

Magiske og tragiske øyeblikk

Hvordan barnehjernen formes av
god og sviktende omsorg: Et
utviklingstraumeperspektiv

Marte Meo Congress, Bergen, September 2014

Dag Ø. Nordanger
RKBU Vest / RVTS Vest

Noen innledende ord ...

- Jeg er ikke trenet i Marte Meo, men jeg tror vi har mange fellesnevner i tenkningen 😊
- Et utviklingstraumeperspektiv sier mye om det som er tragisk, det barn må skjermes mot
- Men det sier minst like mye om det magiske, som må dyrkes og fremheves, og hvorfor
- Ikke minst viser det hvor viktig det er at barn får støtte til å **regulere** seg og sine affekter

- Video av tidlig sampill – eksempel på reguleringsstøtte

Utviklingspsykologi

Den kanskje viktigste funksjonen tidlig omsorg har

Nevrobiologisk forskning

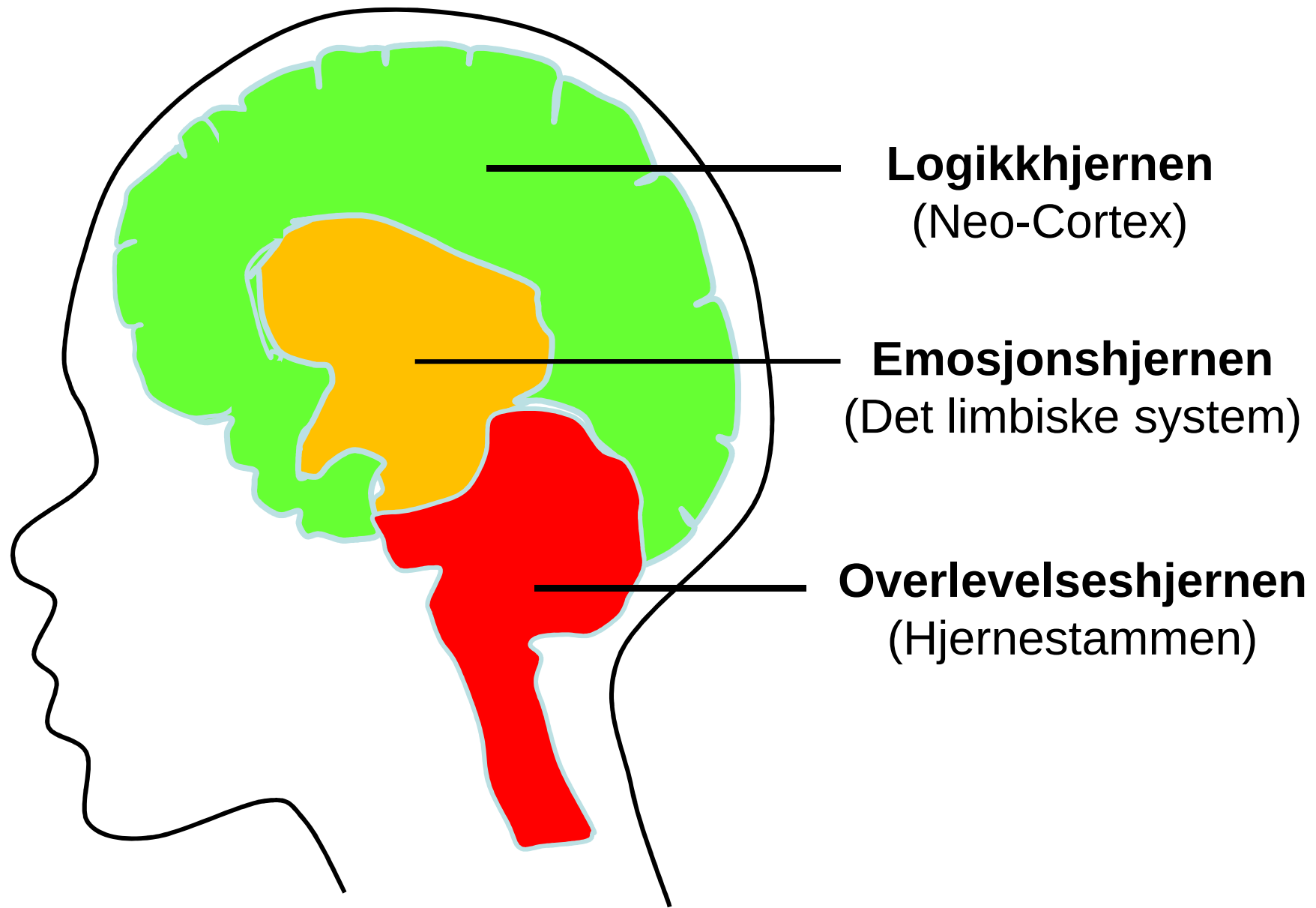
Barnets hjerne avhengig av det for å utvikle seg optimalt

REGULERINGSSTØTTE

Nyere traumepsykologi

De traumene som skjer tidlig i livet, *i kombinasjon med sviktende reguleringsstøtte*, er de som har de mest omfattende konsekvensene for personens utvikling og helse

- Eks: når overgriper og omsorgsgiver er samme person



Dag Ø. Nordanger, 2014

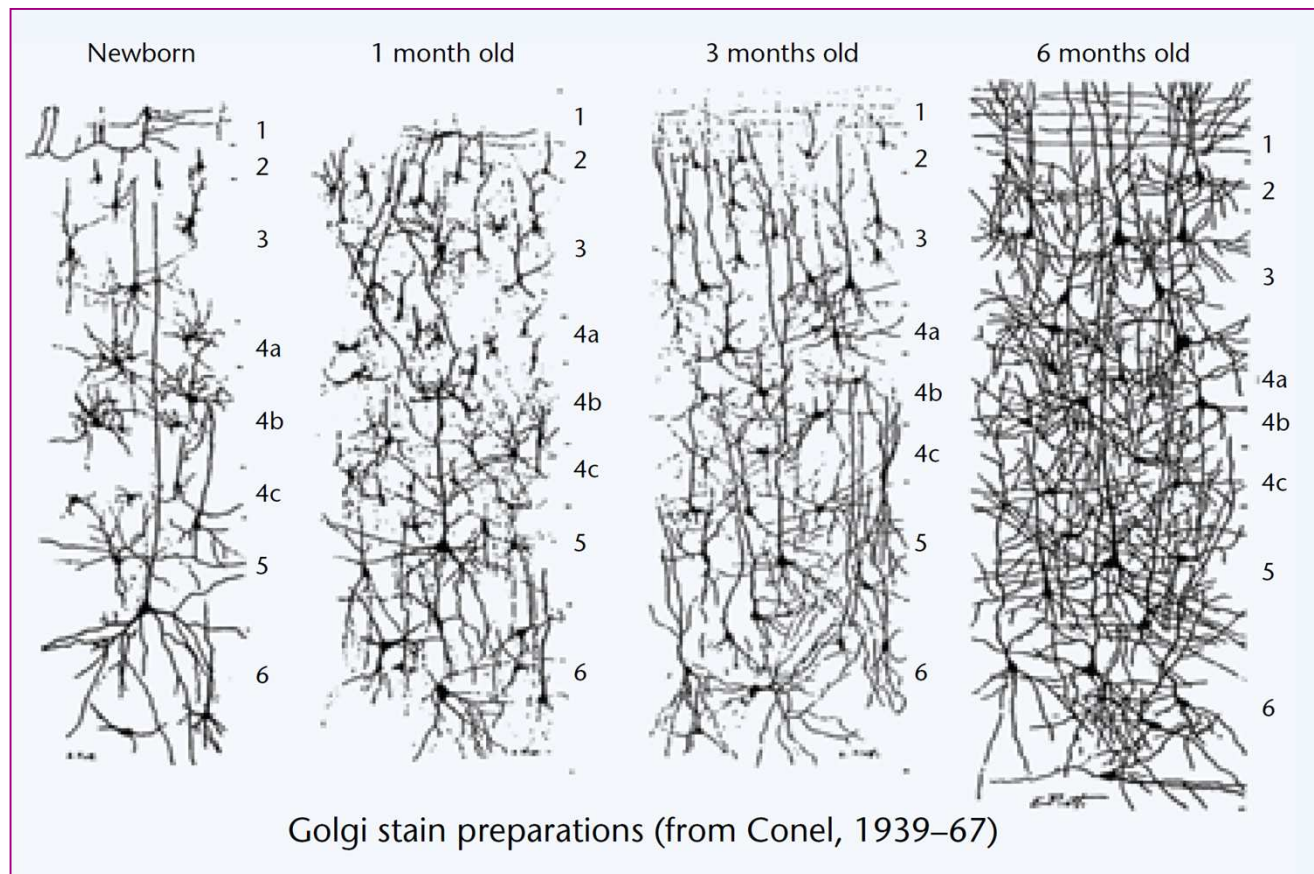
Hjernen er «bruksavhengig» (Bruce Perry)



