. Yksilön tunnereaktio tapahtumaan

→ Yksilöllisiä eroja liittyyen mm. aiempaan elämänhistoriaan, kiintymyssuhteen laatuun, persoonaan



Traumaattinen stressi

- Normaalisti stressihormonijärjestelmä reagoi vaaraan nopeasti ja palaa pian tasapainotilaan, mutta traumaperäisestä stressihäiriöstä kärsivällä tasapaino ei palaudu ja signaalit kehottavat taistelemaan, pakenemaan tai jähmettymään edelleen.
- Traumatisoituneen ihmisen elimistö erittää runsaasti stressihormoneja vielä pitkään vaaran jo mentyä ohi.
- Vaikea traumaperäinen stressi voi muuttaa biologisten stressijärjestelmien toimintaa ja jopa aivojen rakenteita.

- Kansainvälisen arvion mukaan joka neljäs lapsi kokee traumaattisen tapahtuman ennen 16 vuoden ikää
- Eurooppalaisessa tutkimuksessa todettiin, että noin 30% lapsista ja nuorista kokee diagnoosiluokituksen kriteerien mukaisen traumaattisen tapahtuman kahdeksaantoista ikävuoteen mennessä.
- Esimerkiksi 4–16 % lapsista joutuu fyysisen pahoinpitelyn ja 10% laiminlyönnin tai henkisen pahoinpitelyn kohteeksi.



Isä ja äiti pahoinpitelivät vain viikkojen ikäistä vauvaa hengenvaarallisesti Espoossa



871 tykkäystä

mtvuutiset ■ Vanhemmat tuomittiin vain kuukausien ikäisen poikavauvansa vakavasta pahoinpitelystä ehdottomiin vankeusrangaistuksiin.

■ Rikokset tapahtuivat viime syksynä Espoossa, kun vauva oli vasta 7–11-viikkoinen.

NELIVUOTIAIDEN LASTEN KOKEMA HENKINEN JA FYYSINEN VÄKIVALTA 12 VIIME KUUKAUDEN AIKANA VANHEMPIEN RAPORTOIMANA, % LAPSISTA, JOIDEN TOINEN TAI MOLEMMAT VANHEMMAT VASTASIVAT KYSELYYN



