

Perhesysteeminen näkemys sotatraumaan: Trauman merkitys, perheenjäsenten roolit ja traumahistorian jakaminen

Traumaterapiakeskus, 12.01.2024

Raija-Leena Punamäki, Tampereen yliopisto

Esityksen sisältö

- **Sotatrauman luonne**
- **Perhesysteeminen ja kiintymyssuhdeperustainen lähestymistapa**
- **Traumainformoitu työote**

Trauman luonne

Luottamuksen menetys

Matala

Korkea

Hengenvaara

Matala

Tapahtuma ei traumaattinen

- **Emotionaalinen väkivalta**
- **Laiminlyönti**

Korkea

- **Luonnonkatastrofi**
- **Liikenneonnettomuus**

- **Sotatrauma**
- **Kidutus**
- **Vakava kaltoinkohtelu lapsena**

- **Haasteet ja elämänmuutokset -> aktivoivat aikaisemmat traumakokemukset (Bowlby, 1991)**

Traumatisoituminen

Kauhu, uhka, vaara

Tapahtuma

**Virittyminen
vaaraan**

**Psykologiset
mekanismit**

**Sensomotorinen
muisti**

**Havainnot ja
tunneilmaisu
vääristyvät**

Ilmioireet

Painajaisunet

Pelkotilat

**Trauman uudelleen
kokeminen**

Perhesysteeminen lähestymistapa ja kiintymyssuhteet

Molemmat painottavat

- Käyttäytymisen, tunteiden ja suhteiden mielekkyyttä ja historiaa (esim. Puolisoiden, vanhempien ja sisarusten "systemien")
- Traumaoireiden ja stressin tarkoituksen-mukaisuus
- Ei vain oireita, patologiaa tai surkeutta
- Ongelmat haasteita ja ratkaistavissa
- Kompleksiset ja jännittävät triadi, dyadi ja perheprosessit (esim. kompensoivat, suojelevat, tarttuvat, ylivuotavat tunteet ja kokemukset)

(Crittenden & Dallos, 2009; Kerns et al. 2010; Minuchin, 1978; Lindblom et al., 2010)

Trauma aktivoi kiintymyssuhteen "työmallit"



Opitaan:

- Luottamus
- Kausaalisuhteet
- Tunnekuohun rauhoittaminen
- Turvautuminen toiseen

Trauma aktivoi:

- *Muistityypit
- *Avun hakeminen
- *Pääsy tunteisiin
- *Tunteiden säätely
- *Surun ilmaisut
- *Selviytymiskeinot