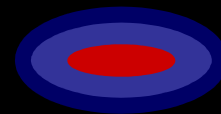
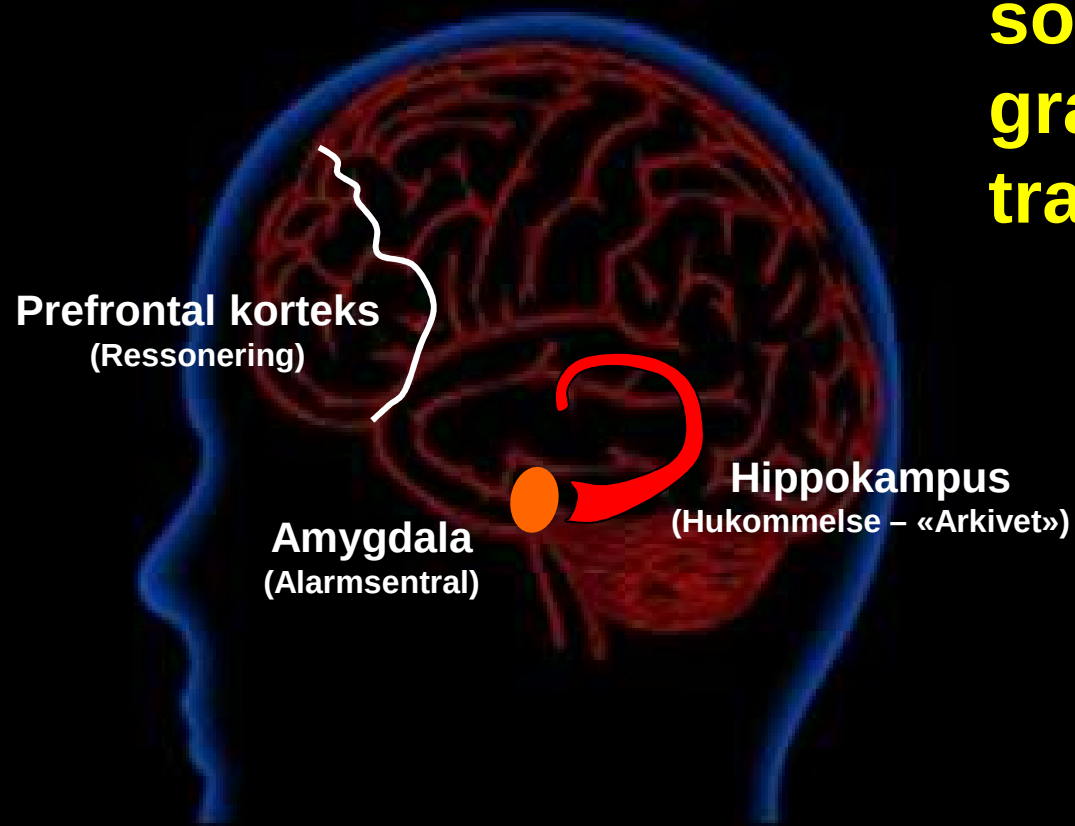
- Den utvikler seg først og fremst gjennom *stimulering* (ikke modning)
- Repeterte samspillserfaringer er den mest formende stimulering
- Mest sensitiv for stimulering i de tidlige leveårene (og i ungdommen)

Hos spedbarn i våken tilstand:

250 000 nye oppkoplinger per minutt!



Hjernestrukturer som i særlig stor grad påvirkes av traumer



Binyrene
(Hormonfabrikk)

Dag Ø. Nordanger, 2014



Dag Ø. Nordanger, 2014

Alarmsystem versus reguleringsystem

Hallo! Jeg sitter jo trygt her og hører på et foredrag på Marte Meo kongressen på Scandic!

Det var visst bare et pedagogisk virkemiddel! Falsk alarm!

Trussel!

Prefrontal korteks

Amygdala

Hippokampus

Ha! Det er ikke tigre på Bergen!

Dessuten tilsier min erfaring at de er ufarlige så lenge de kun er på et bilde! Falsk alarm!

Utskillelse av adrenaline a. m.

"Fight, flight & freeze"

Utskillelse of kortisol

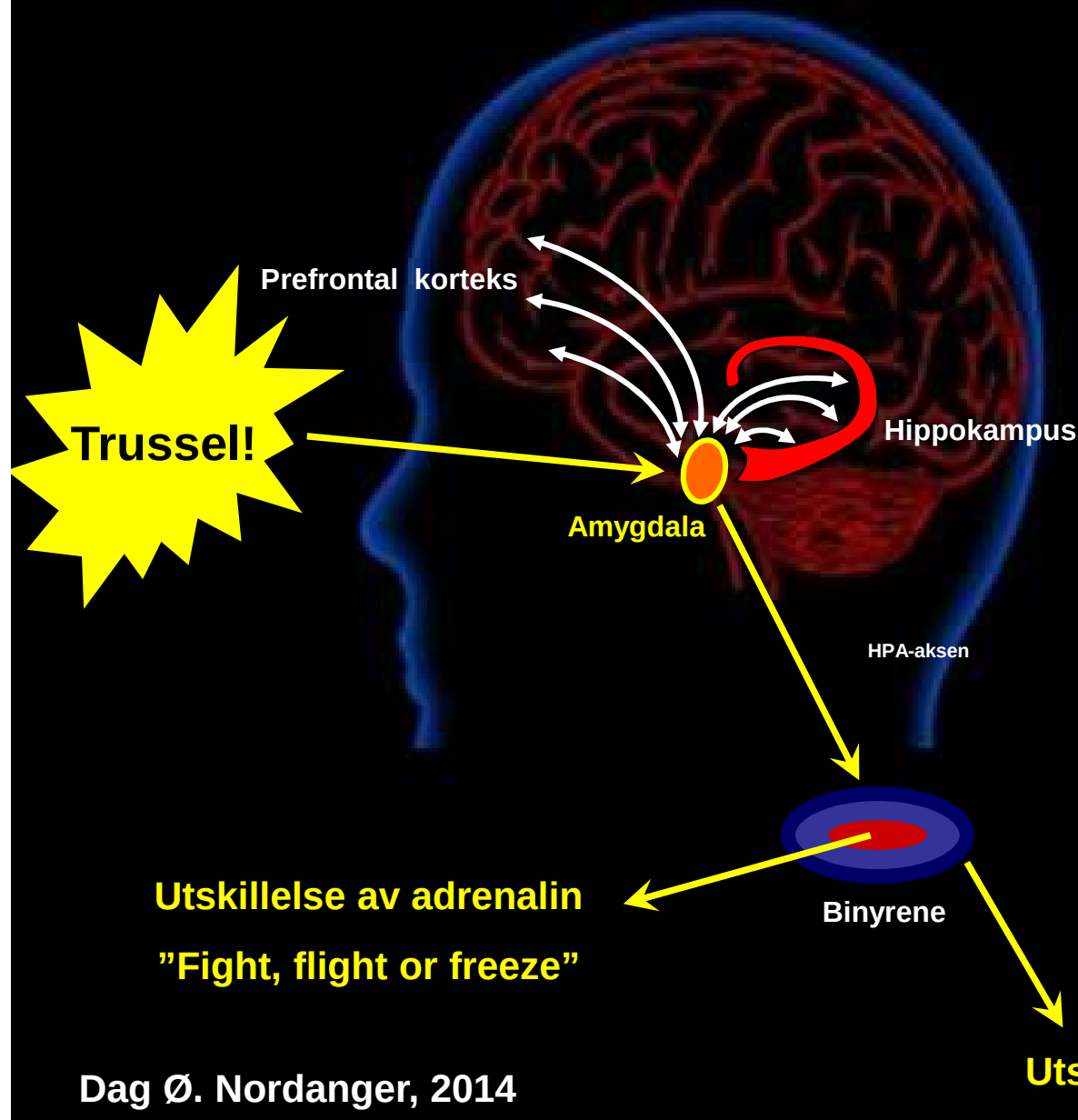
Dag Ø. Nordanger, 2014

Ved reelt livstruende hendelser:

Alarmsystemet blir sensitivisert (hjernen er bruksavhengig); de fleste av oss får symptomer på PTSD

