

**Traumatisoituneen lapsen
kohtaaminen koulussa,**
Mia Tapiola, LT, varhaisen
vuorovaikutuksen psykoterapeutti,
lastenpsykiatrian erikoislääkäri

Sisältö

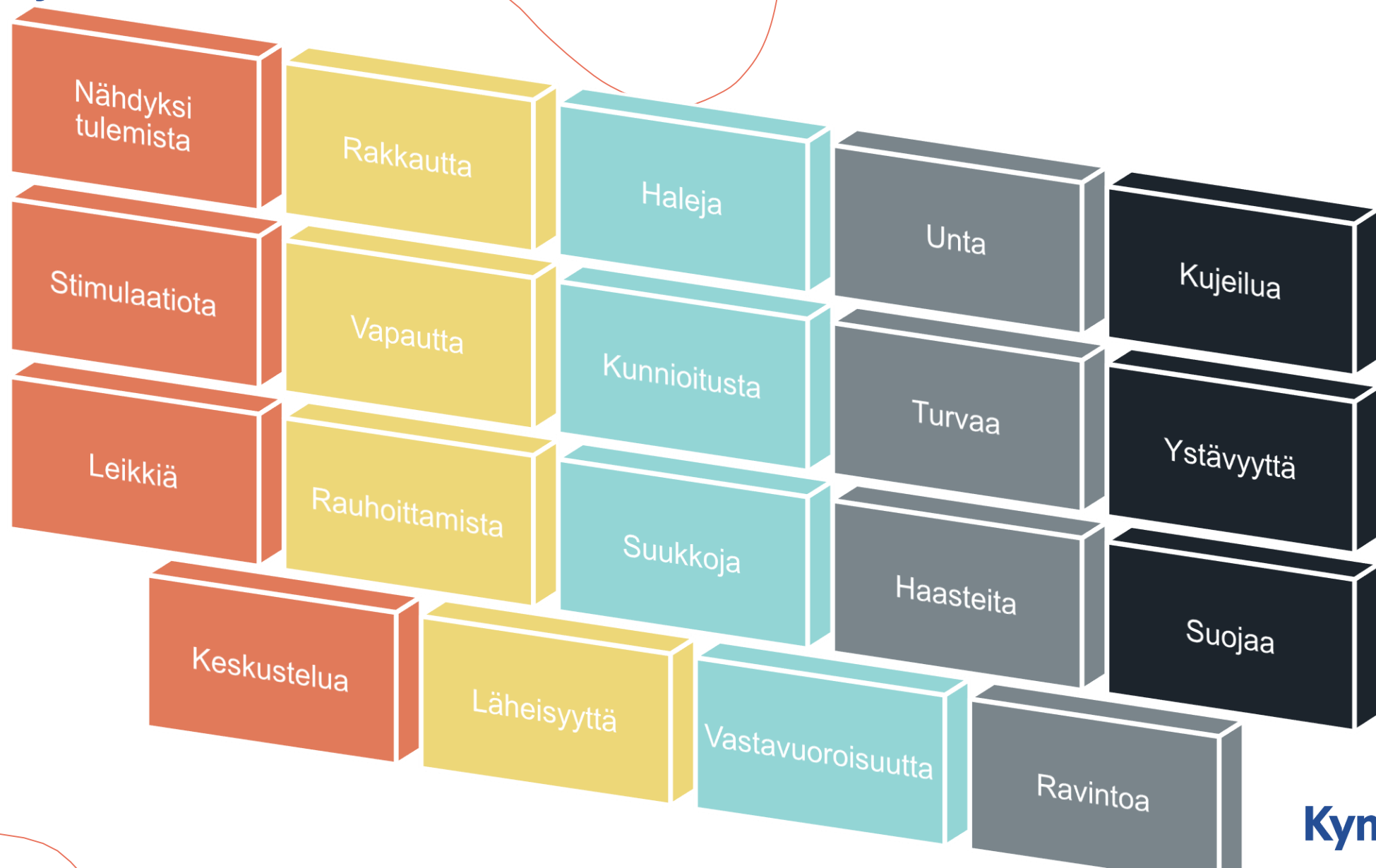
- Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun ja kehitykseen?
- Kehityksen aikaikkunat ja suhde haitallisiin elämäntapahtumiin
- Haitallisten elämäntapahtumien seuraukset?
- Miten näkyy käytöksessä- miten ymmärtää käytöksen takana olevia syitä?
- Miten voisin auttaa?

Muumipeikko: No voi sun, hän kastuu litimäräksi!

Tautilikki: Ehkä sillä ei ole väliä, jos on nimittäin

näkymätön. Näkymätön lapsi-Tove Jansson

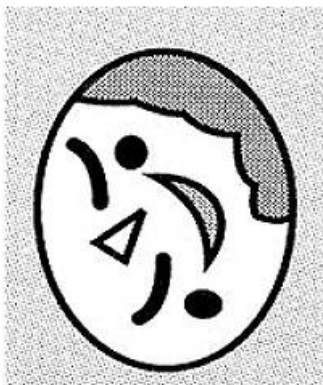
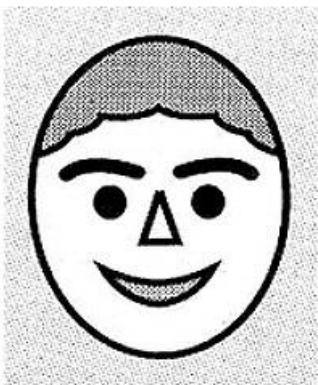
Mitä aikuinen tarjoaa lapselle hyvään kasvuun ja kehitykseen?





Itsesäätelykyvyn kehittyminen - varhaislapsuuden kehityksen kulmakivi- vuorovaikutuksen kautta

- Suhde: aikuisen asettuminen lapsen tunne- ja vireystilaan
- näkeminen, kuuleminen, tunteminen, aistiminen
 - katseyhteys ja kosketus tärkeimmät
- lapsen kokemuksen sanoittaminen ja peilaaminen lapselle
- oman kokemuksen välittäminen lapselle
 - kosketus ja äänenkäyttö
- tunneilmaisujen yhteinen värähtely, synkronisaatio
 - vahvistuva ja tyntyvä tunnevoimakkuus
 - varhaisen vuorovaikutuksen "tanssi"
 - "oikeat aivopuoliskot keskustelevat keskenään"
 - vaihtelevan vireys- ja tunnetilan sekä hermoston virittämisen saattaminen kaaoksesta säädeltyyn tilaan



Vauvalla on synnynnäinen valmius ihmiskontaktiin.
Katselee mielellään ihmiskasvoja.

Intersubjektiivisuus

- Vanhempien aloitteilla ja vastauksilla vauvan/lapsen ilmauksiin on keskeinen rooli siinä, miten lapsi oppii tuntemaan itsensä.
- Vanhempien kokemus lapsesta saa ilmaisunsa yhteisessä vuorovaikutuksessa ja siitä tulee jäsentävä periaate myös lapsen kokiessa itse itsensä.
- Kun vanhemmat ilmaisevat rakkautta, iloa ja mielenkiintoa, lapsi alkaa kokea itsensä niin ikään rakastetuksi, ilon ja mielenkiinnon kohteeksi.
- Tässä itsensä löytämisen ja oppimisen muodossa on kyse intersubjektiivisuudesta.
- Intersubjektiivisia kokemuksia pidetään kaiken sosiaalisen ja emotionaalisen oppimisen lähteenä.

Mitä on mentalisaatio? P. Fonagy

- **kyky pohtia tunteita ja ajatuksia itsessä ja toisissa, sekä pohtia käyttäytymisen takana olevia tavoitteita, pyrkimyksiä ja tunteita**
- **vanhemman mentalisaatiotaidoissa on kyse erityisesti kyvystä kiinnittää huomionsa lapsen mielen sisältöihin ja pyrkiä tavoittamaan lapsen käyttäytymisen taustalla olevaa tunnetta, tarvetta, pyrkimystä tai ajatusta**
- **hyvä mentalisaatiokyky liittyy**
 - **sensitiivisempään vuorovaikutukseen,**
 - **turvallisempaan kiintymyssuhteeseen**
 - **sekä lapsen myönteiseen kehitykseen**

mentalisaatiokyvyn kehitys

- **vanhemman kyky mentalisaatioon vaikuttaa lapsen mentalisaatiokyvyn kehittymiseen**
 - vanhempi peilaa lapselle tämän omia tunnetiloja (sitien ilmaisee tajuavansa, mitä lapsen mielessä liikkuu)
 - pyrkii vahvistamaan myönteisiä ja vähentämään kielteisiä tunteita
 - ei torju eikä ohita toisen tunnetta tai kokemusta, eikä tempaudu liiallisesti/haitallisesti mukaan lapsen kokemukseen
 - ei liian tunkeutuva eikä liian passiivinen
 - olennaista kyllin hyvä vastaavuus (melkein sama kuin minä mutta ei aivan)

Reflektiivinen kyky, mentalisaatio



- Riittävää kykyä **siirtää katse näkyvän käyttäytymisen tasolta mielen sisälle**
 - Havaita, ajatella ja ymmärtää miten omat ja lapsen tunnetilat vaikuttavat käyttäytymiseen ja päinvastoin
 - Kykyä ymmärtää miten tunnetilat johtavat toiseen tunnetilaan, miten kokemus siirtyy suhteessa, miten tavat kokea siirtyvät sukupolvelta toiselle
 - Kykyä ymmärtää, miten ihmiset pystyvät peittämään todellista tunnekokemustaan
 - Kykyä ymmärtää, että tunnekokemusten arviointi on subjektiivista
 - Kykyä ymmärtää tunnekokemusten suhde kehitysvaiheisiin

Tunteiden säätelyn opettelu

- **aikuinen säätelee vauvan sisäistä tilaa vuorovaikutuksen avulla**
 - vauvan kyky sietää voimakkaita tunnetiloja on vähäinen; aikuinen tarvitaan tulkitsijaksi, tynnyttäjäksi ja lohduttajaksi
 - lapsella on myös omia keinoja kuten itsestimulaatio ja itsetynnyttely
 - lapsi on herkkä vanhemman tunneilmaisujen laadulle ("Mikä on sallittua ja turvallista")
- **vähitellen lapsi sisäistää ja oppii ne säätelymallit, joita hän on toistuvasti vanhemman ja muiden ihmisten kanssa kokenut**
 - kyky säädellä tunteita itsenäisesti lisääntyy
 - yhteiset kokemukset muuttuvat omiksi mahdollisuuksiksi
 - **ns luvalliset tunteet/tunneilmaisut ja kielletyt**