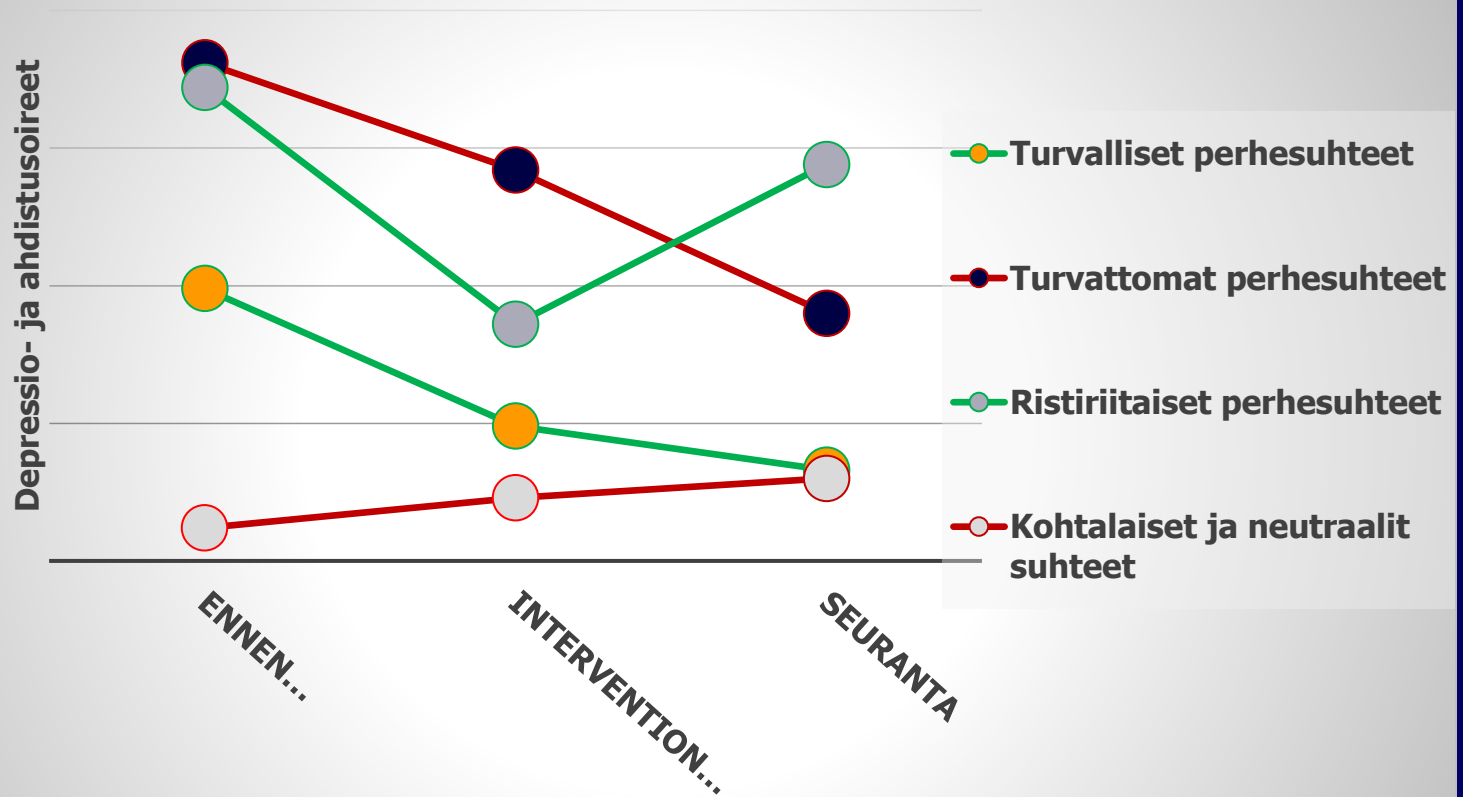
Trauma & Kiintymystyyli

- *Mielenterveysongelman ilmaisu
- *Traumasta 'viisastuminen'
- *Resurssien uudelleen organisointi