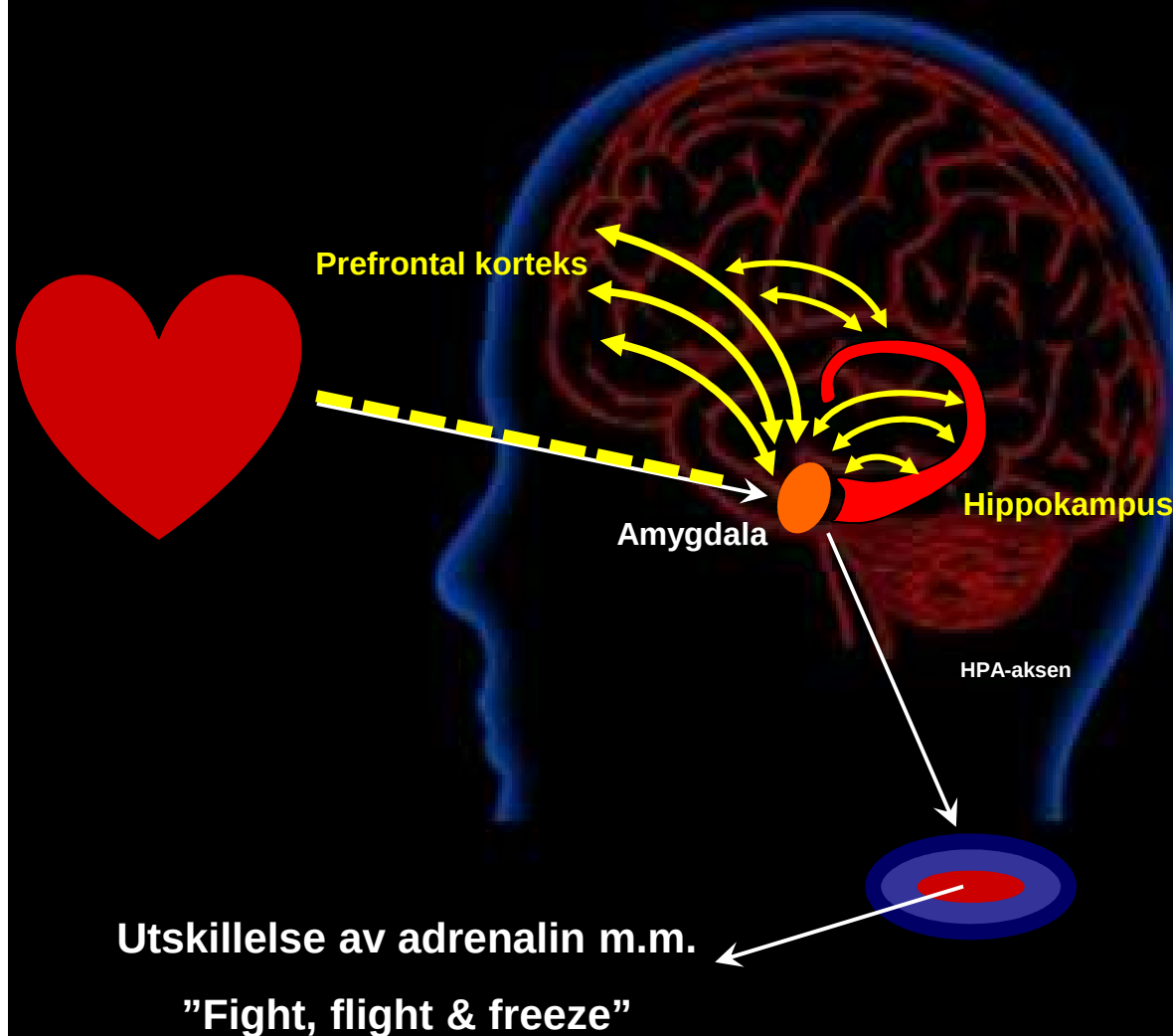
- Alarmresponsen utløses lett igjen
- Anspent, på alerten – generalisering
- Unngåelsesatferd

Evolusjonsutviklet overlevelsesfunksjon



Reguleringsstøtte

Reguleringsstøtte utvikler reguleringssystemet:



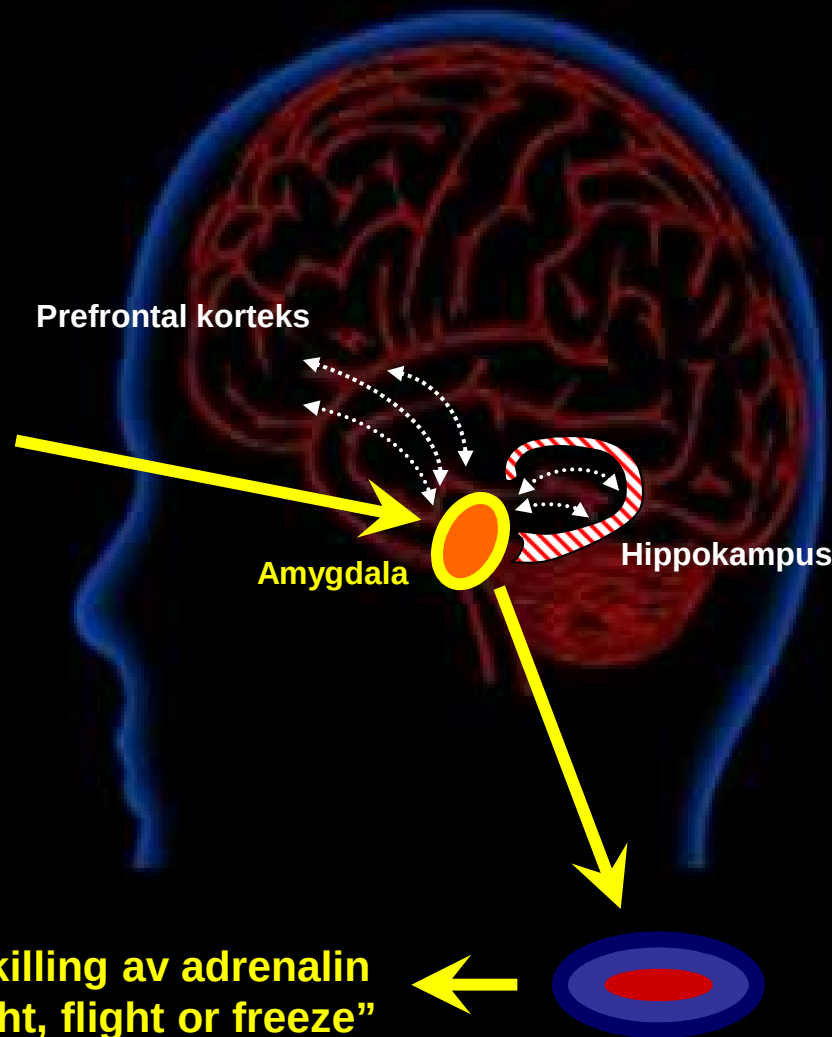
- Vi ER barnets prefrontale korteks og hippokampus
- Vi gir barnet erfaringer med hvordan regulere affekter og kropp
- Gradvis blir erfaringene internalisert som egne ferdigheter (hjernen er bruksavhengig)
- Gir logikkhjernen "kraft" til å bufre alarmresponser
- Hippokampus fylles med minner om andre som gode – positiv forventning

Traumatiske belastninger + Sviktende reguleringsstøtte



Dag Ø. Nordanger, 2014

Når den som skulle regulert en **er** trusselen; Dobbel negativ effekt

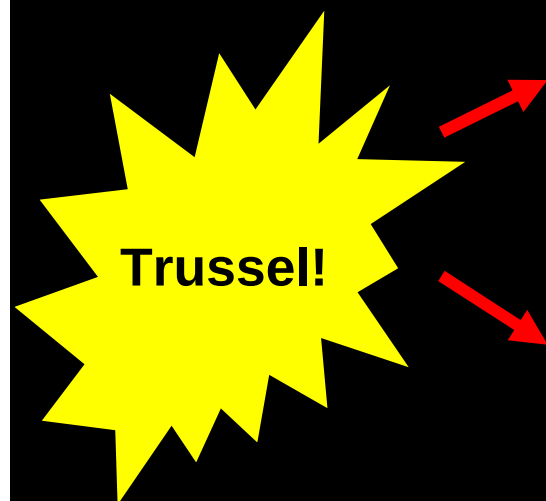


Alarmsystemet blir sensitivisert pga. den konstante trusselen

+

De regulerende strukturer underutvikles fordi barnet overlates til seg selv med å regulere frykt

- Går lett i alarmtilstand, som blir ukontrollert
- Overlevelse prioriteres fremfor læring