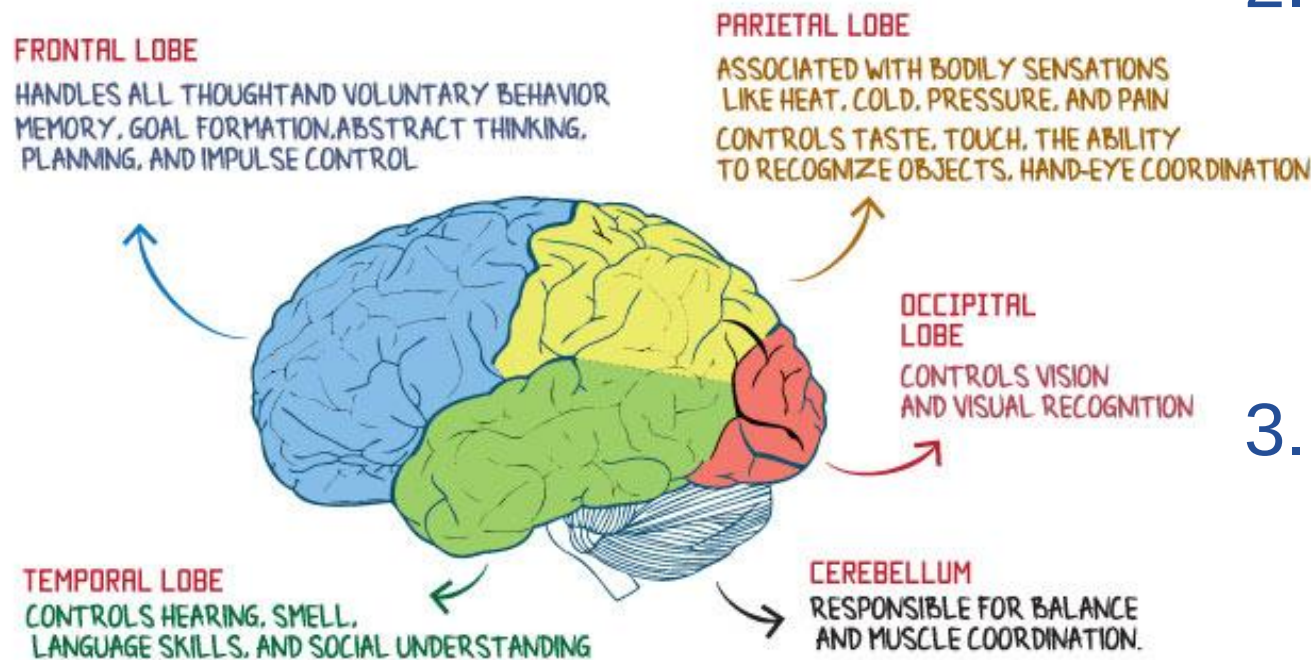
Sosiaaliset taidot

- ne valmiudet, joita tarvitaan arjessa erilaisten ihmissuhteissa ilmenevistä tilanteista selviytymiseen
 - esim. miten päästä mukaan leikkiin tai ratkaista ristiriitatilanne
- **sosiaalisessa tilanteessa toimiminen edellyttää taitoa tehdä havaintoja toisten tunteista, ajatuksista ja aikomuksista sekä tunnistaa omat tunteet, arvioida ja ennakoida oman toiminnan seurauksia**
 - havainnointi, tulkinta ja toimintastrategian valinta
- valmiuksiin vaikuttavat sekä synnynnäiset ominaisuudet (temperamentti, geneettinen alttius, peilisolujärjestelmän toiminta?) että varhaiset ja myöhemmätkin kokemukset
- **peilisolujärjestelmä auttaa ymmärtämään toisen ihmisen aikeita, tuntemuksia ja tunteita = empatian ja sosiaalisten taitojen neurobiologinen perusta**
- sosiaalisesti taitavat lapset ovat usein kaveripiirissä suosittuja ja heidän on helppo solmia ja ylläpitää ystävyssuhteita
 - toimintastrategioiden vaihtaminen onnistuu joustavasti tilanteen mukaan

Mia Tapola

Kehityksen aikaikkuna ja suhde haitallisiin elämäntapahtumiin

**90% OF A CHILD'S BRAIN DEVELOPMENT
HAPPENS BEFORE AGE 5**



1. **90 % lapsen aivojen kehityksestä tapahtuu ennen 5 vuoden ikää!**
2. Vauvan kyky säädellä erilaisia tilojaan on vielä heikosti kehittynyt syntymähetkellä –aivot ovat ihmisvauvan ”epäkypsin” elin
3. N.20% aikuiskoosta syntyessä, 80% aikuiskoosta 2 v iässä

SOURCES:

[HTTP://WWW.URBANCHILDINSTITUTE.ORG/WHY-0-3/BABY-AND-BRAIN](http://www.urbanchildinstitute.org/why-0-3/baby-and-brain)

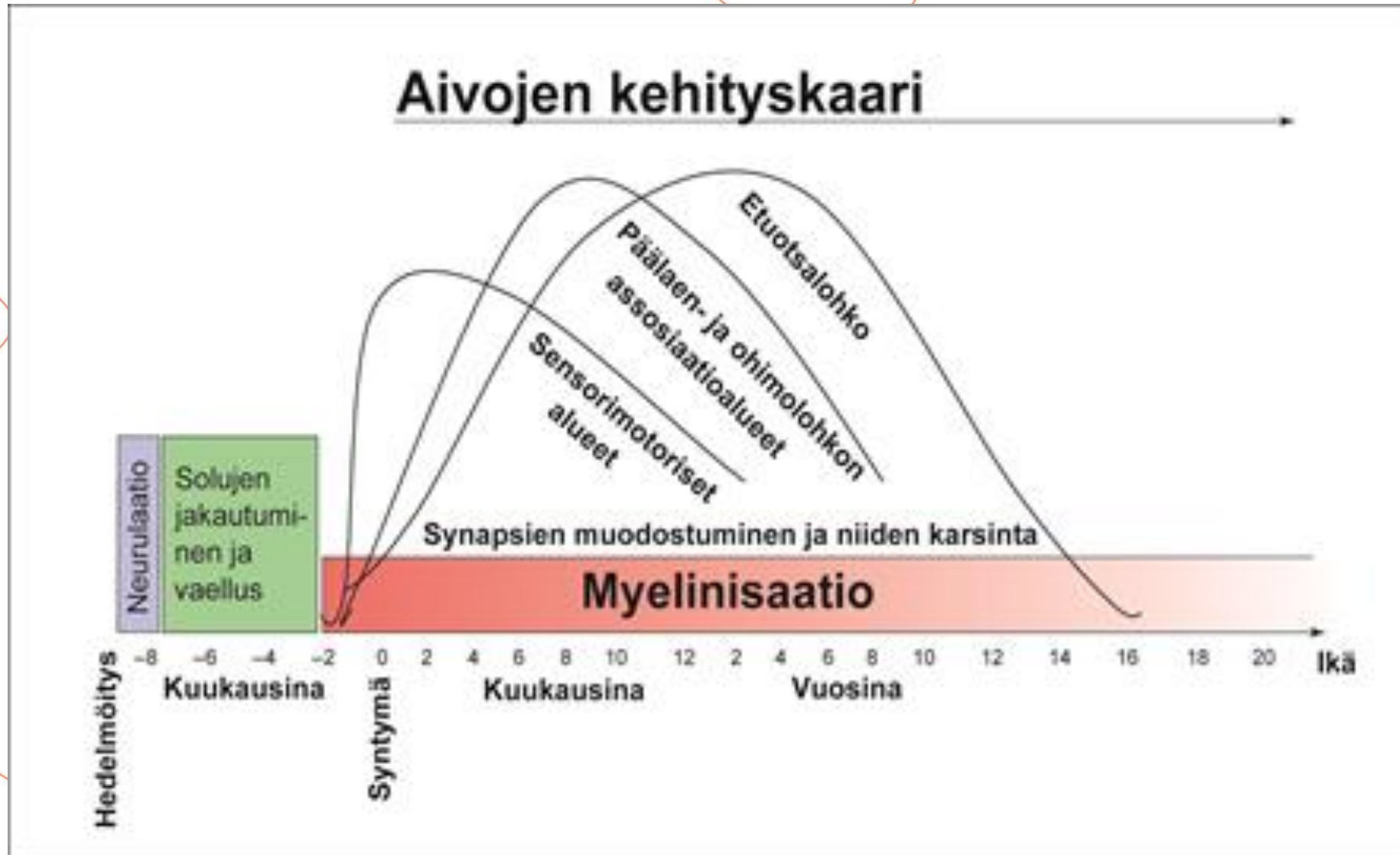
[HTTP://WWW.BABYCENTER.COM/INSIDE-A-CHILDS-MIND-A-VISUAL-GUIDE](http://www.babycenter.com/inside-a-childs-mind-a-visual-guide)

[HTTP://WWW.CREMEDELACREME.COM/PRESCHOOL_TIPS/YOUR_CHILDS_BRAIN_DEVELOPMENT.HTM](http://www.cremedelacreme.com/preschool_tips/your_childs_brain_development.htm)

Hermosolujen karsiutuminen

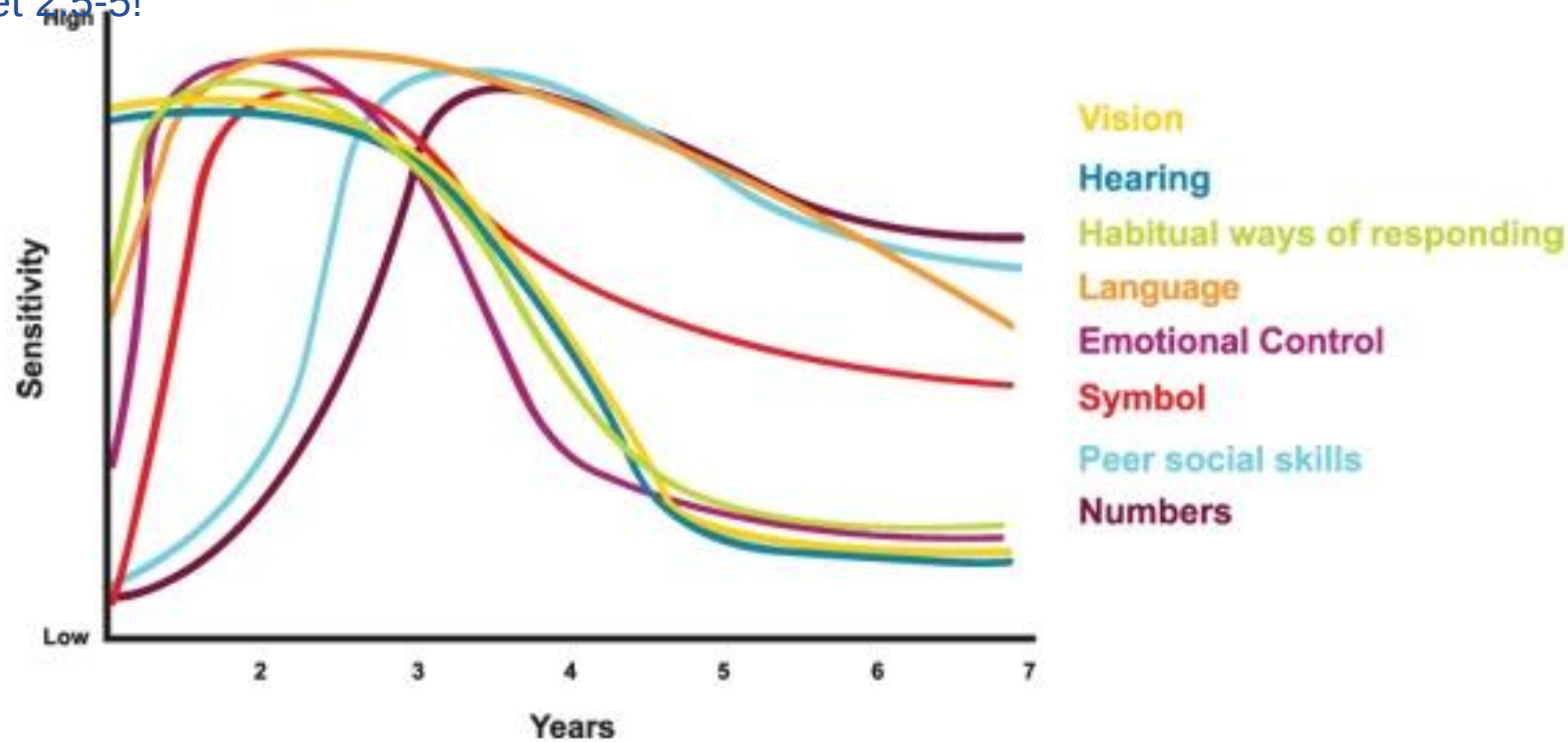
- Aivosolujen määrän huippu 6kk iässä
 - aivosolujen välille syntyy ylimäärin yhteyksiä (synapseja)
- yhteydet, joita käytetään säilyvät (6 v saakka), muut karsiutuvat
- **KOKEMUKSET MUOVAAVAT TÄSSÄ AIVOJA –use it or loose it-**
 - eli kun teet vahvistat aivojen yhteyksiä
 - jos et tee yhteys karsiutuu pois!
 - aivoista tulee tehokkaammin toimivat karsiutumisen myötä, käyttöön jäävät tälle ihmiselle merkitykselliset yhteydet!
 - Onko tarve pelätä (amygdala) vai onko tilaa tutkia Kymsote turvassa?