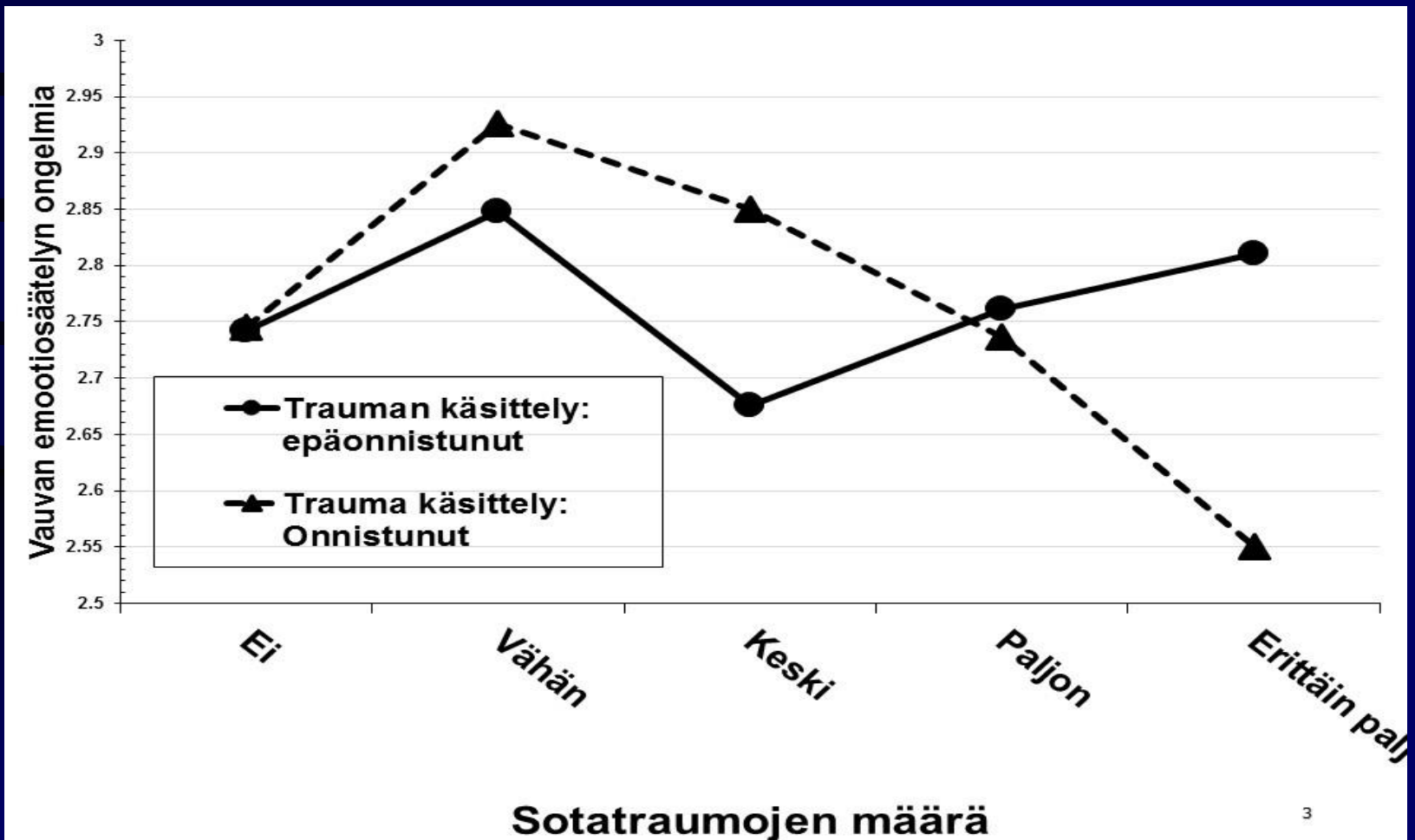
Tutkimusta: Sotatrauma -> Sisarussuhteet

- **Sotatrauma vähentää sisarusten välistä emotionaalista ja käytännöllistä tukea (Diab, 2011)**
- **Sotatrauma vähentää läheisyyttä & intimitteettiä**
- **Sotatrauma lisää sisarusten välistä kilpailua ja ristiriitoja (Diab, ym. 2018; Peltonen, ym., 2010)**
- **Sisarukset omaksuvat erilaisia/ainutlaatuisia rooleja uhkatilanteissa**
- **Roolit palvelevat perheen tasapainoa**
- **Voivat 'sementoitua' ja kaventaa kehitysmahdollisuuksia**

Psykososiaalisen Intervention Vaikuttavuus Perhetyyppien mukaan: Depressio- ja ahdistusoireet



Äidin resilienssi suojelee: Lapsen emootionsäätely



Kiintymyssuhde terapiassa

- **Terapeutti tietoinen: yhteensopivuus**
- **Vaara (myös symbolinen) aktivoi kiintymyskäyttäytymistä**
- **Terapiassa**
 1. **Luodaan turvasatama, korvaava tunnesuhde mahdollistaa ihmissuhteiden tutkimisen ja turvautumisen**
 2. **Tutkitaan omia kiintymyssuhdehahmoja**
 3. **Tutustutaan omiin sisäisiin työskentelymalleihin (skeemat, sisäinen puhe, jos-kun tarinat)**
 4. **Mahdollistetaan pääsy 'metatasolle' – tietoinen tarkastelu kiintymyskokemuksen siirrosta nykysuhteisiin**
 5. **Opitaan ymmärtämään miten uusi trauma aktivoi sekä vanhat traumat että selviytymiskeinot ja turvaverkot**
 6. **Terapia-allianssi- ja transferenssi jäsentyvät 4 kiintymystyyppin mukaan (Kanninen, Salo, & Punamäki, 2003).**