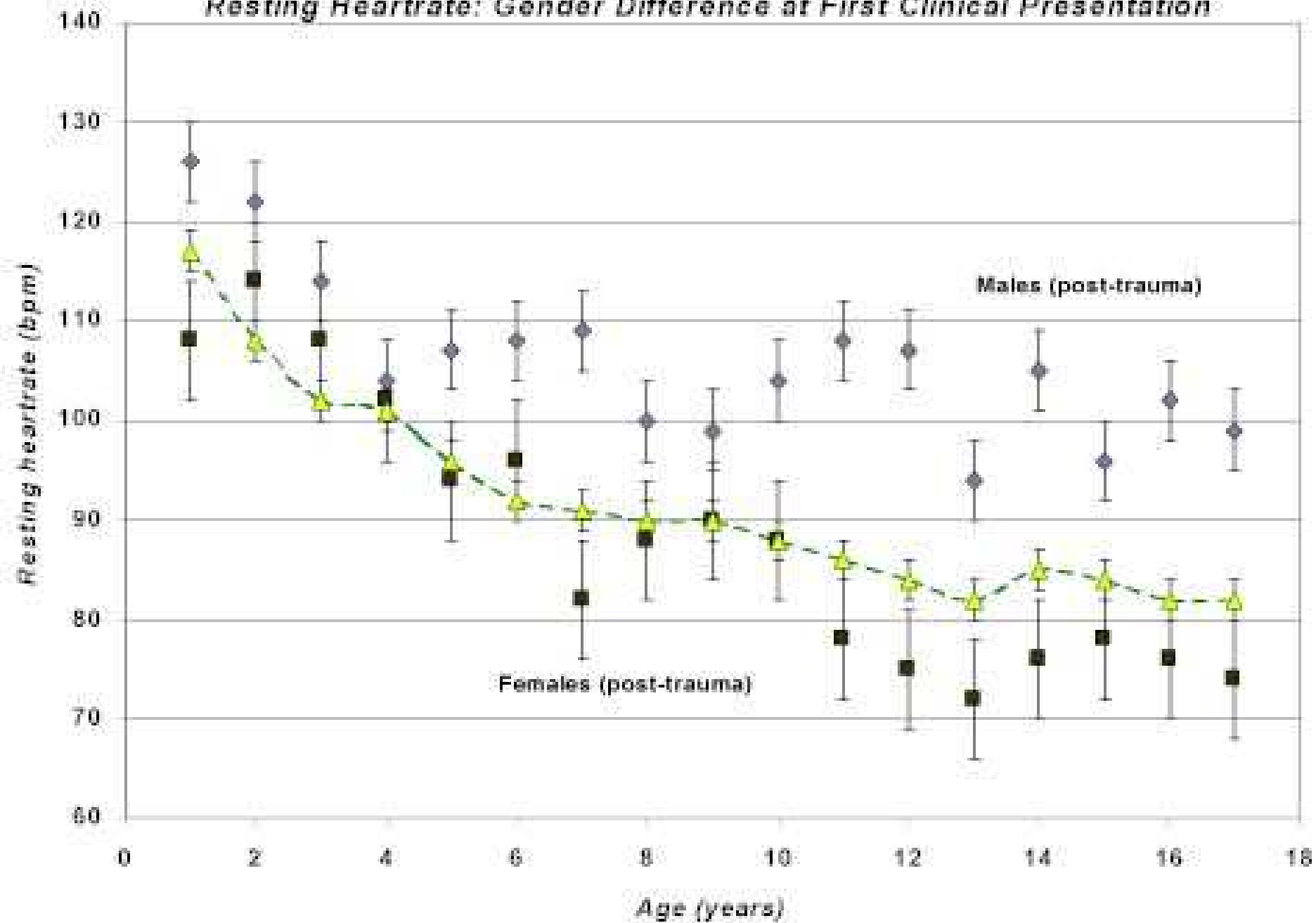
Gråt er funksjonelt, noen
kommer og redder deg