Kehityksen taustalla kehittyvät aivot ja vuorovaikutus ympäristön kanssa -hermoverkostot kehittyvät käyttöpohjaisesti (Hebbin laki)=use it or loose it.



Taitojen oppimisen herkkyyskaudet, huom! ikä, jonka jälkeen oppiminen vaikeutuu

- 2-3 vuoden iässä tunnekontrolli!
- Kielen oppimisen herkkyys tippuu 5 vuodesta eteenpäin!
- Kaverisuhteet 2,5-5!



Brain Development—How you can help.

Important!! Remember to balance stimulation with rest and quiet time to process it all!

Frontal Lobe—Concrete Thinking (3 to 12 years)

Have your child sort and categorize objects.
Encourage problem-solving. Let your child be frustrated sometimes as they figure something out.
Help your child notice patterns. (“When you do X, this always happens.” “After we do Y, we always...”)
In your child’s elementary school years (age 5—12) teach reading and writing (not essential to start earlier)

Prefrontal Cortex—Judgment (12—22 yrs)

Give choices (when your child is calm... they can’t make choices when stressed or upset).
Talk to your child about plans. Let them make plans.
Help your child break down big tasks into little steps.
Give your child some freedom to try out their ideas, and learn from their mistakes.

Limbic System - Emotions (8 mos to 2 yrs)

Show unconditional love.
Experience joy with your child.
Respond in consistent ways.
Talk to your child about emotions. Teach vocabulary to understand how they feel.

Note: Timeframe given is the “sensitive period” when that part of the brain is growing and developing *the most*. The brain grows and changes throughout our lifetimes, so your child will benefit by all these kinds of stimulation throughout life.

Illustration: Macmillan Cancer Support 2012

Thought,
memory and
behaviour

Hearing, learning
and emotions

Temporal Lobe—Hearing (Birth to 6 years)

Expose your child to a wide variety of sounds.
Also, be sure there are quiet times when this system can rest.
Listen to music, play music, let your child experiment with instruments / noisemaking.
Play games where you practice being loud/quiet, echo tunes back and forth, etc.

Parietal Lobe—Language (Birth to 6 years)

Talk, sing, and read to your child.
Listen to your child and respond.
Read the same stories or sing the same songs over and over so your child learns to memorize.
Follow your child’s attention and talk about what they are looking at or doing.

Parietal Lobe—Touch (Birth to 6 years)

Carry your baby, touch your child, hold hands, hug, massage
Give your child lots of objects to hold and manipulate.
Let them touch soft things, rough things, slimy things, etc.
Let your child explore the world hands-on—pulling, pushing, pouring, stroking, picking up, dropping, turning, twisting, opening, and closing.

Language
and touch

Visual
processing

Balance
and
coordination

Breathing,
heart rate and
temperature

Occipital Lobe—Vision (Birth to 2 years)

Provide interesting things to look at.
Play games where the child follows things with his/her eyes. Roll the ball, throw the ball.
Look at pictures and small items up close.
Play “I spy” and “where’s waldo” and games where they search for visual differences.
Make sure your child has plenty of outdoor time to develop distance vision.

Cerebellum—Balance & Coordination (Birth to 1 yr)

First 6 months: carry your baby in your arms or a sling to let them experience more variety of movement than in a stroller. Dance with them. Sing songs and move their arms and legs for them.

Throughout life: Let them move! A lot! In lots of different ways. Take your child to the playground and the swimming pool. Let them climb trees and rocks. Let them run, throw, jump, and kick.

Brain Stem—Survival Mechanisms (Developed at Birth)

During pregnancy: reduce stress, minimize alcohol and tobacco. Maximize healthy diet, including omega-3 fats

After birth: Help your child feel safe, emotionally and physically. If a child is frightened or stressed, the brain goes into survival mode (brain stem function), and the rest of the brain can’t grow and develop. When a child feels safe and happy, the child can learn.

Aivojen kehityksen herkkyykskaudet

- Laiminlyönti ja ympäristöärsykkeiden puute aivojen kehityksen kriittisten vaiheiden aikana voi johtaa pysyvästi heikentyneisiin kognitiivisiin kykyihin
- **Kahden ensimmäisen vuoden aikana muotoutuvat ”sosiaaliset aivot”= tunne-elämän tyyli ja tunneperäiset voimavarat, orbitofrontaalinen aivokuori**
- **varhaisen hoivan vaikutus poikasen stressiherkkyyteen, kortisoli on aivosoluja tuhoava**
- **Kyvyttömyys tunnistaa omia ja toisen tunnetiloja, eleitä ja ilmeitä**

Lapset ja perheet: riskitekijät haitallisille kokemuksille

20-25 % alaikäisistä elää perheessä, jossa vanhemmalla on hoitoa vaativa mielentauti tai päihdeongelma.

Kodin
ulkopuolelle
sijoitettuja 3%

2% :lla lapsista on
lastensuojelutausta



Joka kolmas
psykiatrisesti
alaikäinen
Länsimaissa 4-5
perheissä, joissa
somaattinen kroon

**6% odottavista äideistä käyttää
päihteitä (alko, lääkkeet, huumeet).**

Suomessa syntyy vuosittain 700 lasta
kehitysvammaiselle vanhemmalle

Päihteitä käyttävä odottava äiti on tavallisimmin sekakäyttäjä, joka lähes aina myös tupakoi runsaasti. Se lisää osaltaan merkittävästi sikiön kasvu-ja kehityshaittoja.

• Vuonna 2018 oli kymmenen
ulkopuolella sijoitettuna
18 544 lasta ja nuorta. Huos-
taan otettuja heistä oli
10 861 ja kiireellisesti sijoit-
ettuja 4 390 lasta (sama
lapsi voi sisältyä sekä kiireel-
lisiin sijoituksiin että huos-
tassa olleiden lukumääriin).
• Kaikista kodin ulkopuolel-
le sijoitetuista lapsista ja
nuorista oli 7 721 saanut
sijoituspaikan mukaan tila-
toituista lapsista ja nuor-
42 prosenttia (7 521) oli
perhehoidossa.

Lapsuusiän trauma

- The National Institute of Mental Health (USA): “**Kokemus, joka on lapselle emotionaalisesti kivulias tai järkyttävä, josta usein seuraa henkisiä ja fyysisiä oireita.**”
- Lapsi voi olla todistamassa tai kokemassa ylivoimaisia negatiivisia kokemuksia **suhteessa**: hyväksikäyttö, laiminlyönti, väkivalta=**interpersonaalinen trauma**
- Traumaattiset tapahtumat: onnettomuudet, luonnonkatstrofit, sota, levottomuudet, lääketieteelliset toimenpiteet, äkillinen huoltajan menetys.

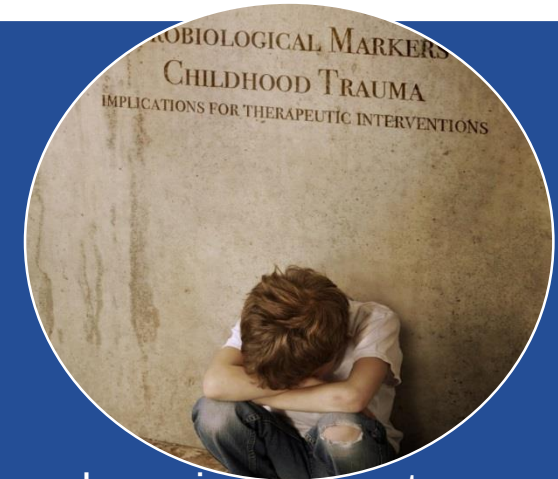
Interpersonaalinen lapsuuden trauma



1. Lapselle on tehty jotakin
(hyväksikäyttö jne).



2. Lapselle ei ole tehty sitä mitä
hän tarvitsisi=neglect



3. vanhempi on oman traumansa
vuoksi kyvytön näkemään lapsen
emotionaalisia tarpeita ja tätä
kautta vanhempi ei kykene
luomaan turvallista suhdetta
lapsen

Huolimerkkejä lapsessa -mahdollisia haitallisia kokemuksia-riippuvat iästä

- Nukkumisen, syömisen vaikeudet, kasvun häiriöt, ilmeettömyys, kontaktiin tulemisen vaikeus
- Selittämättömät muutokset käytöksessä ja persoonallisuudessa
- Vetäytyminen
- Ahdistuneisuus
- Aggressiivisuus
- Sosiaalisen kyvykkyyden puutteet
- Kaverittomuus
- Tietoisuus aikuisten asioista, jotka vielä ikään nähden poikkeavia
- Karkailu ja katoaminen
- Käyttää aina vaatteita, jotka peittävät koko kehon

väkivallan muodot

väkivaltatyyppejä	Aktiivinen tekotapa	Passiivinen tekotapa
Fyysinen	Lyöminen, potkiminen, pahoinpitely	hoidon laiminlyönti
seksuaalinen	yhdyntä ja muu koskemattomuuden loukkaus , houkuttelu seksuaaliobjektiksi	altistaminen ikään ja kehitystasoon kuulumattomaan seksuaalisuuteen
Henkinen	Haukkuminen, nöyryyttäminen, pelottelu	mitätöinti, huomiotta jättäminen
Kemiallinen	lääkkeiden, päihteiden yms. väärinkäyttö	lääkehoidon ja ruokavalion laiminlyönti
Sosioekonominen	rahan kiristys, asunnon väärinkäyttö	Heitteillejätto
Rakenteellinen	hierarkkiset järjestelmät, alistaminen	Väkivallan mahdollistavat säädökset ja normit

Lasten kaltoinkohtelun yleisyydestä

- noin 4 – 16 % lapsista joutuu fyysisen pahoinpitelyn
- 10 % lapsista laiminlyönnin tai henkisen pahoinpitelyn kohteeksi
- suomalaisten lapsiuhritutkimusten perusteella lapset ja nuoret joutuvat väkivallan kohteeksi aikuisia useammin
- Suomessa alle 18v lapsia 566 243 (v.2018)
 - 10% tästä olisi 57 000
 - 570 oppilaan kouluun mahtuu näitä lapsia 57 kpl!

Monet lapset ovat kohdanneet traumattisia elämän tapahtumia, pahoinpitelyä ja laiminlyöntiä varhaislapsuudessa

- **(ACE, Adverse Childhood Experiences).** (WHO eurooppalaiset opiskelijat (18-25v), yli 18 000 opiskelijaa)

Emotionaalinen pahoinpitely 10%

Vailla jääminen

Fyysinen väkivalta 18%

Seksuaalinen väkivalta 6%

Vanhempien ero 16%

Sijoittaminen

Perheväkivalta 13%

Vanhemman psyykkinen sairaus

Perheenjäsenen päihdeongelma 16%

ACE:n (adverse event on childhood) yleisyydestä

2/3 osaa raportoi ainakin yhden ACE:n

Yli 1/5 raportoi 3 tai enemmän

Suomessa 8-9% raportoi yli 4 ACE

Stressin vaikutus lapsen kehitykseen

- erityisesti ensimmäisten vuosien aikana koettu voimakas stressi ja hoivan puute muokkaa kokemus- ja ajatusmaailmaa sekä elimistön valmiutta käynnistää stressireaktio
 - herkistää myöhemmille stressikokemuksille (stressinsäätelykyvyn heikko kehittyminen)
 - muutokset aivoissa todennäköisesti pysyviä: pitkittyvä stressi muokkaa aivojen toimintaa ja vaikuttaa välittäjäaineiden toimintaan
 - geenien ja ympäristön yhteisvaikutus olennainen esim. masennusalttiuden (serotoniinivälittäjäaineen toiminnan kautta) ja tiettyjen temperamenttipiirteiden ilmenemisessä
- voimakas tai pitkittyvä stressi voi pysäyttää psyykkisen kehityksen ja altistaa mielenterveyden häiriöille
- varhaislapsuus ja nuoruusikä näyttävät erityisen riskialttiilta vaiheilta
 - psyykkisten sairauksien riski lisääntyy stressin myötä

Mia Tapiola

ihmissuhteiden pysyvyyden merkitys

- **mitä pienemmästä lapsesta on kyse, sitä suurempi on tarve pitkäaikaisiin, johdonmukaisiin ihmissuhteisiin**
- toistuvat lyhytaikaiset aikuiskontaktit ovat kuormittavia
 - tutun aikuisen läsnäolo vähentää kuormitusta
- **pitkäaikaisessa suhteessa aikuinen oppii tuntemaan lasta ja lapselle syntyy toistuvien kokemusten kautta malli vuorovaikutuksesta (oman käyttäytymisen vaikutus toisen toimintaan)**
- pitkäaikainen ero ensisijaisesta hoivaajasta on stressaavaa
 - kyky pitää asioita ja ihmisiä mielessä
 - karkea ohje: 1 yö/ikävuosi
- **merkitystä on myös aikuisen mentalisaatiokyvyllä**
 - kyky ymmärtää toista ihmistä (ja omaa itseä) ymmärtämällä mitä mielen sisällä tapahtuu

Haitallisten elämäntapahtumien seuraukset?