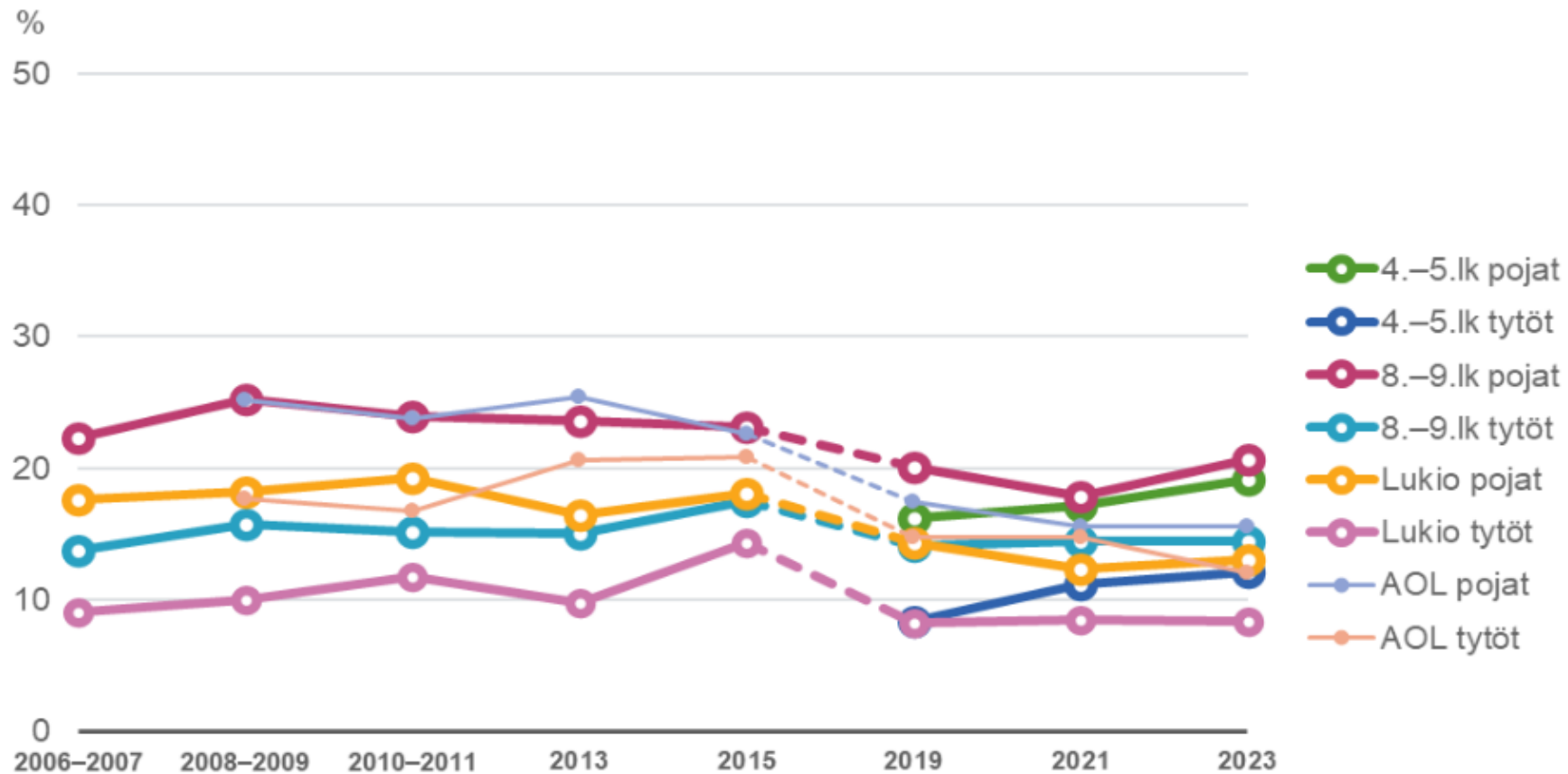
*teko sisältyy henkiseen väkivaltaan

**teko sisältyy fyysiseen väkivaltaan

Kuvio 13

Lähde: Lasten terveys, hyvinvointi ja palvelut 2018

Fyysistä uhkaa kuluneen vuoden aikana kokeneiden lasten ja nuorten osuus sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2006–2023, %



Adverse childhood experiences (ACE) eli lapsuuden haitalliset kokemukset

- Haitalliset kokemukset lapsuudessa nostavat pysyvästi sekä fyysisten että psyykkisten sairauksien riskiä. Tämä liittyy traumaattiseen stressiin ja sen pitkäkestoisiin negatiivisiin vaikutuksiin.
- Lapsuuden traumaattisilla tapahtumilla on selkeä yhteys lukuisiin kroonisiin sairauksiin sekä mielenterveyden- ja sosiaalisiin ongelmiin
- Perheensisäiset ACE-kokemukset kaikkein vahingollisimpia, varsinkin jos lapsella ei ole mahdollisuutta saada turvaa vanhemmistaan.



Yleisyys
(Crouch ym.
2019)

Table 1. Prevalence of adverse childhood experiences and characteristics of children studied, 2016 National Survey of Children's Health (n = 45,287).

	Percent
Adverse Experiences^a	
Parent or guardian divorced or separated	21.9
Parent or guardian died	2.9
Parent or guardian served time in jail	7.0
Saw or heard parents or adults slap, hit, kick, punch one another in the home	5.0
Was a victim of violence or witnessed violence in neighborhood	3.3
Lived with anyone who was mentally ill, suicidal, or severely depressed	7.1
Lived with anyone who had a problem with alcohol or drugs	8.1
Treated or judged unfairly because of his or her race or ethnic group	3.3
Economic Hardship: Hard to cover basics like food or housing ^b	22.5

ACE –kokemukset

- toistuva henkinen väkivalta
- toistuva fyysinen väkivalta
- seksuaalinen hyväksikäyttö
- fyysinen laiminlyönti
- emotionaalinen laiminlyönti
- päihteiden väärinkäyttö kotona
- mielenterveysongelmat kotona
- äidin väkivallan kohteena olemisen todistaminen
- avioero tai vanhempien erilleen muuttaminen
- rikollinen toiminta kotona

- Mitä enemmän yksilö on lapsuudessaan kohdannut haitallisia kokemuksia, sitä heikompi on hänen aikuisiän terveytensä ja hyvinvointinsa.
- ACE-pisteiden kohotessa myös aikuisiän ongelmat (mm. vaikea ylipaino, masentuneisuus, itsemurha-alttius ja päihteiden väärinkäyttö) lisääntyvät. Myös riski sairastua autoimmuunisairauteen ja sydänsairauksiin suurenee.
- Haitallisten lapsuudenkokemusten vaikutusten kustannukset esimerkiksi myöhemmällä iällä tarvittavina mielenterveyspalveluina tai työkyvyttömyytenä on arvioitu olevan merkittäviä.