Gråt er ikke funksjonelt,
personen som skulle
reddet deg **ER** trusselen

Fight/flight/freeze,
Hyper-aktivering

Immobilisering,
Hypo-aktivering

Resting Heartrate: Gender Difference at First Clinical Presentation



leken

trøstende



irritert

uinteressert

Fra Finn Skårderud

spøkefull

nervøs



begjærlig

sikker på noe

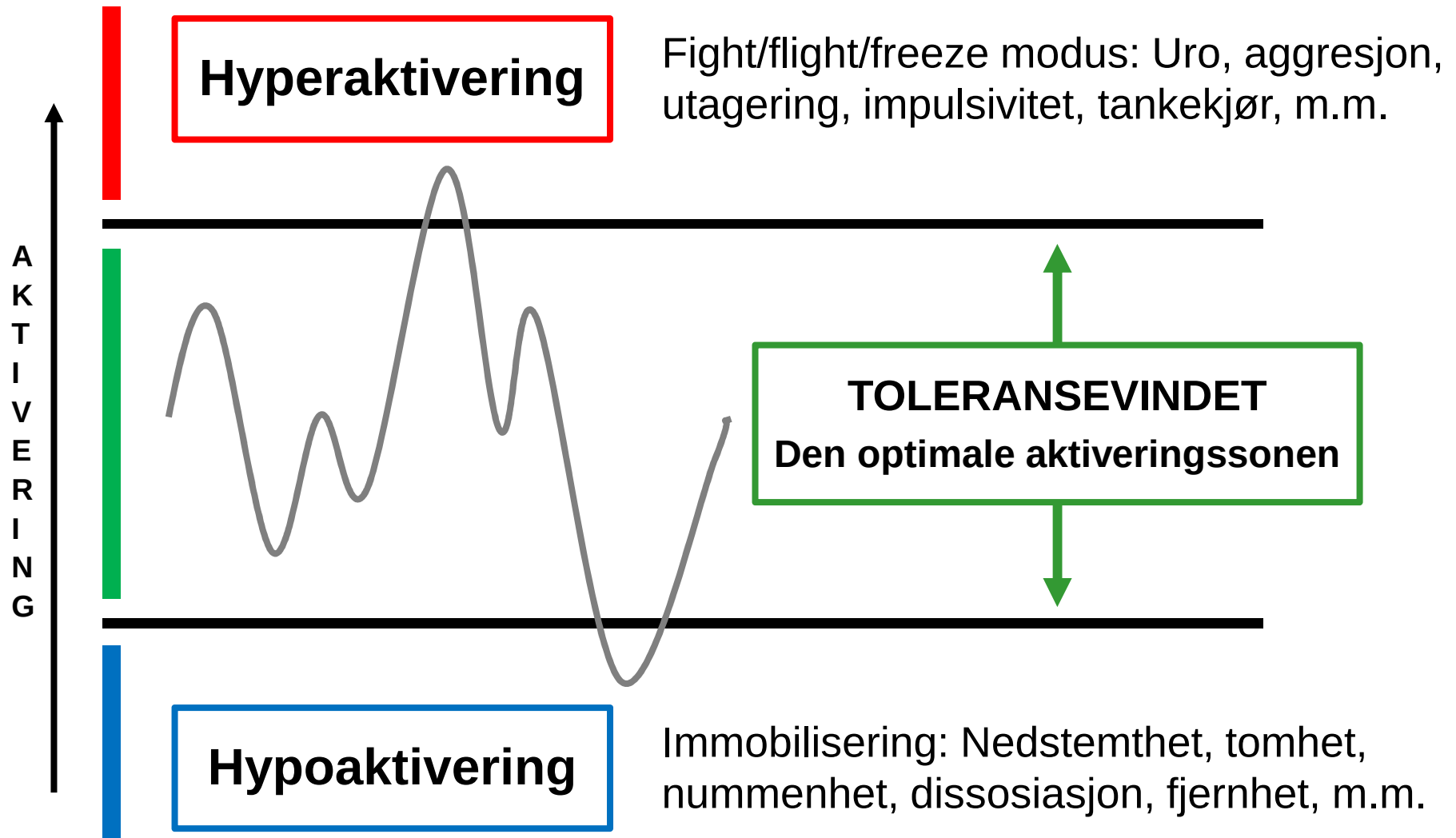
Fra Finn Skårderud

Om å være i overlevelsesmodus

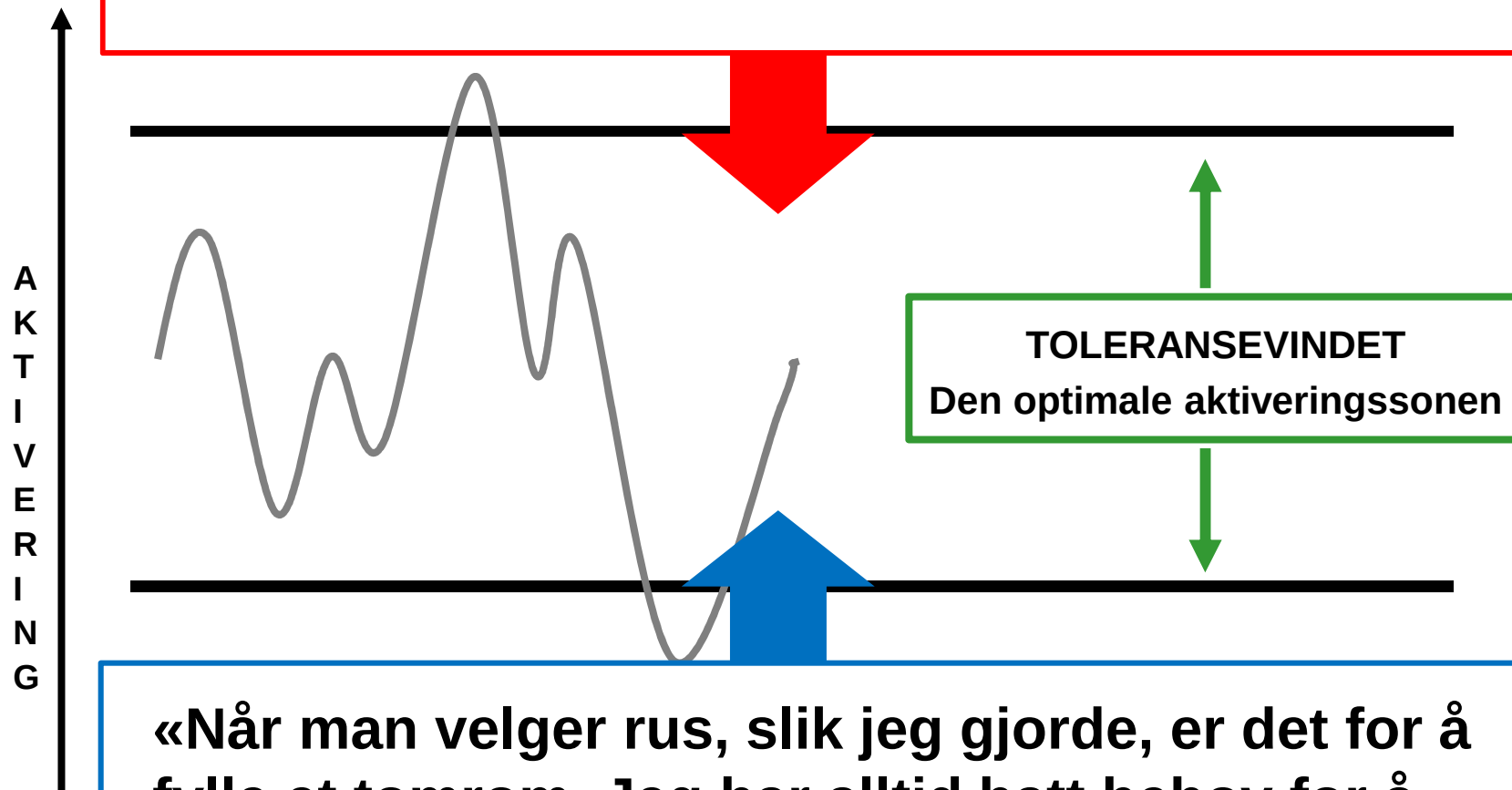
- **Overgrepsutsatte barn har vansker med å oppfatte positive emosjoner hos andre; feiltolker de ansiktsuttrykkene**

Koizumi, M., & Takagishi, H. (2014). The Relationship between Child Maltreatment and Emotion Recognition. *PLOS ONE*. DOI: 10.1371/journal.pone.0086093

Toleransevinduet

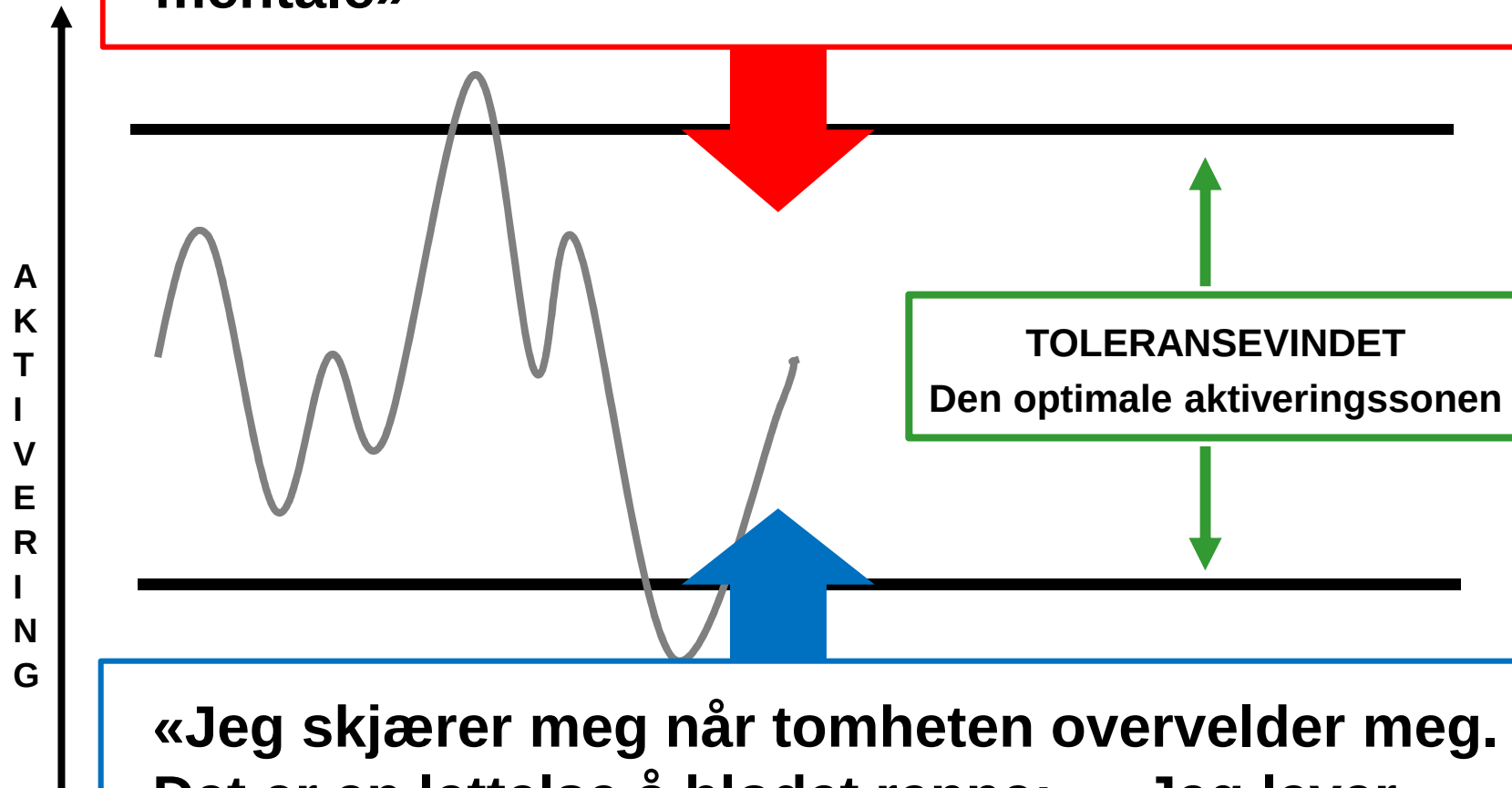


«Jeg har vært urolig inni meg siden jeg var en liten gutt. Herionen gav meg ro, fri fra kaoset»



«Når man velger rus, slik jeg gjorde, er det for å fylle et tomrom. Jeg har alltid hatt behov for å fylle tomheten i meg selv»

«Jeg skjærer meg for å dempe uro. Jeg griper til den fysiske smerten for å drive bort den mentale»