Laiminlyönti voi vaarantaa sekä fyysisen ja psyykkisen terveyden sekä sosiaalisen ja kognitiivisen kompetenssin

Seuraukset voivat olla vakavia riippumatta siitä onko huoltaja tietoisesti laiminlyövä vai johtuuko laiminlyönti huoltajan puutteellisista tiedoista, päihdeongelmasta, mielenterveysongelmasta, parisuhdeväkivallasta, stressistä, taloudellisesta ahdingosta tai sosiaalisen tuen puutteesta.

Äärimmäinen hyljetyksi tuleminen vaikuttaa keskushermoston kehitykseen

hippokampus, amygdala,
etuaivot

- ja sitä **kautta koko eliniän vaikuttavat muistitoimintoihin, informaation käsittelyyn oman toiminnan ohjaukseen, impulssi kontrolliin**
- ikään kuin ADHD, mutta taustalla kiintymysvaurio, harvemmin hyöttyy ADHD-lääkkeistä



**alle 2 v iässä
tapahtunut
laiminlyönti**
ennustaa
myöhempää
**lapsuusiän
aggressiota**
enemmän kuin
laiminlyönti
myöhemmässä iässä
tai fyysinen
pahoinpitely missä
tahansa
myöhemmässä iässä



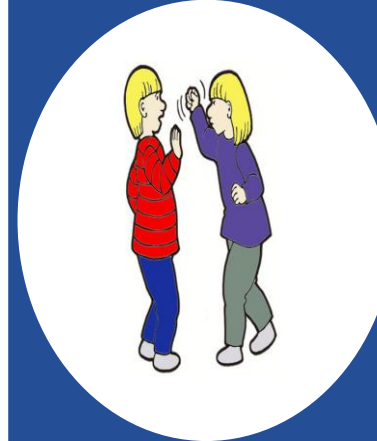
**varhain
alkava
laiminlyönti**
ennustaa
depressiota
kouluiässä,
korreloi
lapsen
kokemaan
häpeään



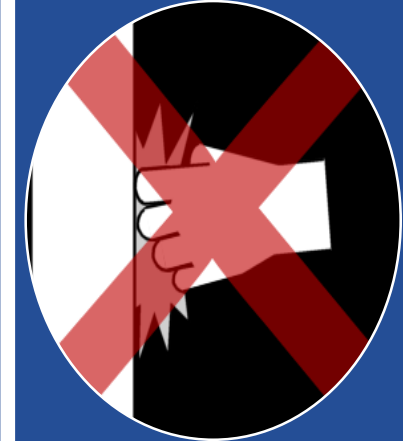
**vaurioittaa lapsen
omanarvon
tuntoa, kykyä
luottaa kanssa
ihmisiin, ei odota
mitään "tee mitä
haluat, ihan
sama", saattaa
hakea
epätoivoisesti
kontaktia ja
turvaa
vieraaltakin**



aivojen kehitys häiriö



**laiminlyönnin
siirtyminen
sukupolvien
ketjussa**



**Laiminlyönti
voi vaarantaa
sekä fyysisen
ja psyykkisen
terveyden
sekä
sosiaalisen ja
kognitiivisen
kompetenssin**

Aivojen kypsymisen vaikeasti korjattavat haavat

- Lapsuuden kaltoinkohtelu ja traumat vaikuttavat aivojen kehitykseen
- Ja siihen minkälainen aivokapasiteetti lapsella on käytössä
- Syntyessä Aivot 25% aikuispainosta, 2 v iässä 80% aikuispainosta! VARHAISLAPSUUDEN MERKITYS
- Laiminlyödyn lapsen aivokapasiteetin puutteet

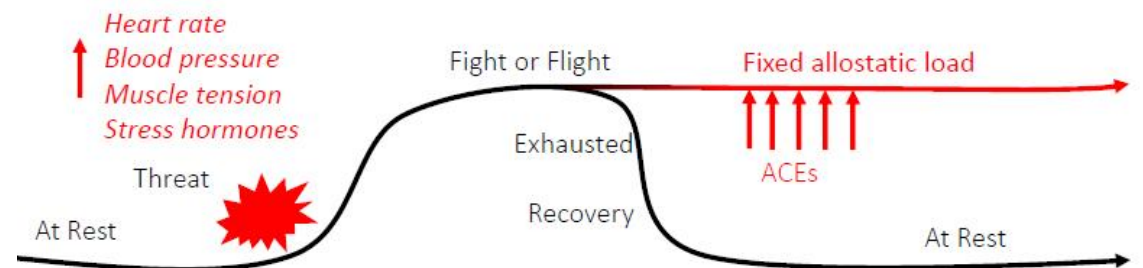


Effect of extreme deprivation



Krooninen stressi, ACE

Chronic Stress from ACEs

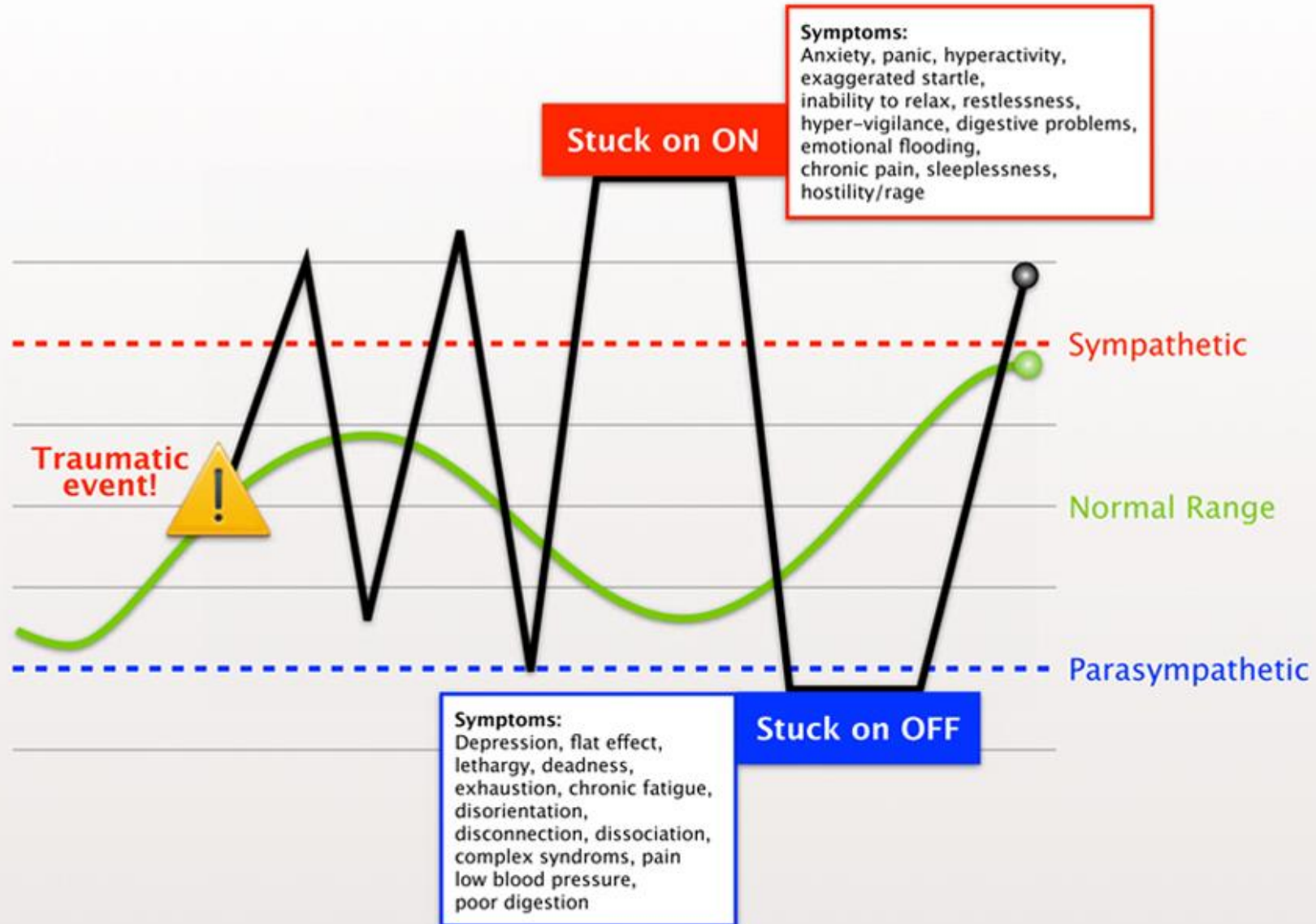


Over develops life-preserving parts of brain

- School – anxious, disengaged, poor learner
- Physical and Sexual Abuse
 - Increased C-reactive protein (liver)
 - Increased Interleukin 6 (immune system)
 - Deal with pathogens, cell and tissue damage
- Diabetes II, Cardiovascular disease



Symptoms of Un-Discharged Traumatic Stress



4+ ACE, pitkänajan seuraamukset

Wales/England National ACE Studies (18-69 years)

**Compared with people with no ACEs,
those with 4+ ACEs were:**

- 2** times more likely to **binge drink**
- 3** times more likely to **smoke**
- 6** times more likely to have had **unplanned teenage pregnancy** and have been **treated for a mental illness**
- 7** times more likely to be a **victim/perpetrator of violence**
- 9** times more likely to have **attempted suicide**
- 11** times more likely to have been **incarcerated**