Kiintymystyyli ja trauman kognitiivis-emotionaalinen prosessointi

Turvallinen

- Pääsy tietoihin ja automatisoituneisiin tunteisiin ja ajatuksiin: eheytyminen on mahdollista
- Pääsy sekä kielteisiin että myönteisiin tunteisiin
- Pääsy sekä episodiseen että semanttiseen muistiin: eheytyminen/koherenssi

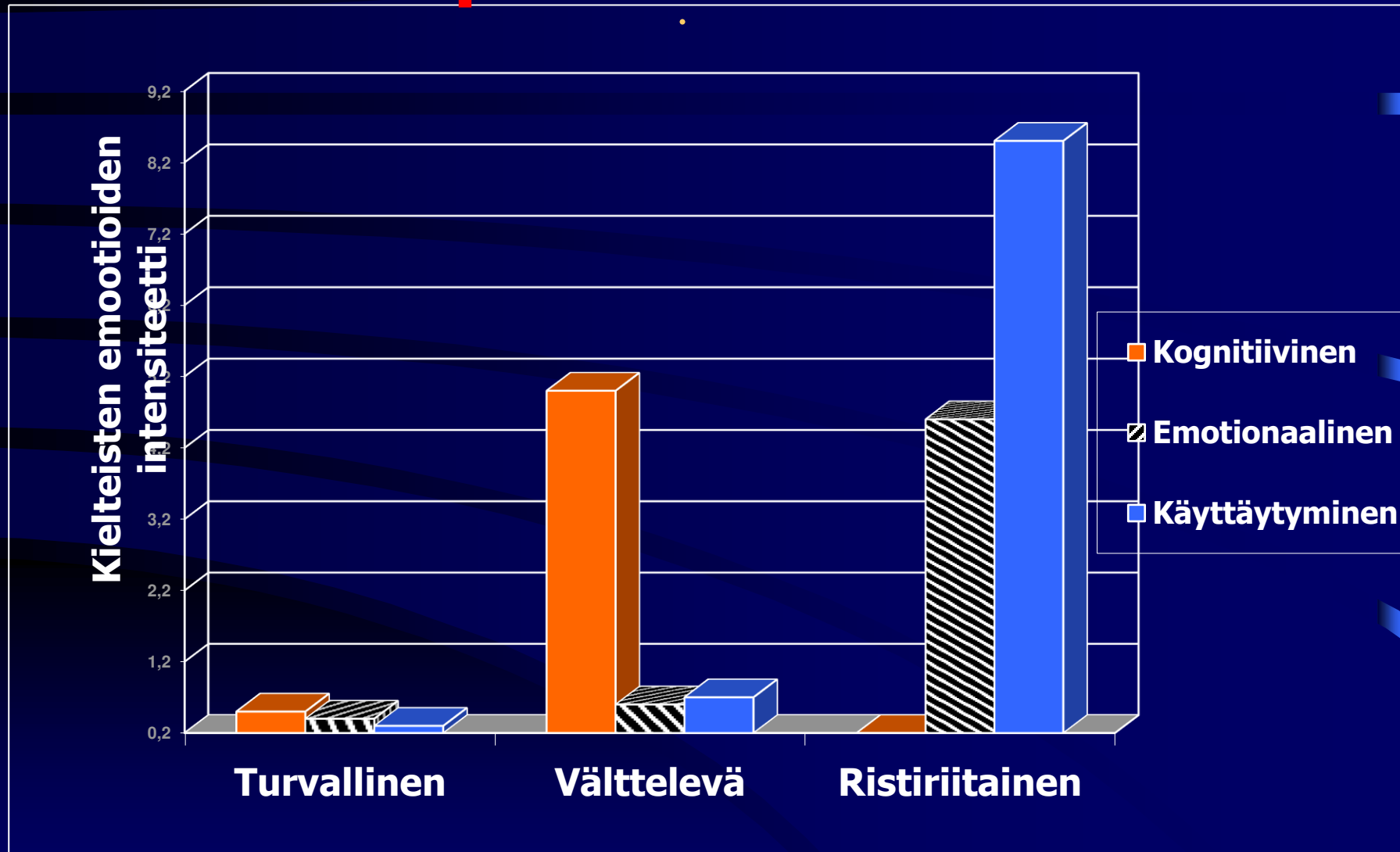
Vältelevä

- Vaikeaa tunneilmaisut, minimoi tuskaa
- Helppoa analyttisyys ja kognitiivinen työskentely
- Vähän muistoja, luonteeltaan semanttisia