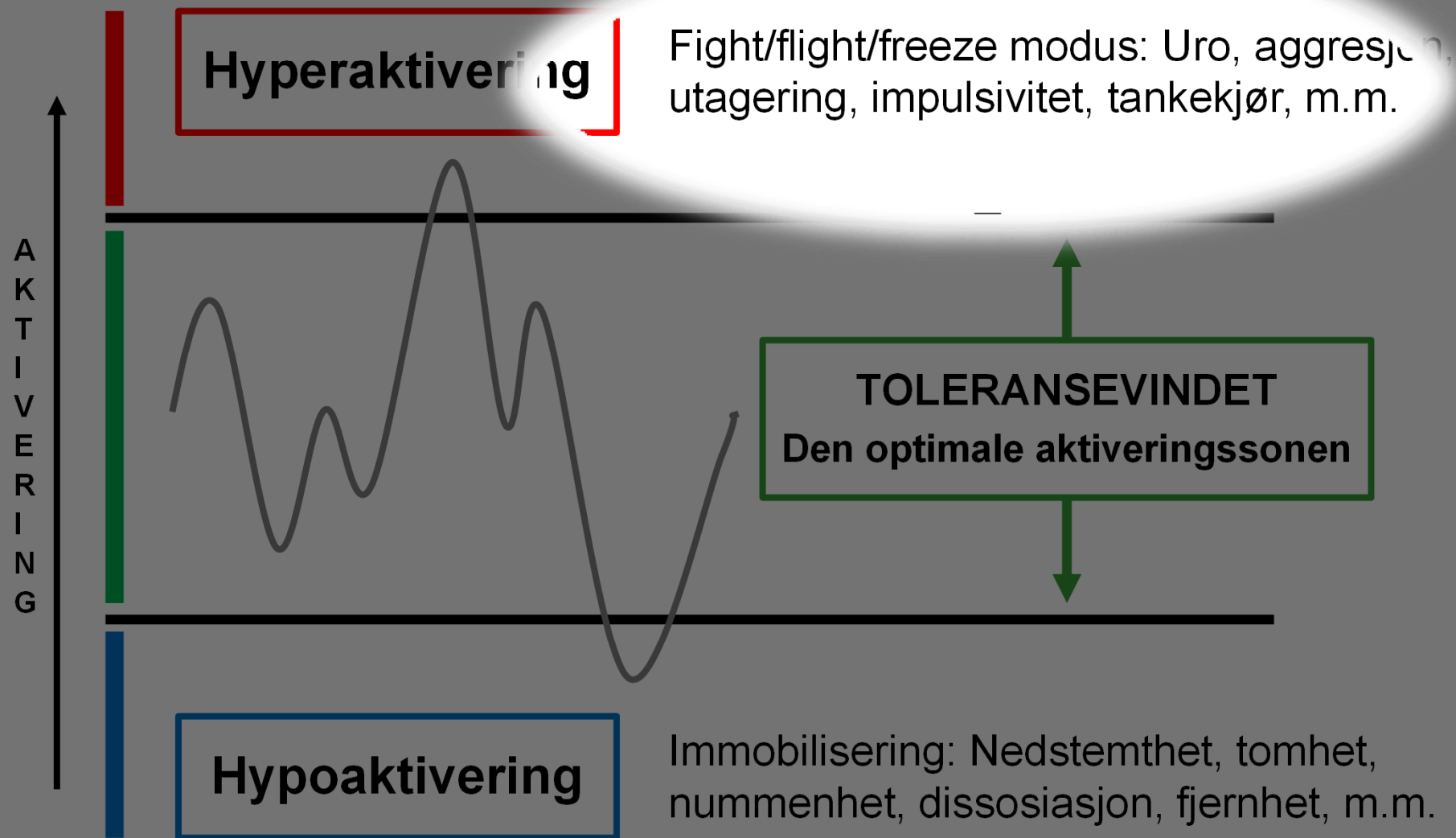
«Jeg skjærer meg når tomheten overvelder meg. Det er en lettelse å blodet renne; ... Jeg lever Jeg er et menneske som kan føle smerte»

Hvordan skjerme barn for tragiske øyeblikk?

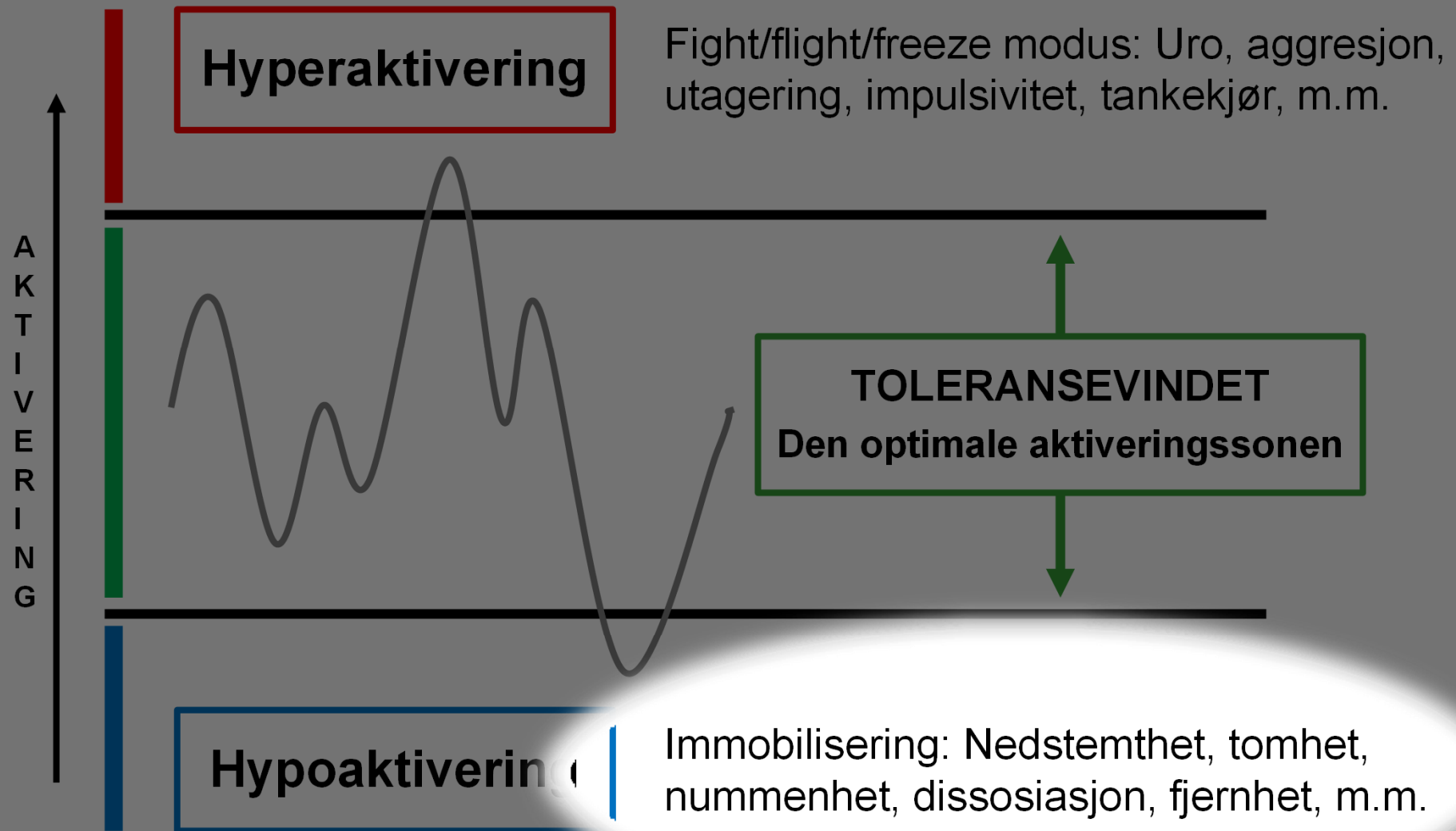
Vi trenger et åpent sinn ... og et åpent blikk

- Vi er ikke så flinke til å se barn utsettes for vold og overgrep (kompetanse, rammer, mot)
- Vi må i alle fall ikke se oss blinde på diagnoser
- Vi har en utfordring i at reguleringsproblemer krysser eksisterende diagnostiske kategorier
- Hva vi ser kan avhenge av vanskene som er mest iøynefallende - hvor vi «fester blikket»