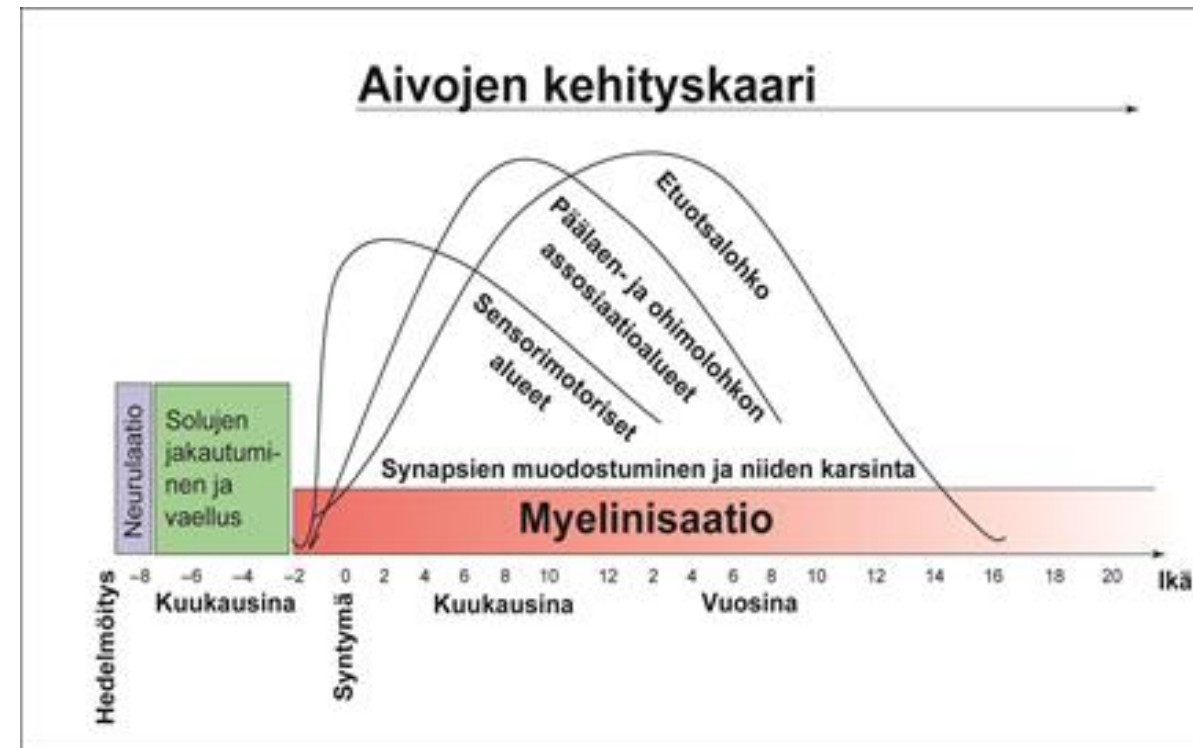
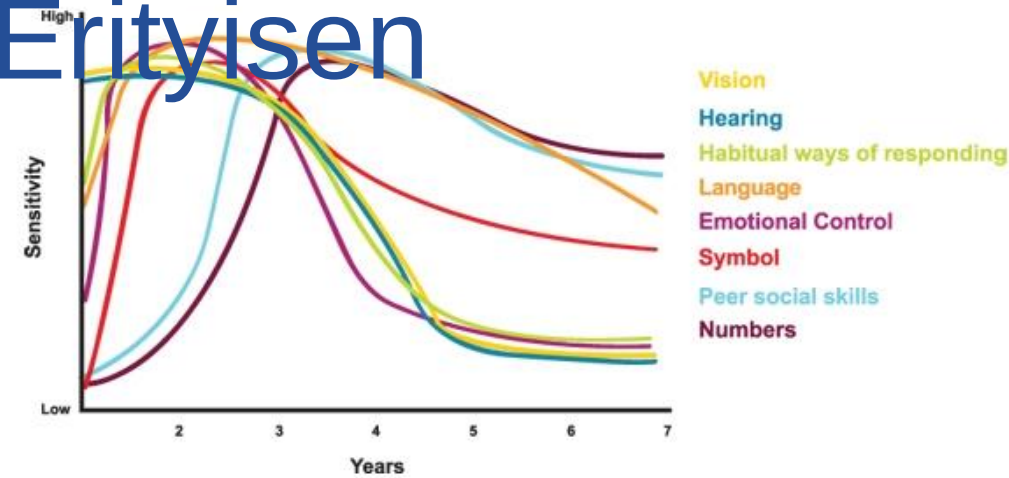
INDEPENDENT OF POVERTY

Bellis et al. 2015; Hughes et al. 2017

2x useammin alkoholin liikakäyttöä
2x useammin tupakointia
6 xuseammin teiniraskaus tai
mielenterveyshäiriö
7x useammin väkivallankokemus
9x useammin suisidiyritys
11 x useammin vankilassa

Varhaislapsuuden trauma-Erityisen haitallinen!

- Tarkoittaa traumaa 0-6 -vuoden välillä.
- **Aivot kasvavat erityisen nopeasti ensimmäisen kolmen vuoden aikana.**
- Lapsi on myös erityisen riipuvainen huolenpidosta, hoivasta ja suojasta.
- Tämä tekee lapsen erityisen alttiiksi traumalla.
- **Varhainen trauma vaikuttaa lapsen kehitykseen ja samalla mahdollisuuteen kiinnittyä turvallisesti, jos trauman muodostumiseen on vaikuttanut huoltaja.**



Kiintymysteoria

- Kiintymyssuhde. Voimakas tunneside lapsen ja hoivaavan aikuisen välillä.
- Kiintymyssuhdemallit muodostuvat ensimmäisen 12 kk aikana
 - turvallinen- välttelevä
 - ristiriitainen
 - **Organisoitumaton/jäsentymätön kiintymyssuhde.**



Miten näkyy käytöksessä- miten ymmärtää käytöksen takana olevia syitä?

- Lapsen kohdatessa uhkaavan tilanteen (pohjalla, että oma aikuinen ei ole ollut turvasatama, voi olla mikä tahansa muistuttaja) **selvitymisrefleksi** ja **kiinnitymiscircuit** aktivoituvat yhtäaikaan ja **lapsen sisäinen maailma romahtaa**.
- Traumataustaisen lapsen aivot suuntaavat “maailman oppimis ja tutkimis vasteesta” selvitymismoodiin.
- **Kiinnitymisvaikeuksia ja kiintymysmalli on jäsentymätön**
- **Erityinen kompleksisen trauman tyyppi**
 - kyse varhaisessa elämänvaiheessa tapahtuneen vanhempien tai hoitajien kaltoinkohtelun ja laiminlyönnin vaikutuksista lapseen.



Em. pohjautuen mitä traumakokemukset aiheuttavat?

- kognitiiviset ongelmat, oppimisvaikeudet ja muistihäiriöt lisääntyvät
 - negatiivinen minäkuva, huono itsetunto
- käyttäytymisen ja tunteiden hallinta vaikeutuu
 - käytösoireet, aggressiivisuus, manipulatiivisuus
- varautuneisuus, epäluuloisuus ja varuillaanolo lisääntyvät
- psyykkinen sairastavuus lisääntyy 2-3 x
 - tunne-elämän ongelmat, masennus, ahdistus, itsetuhoisuus, viiltelyt
 - PTSD
 - dissosiaatio-oireet
 - syömishäiriöt
 - persoonallisuushäiriöt
 - psykoottiset häiriöt

Em pohjautuen mitä traumakokemukset aiheuttavat? (jatkuu)

- sosiaalisissa suhteissa usein ongelmia
 - vaikeus luottaa
 - opittu ylireagointi vaaran merkkeihin
 - hakeutuminen vaarallisiin suhteisiin; tuttujen kokemusten toistaminen
- somaattinen sairastavuus lisääntyy
 - epäterveellisten elämäntapojen riski kasvaa (tupakointi, päihteet, vähäinen liikunta, riskinotto, vaikeus huolehtia omasta hyvinvoinnista)
 - välittyy emotionaalisten ja kognitiivisten seuraamusten, negatiivisen minäkuvan, opittujen toimintamallien ja sosiaalisten riskitekijöiden kautta

Traumatisoitunut lapsi

Varhaislapsuuden traumaattisia häpeää tuottavia hylkäämiskokemuksia- herkkä kaikelle torjutuksi tulemiselle ja sen aiheuttamalle häpeälle

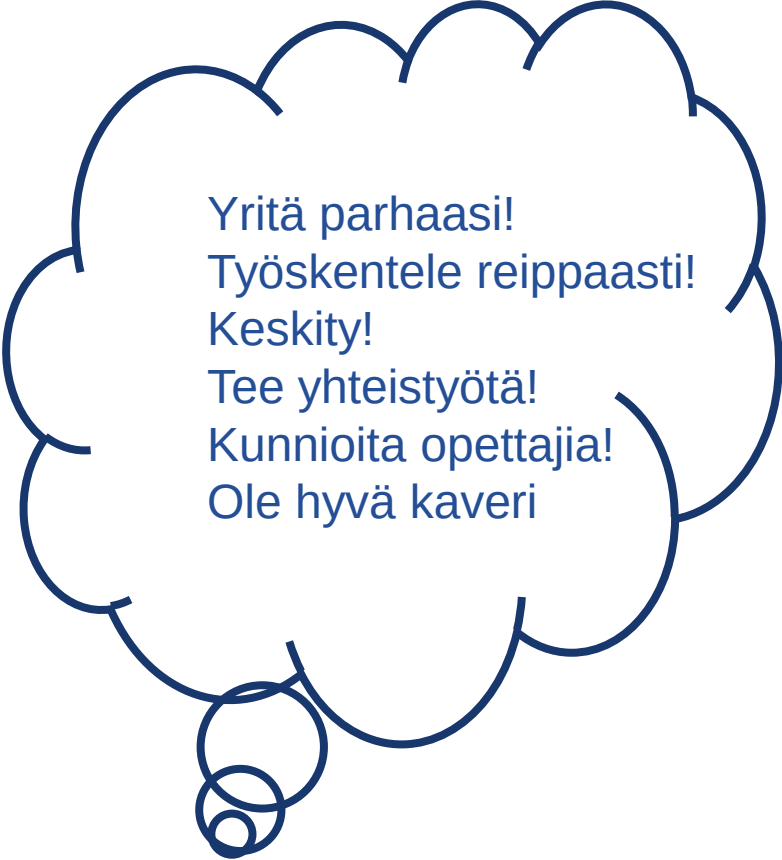


“Tiedättehän, että jos jotakuta säikäyttää kovin usein, hän muuttuu helposti näkymättömäksi.”

*Tove Jansson
Näkymätön lapsi*

Ryhmässä lapselta odotetaan monenlaisia taitoja

- tunteiden ja käyttäytymisen säätelyä
- keskittymiskykyä itsen ja muihin
- kykyä ponnistella
- toisten huomioimista
- reippautta, mukaan lähtemistä ja innostusta
- jäsentyneisyyttä toiminnoissa
- kykyä itseilmaisuun



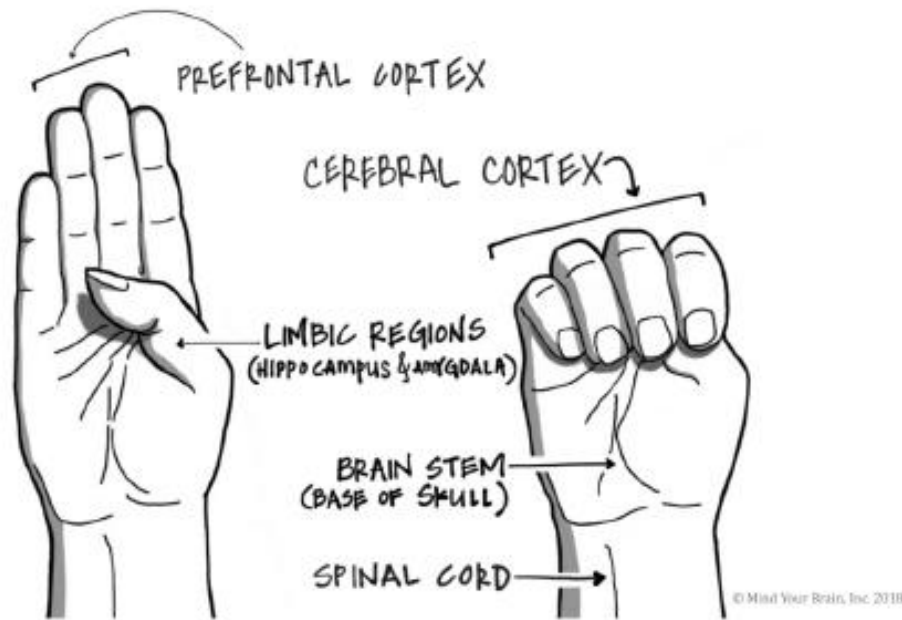
Yritä parhaasi!
Työskentele reippaasti!
Keskity!
Tee yhteistyötä!
Kunnioita opettajia!
Ole hyvä kaveri

Kiintymyssuhdehäiriön keskeiset oireet

- **käyttäytymisen ja tunne-elämän poikkeavuus**
 - reagoimattomuus lohdutukselle
 - toivottomuus ja apatia
 - ahdistus, pelokkuus
 - itseen ja muihin kohdistuvaa aggressiivisuutta
 - hakeutuminen tilanteisiin, joista saa negatiivista palautetta tai tulee hylätyksi
 - vaikeus sietää positiivista palautetta
- lapsi on **yleensä kiinnostunut kaverisuhteista**, mutta kielteiset **tunnereaktiot haittaavat** sosiaalista leikkiä
- **sosiaalisen vastavuoroisuuden vaikeutuminen**
 - odotusten vastainen tai ristiriitainen reaktio sosiaalisissa suhteissa
 - ei johdu autismikirjon häiriöstä
 - niukka vuorovaikutus samanikäisten kanssa

Tunne ja järki

Hand Model of the Brain



- Hyvän toimintakyvyn kannalta tunteen ja järjen tasapaino on tärkeä
- Jos tunnetta on paljon, ei järki ole tavattavissa (esim. raivokohtauksen aikana)
- Jos järki dominoi, ei tunnekokemukselle ole tilaa
- Traumaattiset kokemukset ja kiintymyssuhteen ongelmat voivat vääristää tasapainoa pitkäaikaisesti
- aivot: turvallisuuden kokemus "hiljentää manteliumakkeen (vuorovaikutus), jolloin prefrontaali aivokuori aktivoituu ja ns. sosiaalinen ja emotionaalinen kanava saadaan auki.

