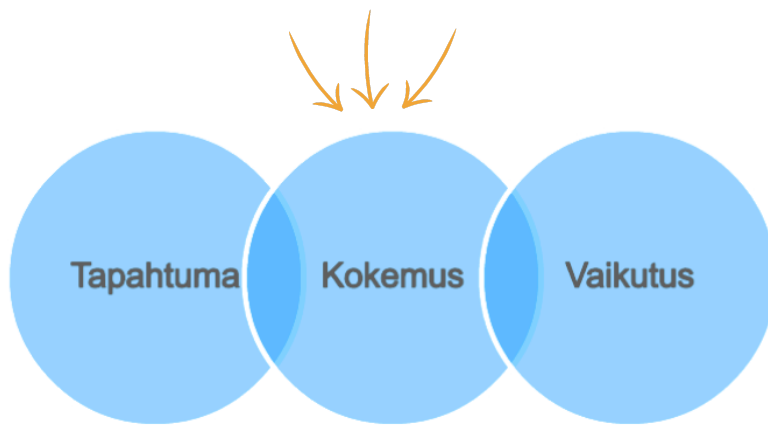


MISTÄ PSYYKKISESSÄ TRAUMASSA ON KYSE?

MITÄ ON TRAUMA?

- Trauma on seurausta yksittäisestä tapahtumasta, sarjasta tapahtumia tai olosuhteista, jotka yksilö kokee fyysisesti tai emotionaalisesti haitallisina tai uhkaavina ja joilla on pitkäkestoisia vaikutuksia yksilön toimintakykyyn, psyykkiseen, fyysiseen, sosiaaliseen, emotionaaliseen ja henkiseen hyvinvointiin.
- Traumassa ihmisen kestävyys ei riitä käsittelemään kokemusta

Trauman komponentit



Trauman tyypittelyä

- Yksittäistä traumataapahtumaa kuvataan usein 1. tyyppin traumana
- Toistuvaa traumatisoitumista kuvataan tyyppin 2. kompleksisena traumana
- Yksilö *kokee itse* suoraan jonkin tapahtumaan, *todistaa* jotakin tilannetta, toiseen ihmiseen kohdistuvaa tekoa tai *saa tiedon* jostakin tapahtumasta
- *Työperäinen* altistuminen ja kokeminen

Trauman kokeminen

- Trauman kokeminen on yksilöllistä
- Trauma voi heikentää ihmisen perusluottamusta (toiset ihmiset, maailma, yhteiskunta) ja turvallisuuden tunnetta
- Iällä ja kehitysvaiheella on merkitystä trauman kokemiselle
- Toipumisessa on olennaista tiedostaa ja yhdistää kokemus osaksi omaa elämäntarinaa

Trauman kokemiseen voi välittyä se, onko kyse (1) toisen ihmisen tahallisesti vai (2) tahattomasti aiheuttamasta tapahtumasta vai (3) luonnonolosuhteisiin liittyvästä tapahtumasta



SOSIAALINEN NÄKÖKULMA

Sosio-ekologinen malli



Trauma & yhteisötaso

Trauman kokemisen ilmeneminen ja vaikutukset eri ympäristöissä

1. Fyysinen ja rakennettu ympäristö, elinympäristö
2. Sosiaalis-kulttuurinen ympäristö
3. Taloudellinen ympäristö ja koulutus

Trauman tarkastelu: yksilön sijasta huomion kiinnittäminen systeemitasen tekijöihin

- Trauma on reagointia, seurausta sosiaalisesti haavoittaviin olosuhteisiin ja eriarvoisuutta tuottaviin ja ylläpitäviin rakenteellisiin tekijöihin
- Trauman kokeminen ja siihen reagointi voi olla yhteisöllistä, yhteiskunnallista
- Trauma voi muovata kollektiivista identiteettiä

Asiakassuhteessa

- Asiakas voi reagoida uhan, ja pelon kautta => luottamuksen haasteet kohtaamisessa
- Asiakkaan käyttäytyminen voi ilmentää pyrkimystä selviytyä stressin ja vaikeiden kokemusten kanssa
- Mikä on asiakkaalle sopiva tapa olla vuorovaikutuksessa?

Keskiössä

Turvallisuus

Avoimuus

Ennakoitavuus

Mikä tukee?

- Kiinnittyminen hyvinvointia vahvistaviin positiivisiin ihmissuhteisiin
- Merkityksellinen tekeminen arjessa
- Vakaat ja turvalliset olosuhteet
- Traumaattisten kokemusten vaikutusten merkityksen ymmärtäminen
- Keskittyminen nykyhetkeeseen

Organisaatiot, yhteisöt & Yhteiskunnan rakenteet

1. Miten voidaan vähentää eriarvoisuutta ja edistää traumatietoisia politiikkatoimia, sosiaalista oikeudenmukaisuutta ja sosiaalista turvallisuutta?
2. Miten voidaan vahvistaa ja tukea (asiakkaiden, kansalaisten ja työntekijöiden) yhteisöjen resursseja kannatella vaikeissa tilanteissa?
3. Miten organisaatiot voivat toimia traumatietoisesti sekä suhteessa työntekijöihin että asiakkaisiin?