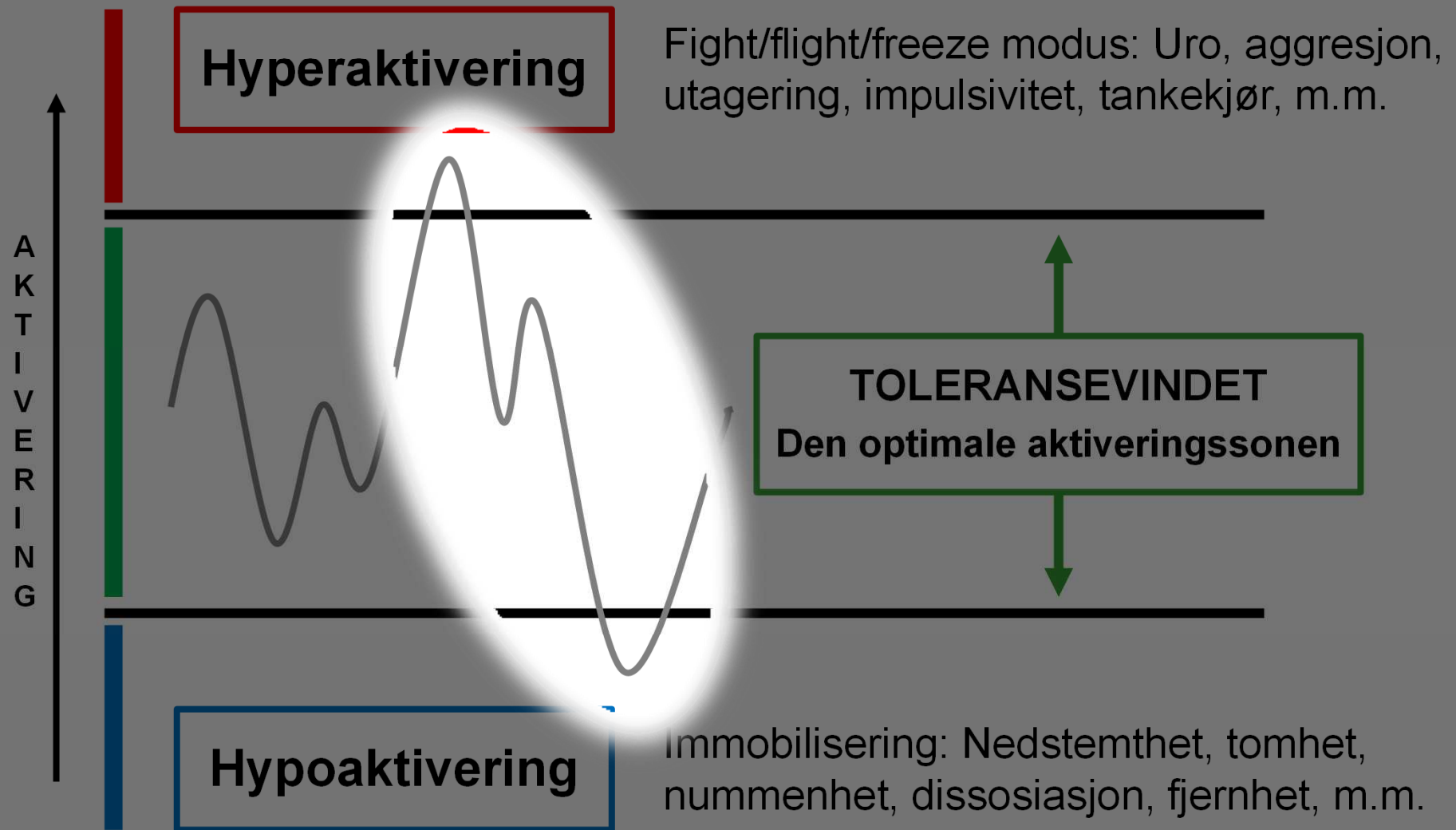
Toleransevinduet



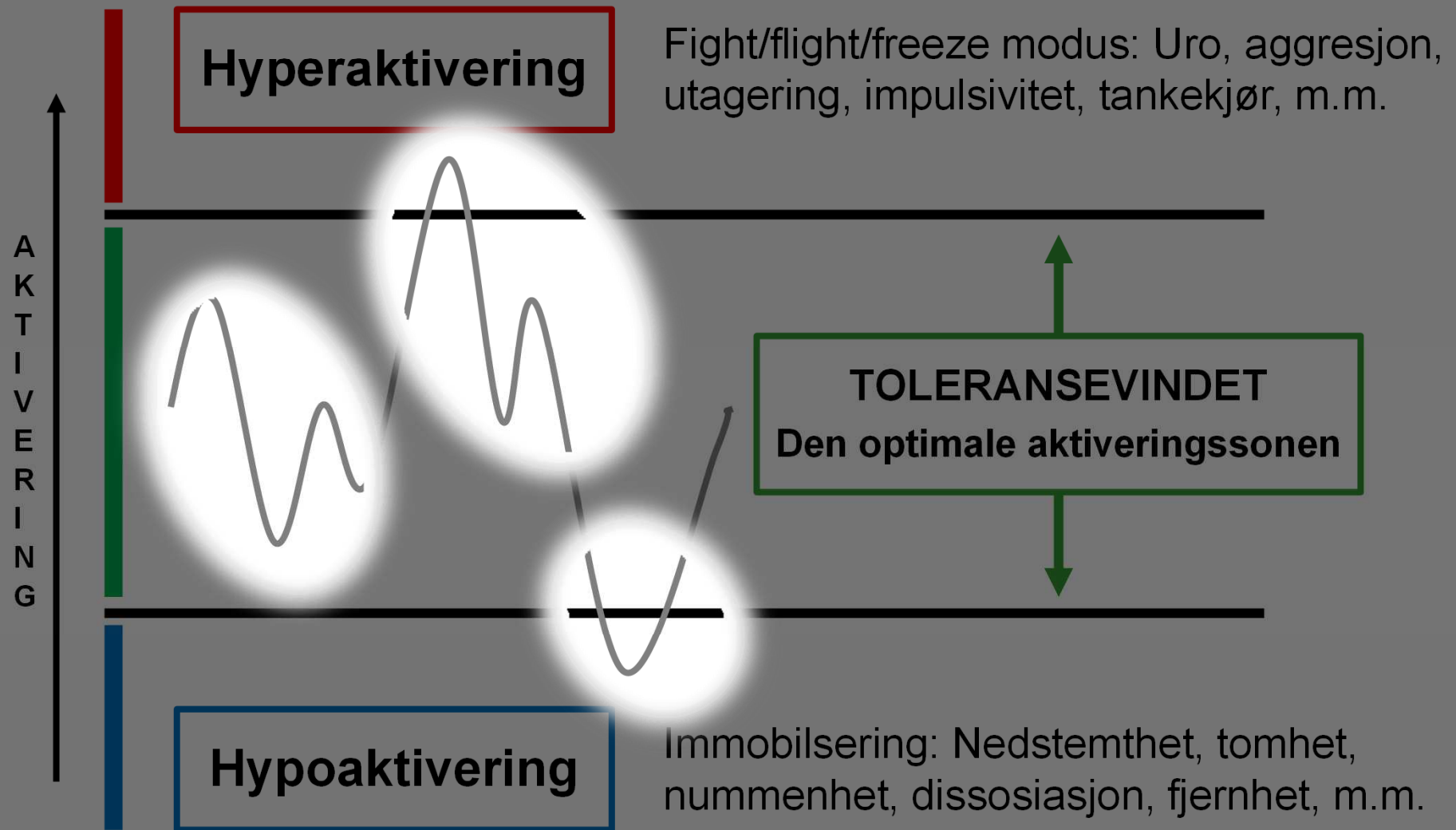
Toleransevinduet



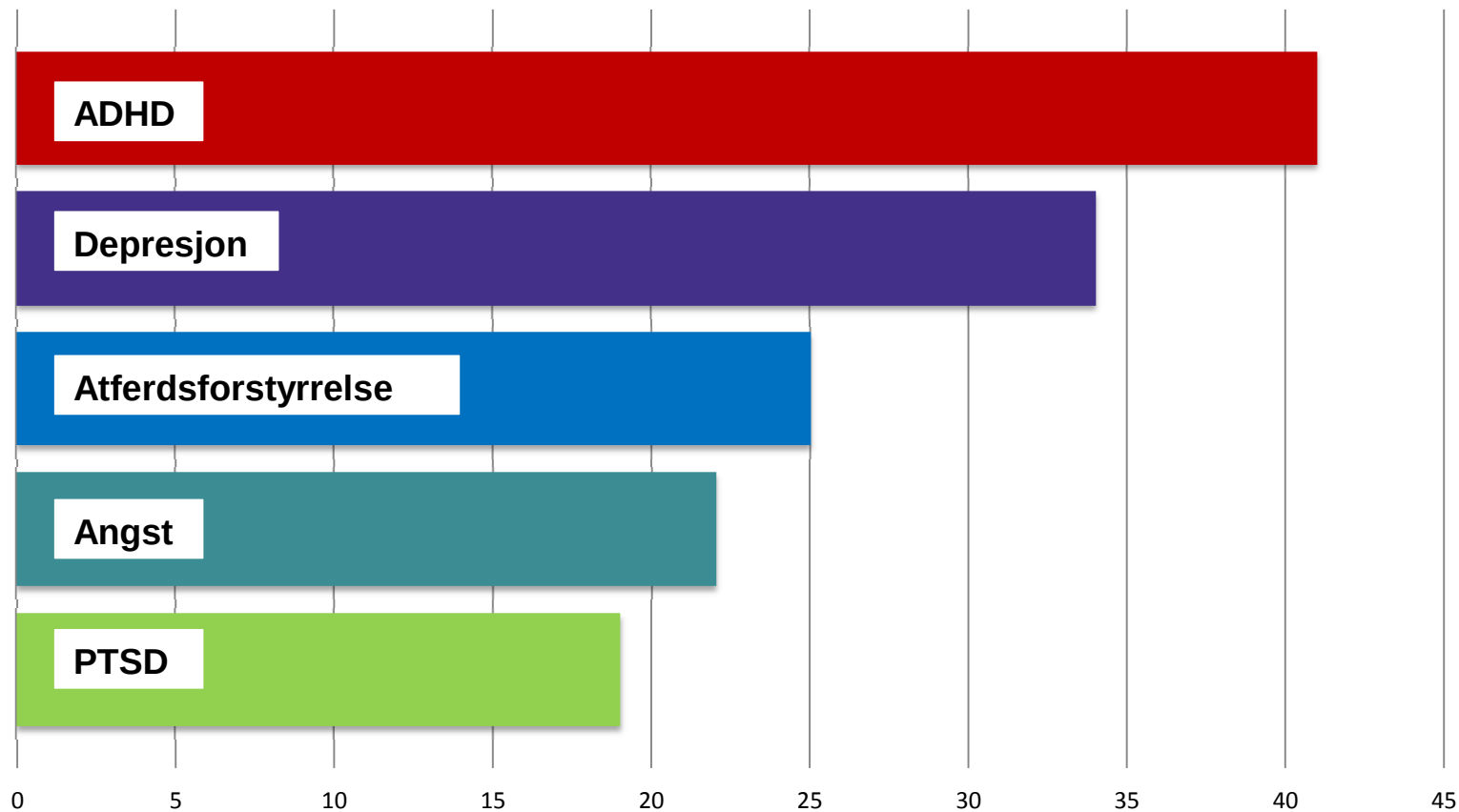
Toleransevinduet



Toleransevinduet



Vanligste diagnoser blant ungdommer (12-18 år) som hadde vokst opp med vold i hjemmet



Pelcovitz et al., 2000; *American Journal of Orthopsychiatry*

2 annonser



FOTO: PRIVAT/PER ANINAR HOLM

Gutten som ble usynlig

Skadene på Christoffer Kihle Gjerstads ansikt og kropp bekymret alle. Men ingen varslet. Så døde han.

AV KJETIL S. ØSTLI

Oppdatert: 23.06.11 kl. 15:58 Publisert: 21.04.09 kl. 07:06

AFTENPOSTEN EAVIS



Kjøp dagens eavis
morgen- og aftenutgaven

2 annonser

Flytteportalen
adresseendring på nett

MØTEPLASSEN
Finn fjertigheten på nettet

FINN Mulighetenes marked

Jobb Daglige deals

mittanbud.no
Få jobben gjort

Prisjakt

**Hvilke øyeblikk skal vi dyrke
og fremheve?**

Vondt i...

FORELDRESKOLEN

Tekst: Håvard Tjora
Illustrasjon: Lisa Aisato



Håvard Tjora er lærer i grunnskolen.
Har du spørsmål, reaksjoner eller forslag til tema? Send e-post til magasinet@dagbladet.no

Hører du, utdanningsminister Torbjørn Røe Isaksen:

Sinte barn trenger ikke anmerkninger

ER AKKURAT LEST FERDIG boka «Jonas» av Jens boe. Det var hjerteskjærende lesing. Boka om