Daniel Siegel

Luottamuspääoma ei ole kehittynyt-koululainen

- Lapsen omatunto, sosiaaliset ja kaveritaidot puutteelliset
- Kyky kontrolloida tunteita ja impulsseja kehittymätöntä
- Vaikea luottaa uuteen huolehtivaan suhteeseen
- Olemus ja käytös vaihtelee yllättäen
- Uhkasta muistuttavat/triggerit saavat aikaan autonomisen hermoston jähmety-taistele-pakene-reaktiota ja käyttäytymistä
 - Muistuttaja voi olla neutraali tapahtuma, tuoksu, ääni, ilme, ele
- Lasta on vaikea lukea, hän voi olla levoton, heittelehtiä arvaamattomasti, hyökkäillä, poistua paikalta, lamaantua ja olla poissaoleva
- Lapsi voi joutua jakamaan mielessään erilleen uhkaavat ja turvalliset kokemukset samasta ihmissuhteesta ikään kuin olisi kaksi suhdetta, lapsi voi käyttäytyä kuin hänessä olisi kaksi eri ihmistä
 - selviytymikeino

TRAUMATAUSTAISEN LAPSEN/KIINTYMYSSUHTEEN ONGELMAT NÄKYVÄT

Voimakkaat tunnereaktiot

Pelokkuus,
Pelottava, turhauttava käytös



Huono mentalisaaatiokyky,
toisen ihmisen asemaan asettuminen vaikeaa

Toisten kontrollointitarve, mahtailee
näkee itsensä negatiivisessa valossa

Kyvytön ymmärtämään tai välittämään
toisten tunteista

Ei osaa sanallistaa itseään, vaikea ymmärtää

Varhaislapsuuden trauma/kiintymyshäiriö: Laiminlyödyn lapsen ongelmat (lisää)

- Syy-ja seuraussuhteet
- Looginen ajattelu
- Abstraktiajattelu
- Ennakoiva ajattelu,
- Muisti
- Impulssikontrolli ja tunteiden säätely voivat olla puutteellisesti kehittyneitä
- **Tästä johtuen lapsi ei useinkaan kykene tekemään kuten pyydetään**
 - **Ei ole tahallista**

Traumataustaisen/Kiintymysvauriosen lapsen Ongelmat ja syitä?

Luo itse kaaosta ja hävitystä

- Tunteet saatava ulos

Kieltäytyy avusta

- Omasta mielestään ei ole avunarvionen
- Ei voi luottaa kukaan aikuisen

Valehtelee ja varastaa, satuttaa toisia

- Nuorempi kuin kehitysikä, kontrollin tarve

Rähdykset tietyissä aineissa

- Epäonnistumisen pelko, ei osaa

Raivarit, uhmakohtaukset

- Ylivoimainen tehtävä

Epäkunnioittava käytös opettajia kohtaan

- Puolustautuminen, huono minäkuva ja kokemus, että kritisoidaan

Luokan pelle

- Hyväksymisen hakeminen, vaikka usein muut nauravat hänelle, eivät hänen kanssaan

Karkailut ja piiloutumiset

- TAISTELE_PAKENE

Käyttäytymisen äkilliset vaihtelut

Kiintymyssuhde vaurio: Usein koulussa näkyvät piirteet

Huono keskittymiskyky

- Vaaran tarkastelu vie huomiota, huolehtiminen etukäteen, flashbackit kaltoinkohtelusta

Tuhoava käytös ja yhtäkkinen käytös

- Yrittävät kontrolloida tilannetta
 - näyttämättä pelkoa
 - näyttämättä, että eivät osaa,
 - lähtemällä luokasta ennen kuin opettaja hylkää

Toistuva triviaalikysymykset, perfktionismi

- Väärin vastaamisen pelko
 - voisi johtaa hylkäämiseen

Vaikeus kestää muutoksia

- "Opettaja sairaana, koska vaikea kestää minua",
 - ei voi tehdä asioita eri tavoin

Ohjeiden huomiotta jättäminen

- Muisti ja prosessointikyky puutteellisia
 - ahdistunut olo
 - ylivoimaisuus

Vaikeuksissa välitunnilla

- Ohjaamaton tilanne, voi tapahtua mitä vaan, ei ole kenenkään hallussa

ACE, koulu ja terveys

- Kielelliset kyvyt
- Matemaattiset kyvyt
- Sosiaaliset kyvyt
- Tarkkaamattomuus
- Aggresio
 - Koulun käynnin haasteet
- Somaattisia oireita
 - Päänsärkyjä
 - Suolisto-ongelmia
 - Iho-oireita

Syynä stressi ja emotionaaliset syyt



Taikatalvessa Muumipeikko päättää epävarmuudestaan huolimatta lähteä muumitalosta ulos talveen, suureen tuntemattomaan.

Lähteminen on parempi vaihtoehto kuin jäädä erityksiin, sosiaalisten suhteiden ulkopuolelle taloon, jossa muut nukkuvat

Miten voisin auttaa?

- Huomioiden kaltoinkohtelun yleisyys, kohtaamme näitä lapsia päivittäin
- Kuinka käsitellä?

Koulun/päivähoidon vaikutus lapseen

- koulunkäynnin onnistumisella on suuri merkitys lapsen ja nuoren kokonaiskehitykselle ja tulevaisuudelle
 - kouluympäristö mahdollistaa **oman identiteetin muodostamisen** suhteessa muihin ja voi vahvistaa tai heikentää identiteettiä/minäkuvaa/itsetuntoa
 - **käsitys itsestä oppijana ja oppilaana voi vaikuttaa voimakkaasti motivaatioon ja erilaisiin valintoihin** (koulussa, vapaa-ajalla)
 - koulunkäynnin epäonnistuessa seurauksena voi olla epäsosiaalinen käyttäytyminen/toiminta tai vetäytyminen/syrjäytyminen

Lapset, joilla on kiintymisvaikeuksia

- Saattavat tarvita erityistä tukea koulussa
- Tämä saattaa lisätä paineita koulun henkilökunnalle
- Kuinka selviytyä?



Miten kouluikässä tukea turvalliseen kiintymyssuhteeseen?



Miten voidaan auttaa?

- tärkeintä on tarjota lapselle **turvallinen ja emotionaalisesti saatavilla oleva** hoivaaja
- työskentelyn fokus on ensisijaisesti lapsen ja huoltajan välisessä **vuorovaikutussuhteessa** (dyadi)
 - vaikka lapsi siihen houkuttelisikin **turvallinen vaste lapsen toimintaan, ei toisteta entisiä haavoittavia vuorovaikutusmalleja**
 - **yhteyden luominen lapseen voi olla haastavaa**, ja siinä ilmenevät vaikeudet ovat omiaan loukkaamaan ja haavoittamaan hoivaajaa

Koettujen traumojen käsittely voi alkaa vasta, kun lapsi kokee olonsa riittävän turvalliseksi

- Avoin ja rento vuoropuhelu, empatia ja hyväksyntä, lapsen vahvuuksien ja rohkeuden korostaminen jne.
 - voi auttaa lukkiutuneen sisäisen elämän turvalliseen avaamiseen



myötätunto

- myötätunnon osoittaminen (kohteliaisuus, ystävällisyys, toisen kokemuksen validointi) lisää yhteistyöhalukkuutta
- myötätunto tarttuu
- PACE (Hughes D 2015)
 - playfulness
 - acceptance
 - curiosity
 - empathy



Vain suhteessa olemisen kautta

- Ihmissuhteissa syntynyt kehitystrauma vahingoittaa pienen lapsen aivojen rakennetta ja toimintaa.
- **Uudet ihmissuhteet voivat auttaa lasta eheytymään ja palauttamaan ne neurologiset kyvyt, joita hän tarvitsee kehittyäkseen terveesti.**
- Uusi tieto aivotutkimusten saavutusten myötä antaa meille mahdollisuuksia **kohdata kehitystrauman kokenut lapsi niin, että hänelle tulee mahdolliseksi ratkaista ja integroida traumaattiset tapahtumat ja edetä normaalimmalla kehityksen polulla**

Building resilience

School-based social and emotional development

- Positive self-esteem
- Relationship skills



Mentoring programmes

- Trusted, caring adult relationship

Community resilience

- Support access to services
- Build group or cultural bonds



Targeted programmes

- Youth justice, social care etc.

Rakenna resilienssiä



Kymsote

promoting resilience in the health promoting school

Resilience describes a person's capacity to cope with changes and challenges and to bounce back during difficult times

A person who is resilient is likely to

- recognise and manage their own feelings and understand the feelings of others
- have a sense of independence and self-worth
- form and maintain positive, mutually respectful relationships with others
- be able to solve problems and make informed decisions
- have a sense of purpose and goals for the future

A caring and supportive school environment can promote a sense of connection and belonging and help children, young people and staff become more resilient and confident to learn

Encourage the development of a positive attitude, self-belief and communication

- Provide positive feedback, encouragement and reassurance
- Help pupils learn to understand and express their feelings
- Communicate openly with all pupils

Increase support networks for pupils

- Someone to talk to
- One-to-one support
- Peer support/buddying/befriending
- Foster a culture of listening

Encourage the building of trusting and co-operative relationships between pupils and adults

- Foster mutual respect between everyone in school
- Recognise outside pressures/influences on pupils
- Activity days/residential trips

Increase pupils' engagement with learning

- Flexible use of teaching methods and styles
- Opportunities for performance
- Provide additional support for learning
- Formative assessment to plan learning experiences

Foster a positive and inclusive ethos

- Build a sense of belonging in school and class
- Involve pupils in decision making
- Celebrate diversity within the school community

Activities outwith the classroom

- Lunch time/after school clubs
- Development of safe social areas in school grounds
- Participation in eco schools/health promoting schools groups

Encourage a sense of fun

- Make time to have fun in class
- Opportunities for games, laughter, jokes and relaxation
- School dance/pantomime/carnival/fundraising

Develop life skills

- Practical/project work
- Pupil involvement/responsibility for running tuck shop, looking after visitors etc
- Work experience/voluntary work
- Opportunities to think and act in enterprising ways
- Build literacy and numeracy skills

for resources and further information

www.healthpromotingschools.co.uk

Adapted from A Bright Future for All, Mental Health Foundation, 2010 by the Schools Team, Directorate of Public Health, NHS Tayside

Resilienssi **Selviytymiskyvykyys**, voi vaikuttaa ehkäisevästi haitallisten elämäntapahtumien myöhempisiin vaikutuksiin

Englannin kielen sana *resilience* tarkoittaa joustavuutta ja elastisuutta

resilienssiin kuuluu myös kyky pyytää tarvittaessa tukea ja apua



- Lapselle edes yksi riittävän turvallinen ja säilyvä lapsi-aikuissuhde kiintymyssuhde- on turvallinen, kuuntelee ja on aidosti läsnä
- Lapselle kokemus, että voi vaikuttaa omaan kohtaloonsa
- Kokemus, että voi säädellä omia tunnetilojaan ja käyttäytymistään
- Sosiaalinen yhteenkuuluvuus
- Positiivinen kokemus itsestä, saa ilmaista tunteita

Tulla ymmärretyksi-korjaavia kokemuksia
suhteessa olemisesta

- Intersubjectivity = meeting of minds, sharing of inner life
- mielten maailmojen ja mielensisäisen elämän kohtaamista ja jakamista vuorovaikutuksessa.