Jumiutunut-ristiriitainen

- Vaikea raamittaa tunteita, informatio vääristyy
- Emotiot ovat intrusiivia, hallitsemattomia ja voimakkaita
- Menneisyys dominoi
- Jäsentymätön episodinen muisti

Kiintymyssuhde ja trauman prosessointi



Lähteitä I

- Bachem, R., Levin, Y., Stein, J. Y., & Solomon, Z. (2021). Families in the shadow of traumatic experiences: negative world assumptions and family relationships. *Journal of Traumatic Stress, 34*(1), 149–160. <https://doi.org/10.1002/jts.22603>
- Bowen, M. (1990). *Family therapy in clinical practice*. Northvale, New Jersey: Jason Aronson.
- Bowen, M., & Kerr, M. E. (2009). *Family evaluation*. WW Norton & Company.
- Bowlby, J. (1998). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic books.
- Cox, M. J., & Paley, B. (1998). Families as systems. *Annual Review of Psychology, 48* (1), 243–267. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.48.1.243>
- Crittenden, P. M., & Dallos, R. (2009). All in the family: Integrating attachment and family systems theories. *Clinical Child Psychology and Psychiatry, 14*(3), 389–409. <https://doi.org/10.1177/1359104509104048>
- Dalgaard, N. T., Diab, S. Y., Montgomery, E., Qouta, S. R., & Punamäki, R. -L. (2019). Is silence about trauma harmful for children? Transgenerational communication in Palestinian families. *Transcultural Psychiatry, 56*(2), 398–427. <https://doi.org/10.1177/1363461518824430>
- Danieli, Y. (1982). Families of survivors of the Nazi Holocaust: some short- and long-term effects. *Teoksessa Stress and Anxiety, vol 8*. Toim. C.D. Spielberger, I.G. Sarason, N. A. Milgram, (ss. 405–421). New York, Hemisphere.

Lähteitä II

- Kanninen, K., Punamäki, R. -L., & Qouta, S. (2003). Personality and trauma: Adult attachment and posttraumatic distress among former political prisoners. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 9(2), 97–126.
https://doi.org/10.1207/S15327949PAC0902_01
- Kanninen, K., Punamäki, R. -L., & Qouta, S. (2002). The relation of appraisal, coping efforts, and acuteness of trauma to PTSD symptoms among former political prisoners. *Journal of Traumatic Stress*, 15(3), 245–253.
<https://doi.org/10.1023/A:1015211529584>
- Minuchin, S., Rosman, B. L., & Baker, L. (1978). *Psychosomatic families: Anorexia nervosa in context*. Harvard University Press.
- Montgomery, E. (2004). Tortured families: A coordinated management of meaning analysis. *Family Process*, 43(3), 349–371.
<https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2004.00027.5-6>, 440–446.
- Punamäki, R. L., Peltonen, K., Diab, M., & Qouta, S. R. (2021). How family relationships predict the effectiveness of a psychosocial group intervention among war-affected children. *Journal of Education in Emergence*, 7(2), 253–258.
<https://doi.org/10.33682/004f-n6d4>
- Punamäki, R. L., Qouta, S. R., & Peltonen, K. (2018). Family systems approach to attachment relations, war trauma and mental health among Palestinian children and parents. *European Journal of Psychotraumatology*, 8, 1439649. <https://doi.org/10.1080/20008198.2018.1439649>
- Schechter, D. S., & Willheim, E. (2009). When parenting becomes unthinkable: intervening with traumatized parents and their toddlers. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 48(3), 249–253.
<https://doi.org/10.1097/CHI.0b013e3181948ff1>