- Yli kolmen haitallisen tapahtuman kokeminen ennen 18 vuoden ikää vaikuttaa olevan riskiraja
- Riskien tunnistaminen on tärkeää, jotta osataan puuttua tilanteisiin ja ohjata perhe avun piiriin ajoissa
- Vaikka tutkimusnäyttö traumaattisten lapsuuden kokemusten haitallisuudesta on vahva, ei se tarkoita, ettei kehityskulkua voisi muuttaa!

ACElife tutkii haitallisten lapsuudenkokemusten seurauksia ja vaikuttavia ehkäisyn keinoja

Moni lapsi kokee lapsuutensa aikana haitallisia asioita, kuten laiminlyöntiä, väkivaltaa tai vanhempien liiallista päihteiden käyttöä tai mielenterveysongelmia. Kansainvälisessä tutkimuskirjallisuudessa tällaiset kokemukset on nimetty käsitteellä Adverse Childhood Experiences (ACEs).



<https://acelife.fi/>



Traumaattisen stressin tunnistaminen - trauman jälkeisiä oireita lapsilla ja nuorilla -

- Itkuisuus, kiukkuisuus
- Univaikeudet, painajaiset
- Pelokkuus ilman näkyvää syytä, huolestuneisuus
- Surullisuus, vetäytyminen, eristäytyminen
- Ei halua olla yksin; takertuu aikuisiin
- Kärsimättömyys; turhautuu nopeasti
- Ylivilkkaus
- Aggressiivisuus, kiukunpuuskat, raivokohtaukset
- Selittämättömät kivut ja säröt; psykosomaattiset oireet
- Säpsähtely, säikähtely
- Taantuminen (lapsi käyttäytyy lapsellisemmin kuin ennen trauma)
- Trauma muistuttavat leikit, pelit, piirustukset, tarinat
- Välttelee traumasta puhumista, tunteiden ”puuduttaminen”
- Pelkää ja ahdistuu traumaan liittyvistä asioista, esineistä ja tapahtumista

Lähteet

- Anda, RF., Felitti VJ., Ym. 2006. The enduring effects of abuse and related adverse experiences in childhood. Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci, 256: 174–186. <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s00406-005-0624-4.pdf>
- Burke Harris, N. 2019. Syvälle Ulottuvat juuret. Basam Books, Helsinki.
- CDC. Adverse Childhood experiences. <https://www.cdc.gov/violenceprevention/aces/fastfact.html>
- Crouch, E.; Probst, JC.; Radcliff, E.; Bennett KJ. & Hunt McKinney, S. 2019. Prevalence of adverse childhood experiences (ACEs) among US children. Child Abuse and Neglect 92 (2019) 209-218.
- ESTSS – European Society for Traumatic Stress Studies. <https://www.estss.org/>
- Hughes, K. ym. 2021. Health and financial costs of adverse childhood experiences in 28 European countries: a systematic review and meta-analysis. The Lancet 6(11), e848 - e857.
- Huttu, T. & Heikkinen, K. 2020. Pää kylmänä. Näin tuet teinin aivojen itsenäistymistä. WSOY.
- Mattila, AS. 2022. Stressi. Duodecim Terveyskirjasto. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00976>
- Sarvela, K. & Auvinen, E. 2020. Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Basam Books. Helsinki.
- THL.. 2024. Fin-lapset –tutkimus. <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/finlapset-lasten-nuorten-ja-perheiden-terveys-hyvinvointi-ja-palvelut/finlapset-tutkimus>
- THL. Kouluterveyskysely. <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/kouluterveyskyselyn-tulokset>
- Vuorenmaa, M. 2019. Pienten lasten ja heidän perheidensä hyvinvointi 2018. THL tilastoraportti. <https://thl.fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/lapset-nuoret-ja-perheet/pienten-lasten-ja-heidan-perheidensa-hyvinvointi-2018>