eksempler på at elever har blitt holdt utenfor prøver - for å ikke trekke skolens snitt ned. for seg eleven Bobbi, resultat av morens fly med en tysk soldat. Bobbi, som er i konflik

***Vi kan ikke henvende oss
til logikkhjernen,
når problemet bor i
overlevelseshjernen***

(Etter Bruce Perry)

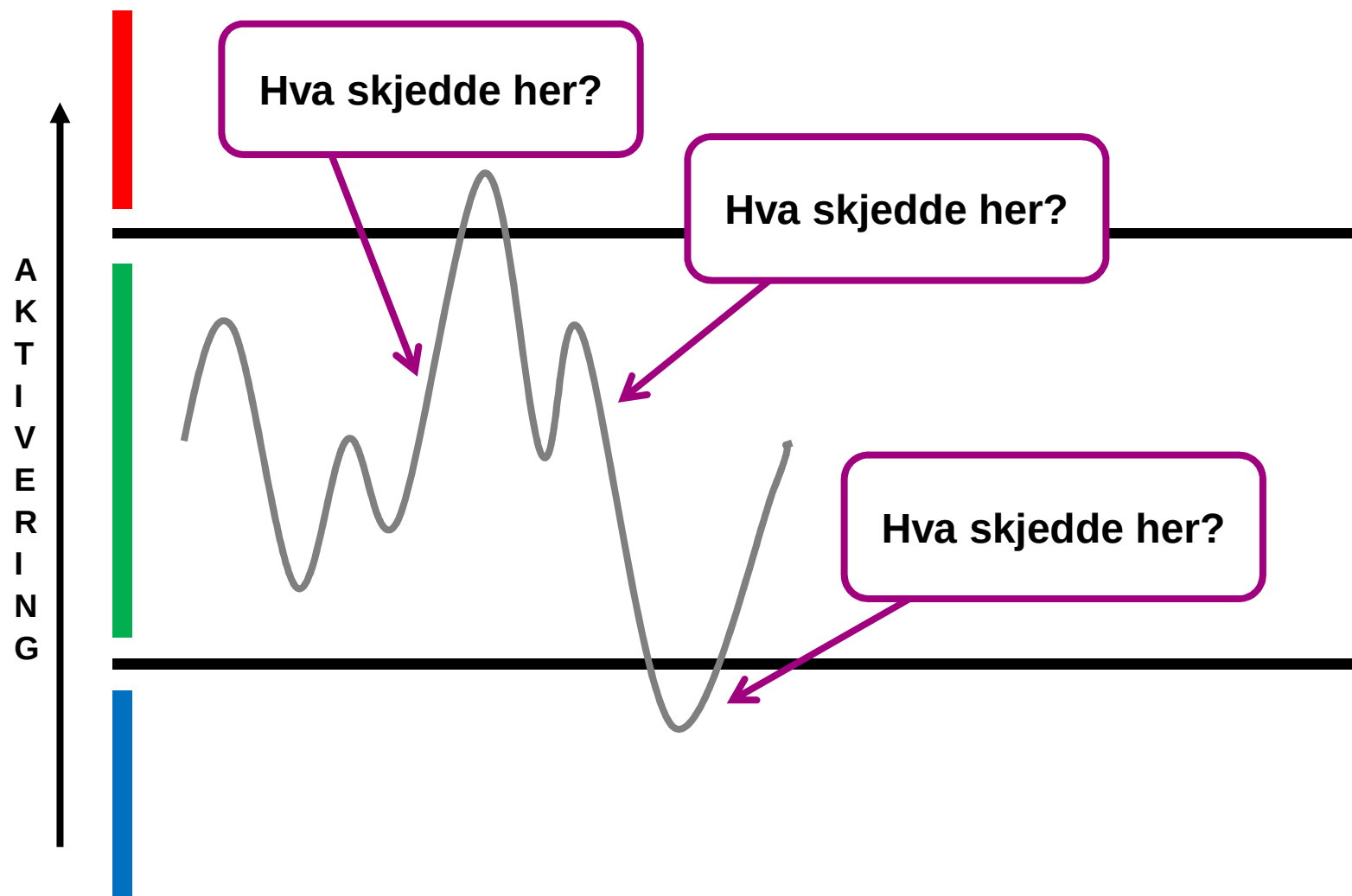
Gi regulerende erfaringer

- Å være en regulerende voksen er noe annet enn en å gi korreksjon og konsekvens
- Reguleringssystemet i hjernen utvikles ikke etter andre prinsipper selv om man blir eldre
- Nedenfra og opp, gjennom repeterte daglige samspillserfaring – reguleringsstøtte i relasjon
- Men det er uhyre krevende, i praksis er det betyr det å tåle å stå mye i negativ affekt



- Hjelp foreldre, fosterforeldre, lærere, alle som er nær barnet, og gi «vanlig» omsorg når vi støtes bort – når det føles naturstridig

Barn og familier *forstår* toleransevinduet!





CACTUS: Child Assessment of Complex Trauma Symptoms

				
Slik reagerer barn på traumer Aktuelt, Traume	Hva trenger en skadet hjerne? Traume	En «strømkabel» demo av Porges' polyvagle traumeteori	Hvordan forklare reguleringsvansker for et barn Aktuelt, Traume	Julian Ford om Aktuelt, Konfer: Traume

Takk for oppmerksomheten!