Koulun prioriteetit vastaan Kiintymysvaurioisen lapsen prioriteetit:

- Hylätyksi tulemisen pelko
- Selviytyminen vaatii omaa kontrollia: samanaikaista miellyttämistarvetta ja teeskentelyä, että en välitä
- Erilaisten kehitystasojen näkymistä samassa lapsessa
- Liioiteltua tunnetta; paniikkia, raivoa, murhetta, jännitystä
- Jatkuvaa tarkastelua ympäristön suhteen: vaarojen tarkastelua ei rentoutunutta oloa

Lapsen selvitymistrategiat koulussa

- Yli-innokas miellyttämishalu
- Kaaottisten tunteiden näyttäminen
- Vetäytyminen
- Toimivat yhden kanssa yhdellä tavalla ja toisen kanssa toisella tavalla-henkilökunta ihmeissään

Haavan paikkaaminen

- Ihmissuhteiden neurotutkimus
- Jim Coan (2010) on kehittänyt neuropsykologisen teorian sosiaalisen perusteorian
- Ihmisen aivotoiminta on huomattavasti integratiivisempaa ja stressinhallinta parempaa, kun läsnä on joku, johon henkilöllä on turvallinen kiintymyssuhde.
- Lapset viettävät suuren osan päivästä koulussa, tärkeä mahdollisuus korvaaville kokemuksille

Kiintymyssuhdevauriot ja varhainen trauma lapsella

“Turvasatama puuttuu”

- Vaikea saada olonsa turvalliseksi, jotta tila tutkimiselle mahdollistuisi
- Kehitysviiveet
- Kognitiivisen kehityksen haasteet
- Sosiaalisen kehityksen haasteet
- Loogisen ajattelun haasteet
- Empatiakyvyn haasteet
- Itsetunnon haasteet
- Arvottomuuden tunteet
- Stressin sietokyvyn pettäminen
- Kun koulussa odotetaan toimivan kuten turvallisesti kiintynyt lapsi-
 - kiintymyssuhde vaurioinen lapsi turhautuu, koska keskittymiskyky ja stimulaation vastaanotto kyky on paljon pienemmän lapsen tasolla
- Ongelman ratkaisukyky, muisti, ajan, paikan ja organisoinnin, aloittamisen ja lopettamisen, tavoitteiden asettamisen, tehtävän jatkamisen kyvyt pienemmän lapsen tasolla

Mitä koulut voivat tehdä?

- Tarjoa **rauhallista ja jäsentynyttä ohjausta** niin paljon kuin mahdollista
- Ota **luokan ilmapiiri** haltuusi: sinä säätelet tunneilmastoa
- **Opettaja tarvitsee** erityisen tuen **omien tunteiden ymmärtämiseksi**
- Ajattele taaperoa, nämä **lapset tunnetasolla pienempiä**, vastaa ystävällisesti ja kunnoittavasti kuten tekisit 2-3 vuotiaan kanssa
- **Muista opettaminen, ei rankaisu- lapsilta puuttuvat taidot.** Tarvitsevat mahdollisuuden sääntöjen oppimiselle!
- Yritä muodostaa **voimakas suhde**- uskalla olla lapselle tärkeä ihmiskontkti, anna aikaa, pidä lupaukset!
- Anna **pieni määrä huomioita säännöllisesti oppitunnin aikana**, lapsi huomaa, että kiinnität häneen huomiota joka tapauksessa
- Näytä, että **kuuntelet, validoi lapsen tunne**, vaikka tarina ei olisi ymmärrettävä
- Anna **tilaa rauhoittua**, ihminen tai aktiviteetti, liikuntasuoritus
- **Paikka** lähellä seinää, ei ketään takana- ei vaaraa
- **Selitä etukäteen rutiinin muutokset** tai henkilökunnan muutokset
- Mieti onko **perheestä muistuttajat tarpeen?** Äitien/isänpäiväkortit
- **Lyhyen ajan valinnat ja seuraukset**- ei pitkälle meneviä palkkioita tai uhkia
- **Luovaa taidetta**, tunneilmaisulle tilaa, mahdollisuus koulupäivän jälkeiseen kaikille

Stressin vaikutus; miten vähennän stressiä luokkatilanteessa?

Effects of stress on the brain and behaviour of children and young people

Prefrontal Cortex

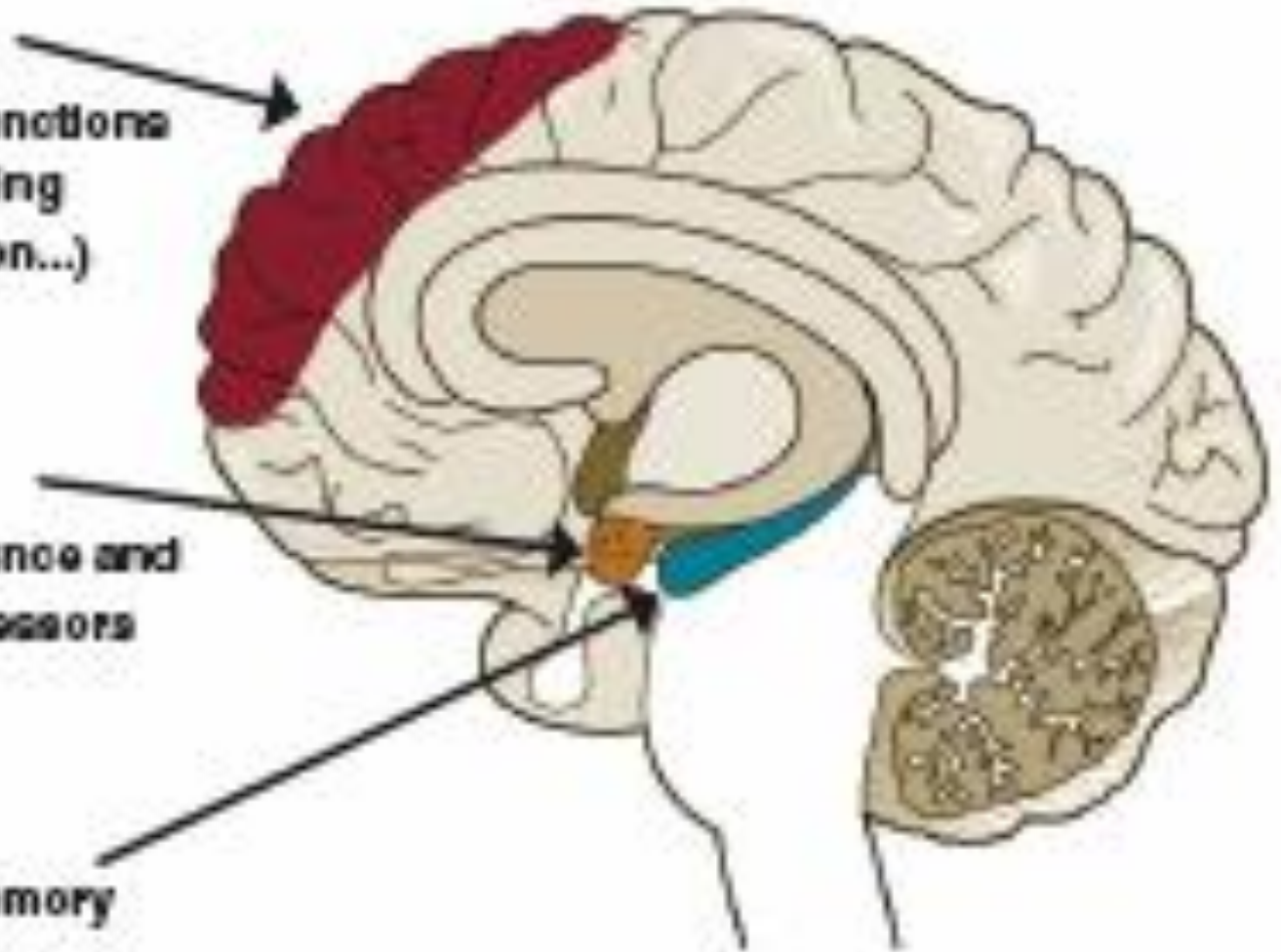
Reduced executive functions
(self-regulation, working
memory, concentration...)

Amygdala

Increased hypervigilance and
hyper-reactivity to stressors

Hippocampus

Poor learning and memory



Aliviresvyöhyke

- Aistimusten vähäisyys
- Tunteiden turtuminen
- Kyvyttömyys kognitiiviseen työstämiseen
- Vähentynyt fyysinen liike

Sopiva vireysvyöhyke

Sietoikkuna

Ylivireysvyöhyke:

- Voimistuneet aistimukset
- Emotionaaliset reaktiot
- Ylivalppaus
- Mieleen tunkeutuvat kuvat
- Häiriöt kognitiivisessa työstämisessä

Stressi-triggerinä TAISTELE-PAKENE

Miten voit tukea!

Hyper-hypovireystila liittyy taistele-pakene-moodin aktivoitumiseen.

Ole lapsen lähellä, pyri ennakoimaan, huomaa ja validoi:

“Huomaan, että se mitä tapahtui sai sinut vihaiseksi!”

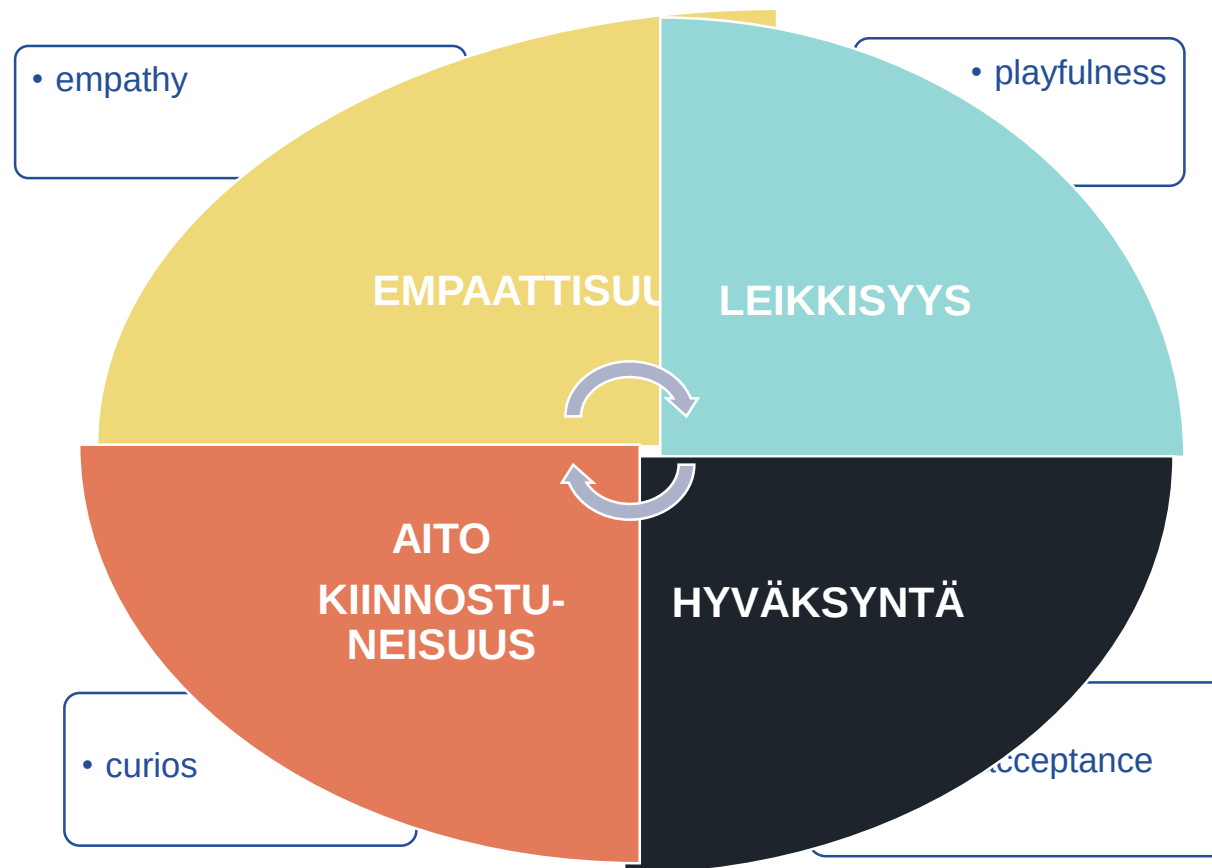
Tarkastele, mikä voisi auttaa. Rauhoitu itse. Hengitä syvään. Paina jalkoja lattiaan. Sulje silmäsi. Laita kädet kylmänveden alle. Hae tunnetta, että olet rahoittunut ja voit rauhoittaa toista.

kuinka aikuinen voi vähentää lapsen stressiä ?

- **hyvä, välittävä vuorovaikutussuhde/** sosiaalinen tuki:
 - Aikuisen välittäminen, fyysinen kontakti, puhe, lohdutus, tilanteen selittäminen,
 - emotionaalinen läsnäoleminen
 - läheisyys, kosketus ja helliminen tärkeitä!
 - kuulluksi tulemisen tunne
 - kannustavuus
- **lapsen turvallisuuden tunteen lisääminen**
 - rutiinit, arjen ennustettavuus, merkit siirtymästä
 - selkeästi määritellyt rajat, joustavuus joissakin tilanteissa
 - vaatimusten ja haasteiden asettaminen lapsen vastaanottokyvyn mukaan
 - tunteiden empaattinen vastaanottaminen, lapsen tukeminen
- **ympäristön muokkaus stressiä vähentäväksi**
- **hallinnan tunne: Valinnan mahdollisuudet, omatoimisuus**
- **lapsen selviytymiskeinojen lisääminen**
 - rentoutumis- ja palautumiskeinojen opettaminen
- **mielihyvää tuottavien elämysten (yhdessäolo) tarjoaminen**
 - odottamisen ja ponnistelun merkityksen opettamista ei saa unohtaa
 - sopimatonta käytöstä ei sallita mielihyvänkään vuoksi!

Mia Tapiola

PACE – kiintymysterapeuttinen lähestymistapa



**P = Playfulness;
leikkisä**

- kaikki aikuisen ja lapsen välinen yhteinen tekeminen, jossa molemmilla on mukava olo ja osapuolet hyväksyvät toisensa ja nauttivat toistensa seurasta
- Huumorin käyttö toista kunnioittaen
- Kepeys, avoin mieli, joustavuus ja omien virheiden myöntäminen

**A = Acceptance;
hyväksyvä**

- Aikuinen osoittaa lapselle hyväksyntää, eikä kritisoi lapsen persoonaa häntä ohjattaessaan (ei tarkoita kaiken tekemisen hyväksymistä)
- Aikuinen säilyy lapsen vierellä, vaikka tämä tekisi virheitä

**C = Curiosity;
utelias**

- Utelias ja kiinnostunut asenne
- Kiinnostuneisuus lapsen ajatuksista, tunteista ja pyrkimyksistä ilman arvostelua tai tuomitsemista
- Aikuisen ensisijainen tavoite on ymmärtää lasta, ei keksiä, miten saisi lapsen muuttamaan mieltä

**E = Empathy;
empaattinen**

- Aikuinen pystyy tuntemaan lapsen kokemuksen ja jakaa sen hänen kanssaan, jolloin lapsen turvallisuuden tunne kasvaa ja tunteet ovat hallittavissa
- Oireista ei rangaista, tärkeää on auttaa lasta häpeän ja syyllisyyden käsittelyssä

Reflektiivinen työote

Annetaan tilaa
lapselle ilmaista
omia
ajatuksiaan,
toiveitaan,
kiinnostuksiaan
ja tunteitaan.

Lapsi saa
kokemuksen
vaikuttamisesta,
vaikka
useinkaan ei ole
mahdollista
toimia suoraan
lapsen toiveiden
mukaan.

Pyritään
ymmärtämään,
***minkälainen
kokemus on
voinut edeltää
lapsen jotakin
toimintaa***

Reflektiivinen työote

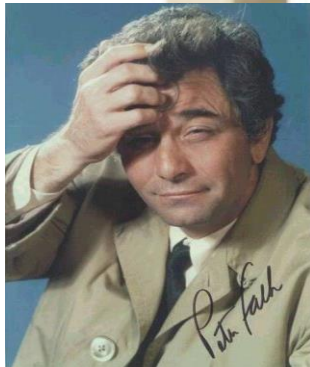
Pyritään
asettumaan
yhteyteen lapsen
kanssa.

Erityisen tärkeää
olisi yrittää
tavoittaa se
tunnetila, jonka
kanssa lapsi on
suurimmissa
vaikeuksissa.

Kun toteaa
tunteen ja
kannattelee sitä,
aikuisen reaktio
tukee lapsen
säätelokykyä.

Hyväksynnän,
hyväksytyksi
tulemisen
merkitys

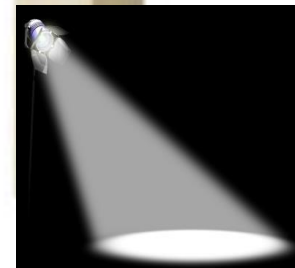
Mentalisaatiota yhdessä- yhdessä ymmärrystä etsimässä



Inquisitive /
Not-knowing



Holding the balance(s)



Highlighting



Challenging non-
mentalizing

Mia Tapiola

Kymsote

What is attachment?

An attachment bond refers to a relationship between a child and their primary caregiver that is formed in the early years and is thought to have a long term impact on the child's development and growth.

Image: Adult and child holding hands



A secure attachment helps a child to feel safe at times of need. If a caregiver's behaviour is insensitive or rejecting, a child may develop an insecure attachment. This insecurity can affect their ability to do learn and to form relationships with other adults and peers and can have a lasting impact throughout their lives.

What can school staff do to support secure attachment in children?

- 1.** Train school staff in attachment theory to help them respond to children's needs. Children with insecure attachment tend to underachieve at school, find it difficult to manage their emotions, and may be less willing to take on challenges.
- 2.** Identify children with insecure attachment. They may be unfocused, disruptive, controlling, withdrawn or destructive. Often these challenging behaviours are their ways of coping and protecting themselves.
- 3.** Talk to children about how they are feeling. Children are often very aware of their own feelings but may not be able to express them.
- 4.** Engage with other adults who are involved in the child's life, whether a parent or carer, grandparent, social worker or other professional.
- 5.** Help build children's capacity for self-regulation, resilience and confidence. This could be through play, art, physical exercise, and friendship building, as well as classroom learning.
- 6.** Value your input as a significant adult in the child's life, with the potential to be a safe haven and secure base for them.



Image: Magnifying glass



Image: Speech bubbles



Image: Paint brush

1. Lapsen turvaton kiintyminen -vaikeuksia tunnesäätelyssä- vaikeus ottaa uusia haasteita vastaan
2. Tunnista turvaton kiintymyssuhde - keskittymättömyys, kontrolloivuus, vetäytyminen, tuhoavuus.
3. Puhu lapselle hänen tunteistaan -usein lapset ovat tietoisia, mutta eivät kykene ilmaisemaan tunnetta kielellisesti.
4. AUTA lasta itsesäätelyssä, lisää hänen resilienssiään ja itsevarmuuttaan; leikin, taiteen, liikunnan, ystävyys-suhteiden ja kouluoppimisen kautta.
5. Pidä itsesi arvokkaana aikuisena lapsen elämässä; tarjoa hänelle turvasatama

Työvälineenä oma itse

- Positiivinen, iloinen, lämmin, rohkeaseva,
- Aito ja arvostava kohtaaminen
- Kokemuksen kuuleminen
- Rauhallinen
- Hyvässä vuorovaikutuksessa oleminen
- Ei-kielellinen viestinä positiivista (ilmeet, eleet, asennot)
- Omasta hyvinvoinnista huolehtiminen, oman kiintymys/traumataustan tunnistaminen ja sen vaikutukset sekundaaritraumatisoituminen, työnohjaus



Kiitos!



"Nyt oli merkitystä vain sillä, että olin löytänyt ensimmäisen ystäväni ja siis alkanut todella elää."

Muumipapan uroteot, Tove Jansson

Yhteenveto

Miten voidaan kouluikässä tukea turvalliseen kiintymyssuhteeseen?

Lapsi näyttäytyy

- Tarkkaamattomana
- Keskeyttää toisten tekemisiä
- Kontrolloii
- Haastaa,
 - Koska se on hänen keinonsa selviytyä ja varmistaa, että pysyy aikuisen mielessä

Kouluympäristön ylistimuloivuuden vaikutus trauma/kiintymyssuhteissaan vauriotuneelle lapselle

Kouluympäristö voi olla ylistimuloiva trauma/kiintymyssuhteissaan vauriotuneelle lapselle

- Taistele ja pakene-moodi päällä

Kun lapsi saapuu luokkaan, hän tarvitsee aikaa tarkistaa tilan, ennen kuin on mahdollista oppia

Tällaiselle lapselle oma istumapaikka/oma luokka/turvapaikka on tärkeää

Useimmiten turvallisin paikka on lähellä turvallista aikuista, selkä lähellä seinää ja paikassa, josta on mahdollista nähdä ovi ja koko luokka helposti

Kouluympäristön ylistimuloivuuden vaikutus

Struktuurin puute näkyy
esim ruokajonoissa ja
leikki/välituntitilanteissa

- Lapsi tarvitsee näkyvillä olevan suunnitelman myös välitunnille
- Lapsi tarvitsee luovia tunteja, hiljaisia taukoja, jotta aivot ikään kuin toipuvat ja ehtivät prosessoida uusia ilmiöitä, muisti ja tarkkaavuus paranevat
- Lapsi tarvitsee luvan liikkumatauoille
- Traumataustaisen lapsen focus on aina aikuisessa!
 - Missä on opettaja? Mitä hän nyt tekee? Onko hän vihainen? Onko hän unohtanut minut? Miten saan hänet taas muistamaan minut?
 - Aikuinen luo luokkaan turvan!
 - Saatat ajatella, että äänesi korottuu silloin tällöin mutta tällaisesta lapsesta voi tuntua, että huudat aina.

Mitä voisi olla tarkkaavuuden tuki kiintymyskeskeisesti...

Aikuinen vierellä

- TURVA

Kaveri, joka tuo positiivisuutta

- KAVERISUHDE, SUHTEET JA HYVÄKSYNTÄ

Anna säännöllisesti positiivista

- POSITIIVINEN HUOMIO, HUOMAA HYVÄ LAPSESSA

Anna merkkiä, että huomaat lapsen ilman että hän tekee mitään erityistä, hyväksyvä katse, peukutus jne

- HUOLENPITO

Taktisesti jätä pikku töllöily huomaamatta

- HUONOLLA KÄYTÖKSELLÄ EI SAA HUOMIOITA

Mitä voisi olla tarkkaavuuden tuki kiintymyskeskeisesti...

Käy koko tunnin sisältö taululla läpi kaikkien kuullen, puhu koko luokan kanssa, keskustelu

- ENNAKOINTI ja yhdessä jaettu suunnitelma, luo turvan

Kerro selkeästi, että tulet joka tapauksessa auttamaan esim 10 min kuluttua

- TIETO, EI TARVITSE SELVITÄ YKSIN

Anna etukäteisohjeet jumitilanteisiin

- ENNAKOI, KUN TULEE HANKALAA VOI KOKEILLA:TÄTÄ

tervehdi henkilökohtaisesti lasta

- JUURI SINÄ OLET TÄRKEÄ

Aloita aina lapsen nimellä

- JUURI SINÄ OLET TÄRKEÄ

Leikkisyys pelit, joissa kukaan ei häviä

- VAIN HAUSKANPITO AVAA UUSIA YHTEYKSIÄ

Tuo esiin, että juuri tämä lapsi on tärkeä ja tykätty!

- OLET SUPERTYYPPI