

Psykiskt trauma och dess inverkan på brottsoffrets beteende under det straffrättsliga förfarandet

Kurs i bemötande av brottsoffer under rättsprocessen

Heli Heinjoki, utvecklingschef för krisarbetet, kris- och traumapsykoterapeut

Hannaleena Kuukari, krisarbetare, psykoterapeut

Våldtäktskriscentralen Tukinainen

Tukinainen rf



Våld är traumatiskt

- avsiktligt utövat av en annan person
- särskilt förödmjukande
- känsla av sårbarhet – förlust av kontrollen över det egna livet
- offrets grundläggande trygghetskänsla skadas – svårt att lita på andra
- trygghetsradarn går på högvarv – konstant psykiskt och fysiskt beredskapsläge
- påverkar offrets grundläggande uppfattning om det egna jaget, andra människor och världen
- predisponerar för långvarig psykisk ohälsa

Traumabegrepp

- ▶ **Traumatisk situation:** stark överraskande händelse eller situation med potential att vålla vem som helst lidande, till exempel att det finns ett hot om att man själv eller en anhörig ska dö eller bli fysiskt kränkt.
- ▶ **Trauma:** tillstånd i vilket individens kapacitet att psykiskt hantera händelsen och minnena från den överskridits. Stark rädsla, skräck och hjälplöshet.
- ▶ **Traumatisk kris:** reaktioner och förändringar som uppkommer till följd av traumat. Kraftigt fysiskt och psykiskt stresstillstånd.



Traumatiseringens inverkan på autonoma nervsystemet

- Autonoma nervsystemet fungerar som ”trygghetsradar”.
- I ett tryggt nära förhållande utvecklas autonoma nervsystemets olika delar på ett sätt som främjar god samverkan, men i ett otryggt förhållande utvecklas de inte på ett ändamålsenligt sätt.
- Emotionellt traumatiserade personers autonoma nervsystem gör **felbedömningar** i fråga om reaktioner:
 - ej försvar då det är befogat
 - försvar då det inte är befogat

=> Ökad benägenhet för ny traumatisering: svårigheter med att bygga upp trygga nära relationer, belastning av dessa



Traumats inverkan på kroppen

- Efter den traumatiska situationen förblir kroppen i förhöjd eller sänkt beredskap
 - = Autonoma nervsystemet utvärderar ständigt trygghetsläget, som en radar
- Trygghetsradarn fortsätter att läsa av omgivningen också efter att faran är över
- Primitiva försvarsmekanismer – strid/flykt/lamslagenhet aktiveras instinktivt i olika vardagliga situationer fastän den verkliga faran inte längre är närvarande

Konsekvenser

Posttraumatiska stressymtom

- Undvikande
- Flashbacks
- Vakenhetsstörningar



Påminnelser av olika slag aktiverar symtomen

Dissociation

- Överlevnadsstrategi i en övermäktig situation
- Förflyttar icke-hanterbara känslor, fysiska förnimmelser och kunskaper om traumaögonblicket till ett "separat minne"
- Offret kan uppleva sig som en utomstående åskådare i förhållande till den våldsamma situationen.
- Efter händelsen är det svårt eller omöjligt för offret att få ett grepp om känslorna som hänför sig till det våldsamma händelseförloppet.
- Uppdelningen inom sinne och erfarenhet känns skrämmande, och offret kan uppleva sig ha handlat på ett ofattbart sätt.

Traumaupplevelsen och minnet

- I en traumatisk situationen fungerar människans minne på ett annat sätt än normalt. Uppmärksamheten och observationerna riktas mot den aktuella faran och det som krävs för överlevnad.
- Lagringen av minnen och förmågan att göra observationer påverkas av det starka känsloläget och ökad frisättning av stresshormoner.
- Traumat ihågkommes i form av ”det kommer att hända igen” – personen känner sig ännu inte trygg.
- Minnesbilden av traumat bildar inte en logisk och kontinuerlig berättelse. Minnet är svårt att greppa viljemässigt och uttrycka med ord.

Vanliga drag inom offrets berättelse

- Det är svårt att beskriva händelsen med ord.
- Dissociationsrelaterad amnesi som gäller hela händelsen eller delar av den. Minnet går inte att hantera viljemässigt, eller så kan det inte tas fram alls.
- Avvikande minnesprocess i fråga om den traumatiska upplevelsen: svårt att få ett grepp om vad som är viktigast att berätta
- Berättelsen kan innehålla bristfällig logik som kan minska dess trovärdighet i lyssnarens öron.
- Det är svårt att förstå logiken i panikreaktioner.
- Berättaren uttrycker inga känslor under berättelsen och verkar inte tala om sig själv, utan snarare om något som hänt i manuset till en film han eller hon sett kvällen innan.
- Skam- och skuldkänslor kan hindra personen från att avslöja det som hänt, eller så kan de hindra honom eller henne från att förmedla korrekt information. Personen kan försöka undvika den psykiska smärtan till exempel genom att utelämna detaljer som vållar starka skamkänslor.



Vanliga drag inom offrets berättelse

- Att ge ord åt det som hänt och bli medveten om dess innebörd är plågsamt och tidskrävande.
- Sinnet reglerar hur mycket av händelsen som på en gång kan bli medvetet, och därmed kräver processen tid.
- Professionell krishjälp har stor betydelse för uppbyggandet av offrets berättelse om händelseförloppet – men ska inte styra för mycket!



Förändringar i offrets uppfattningar

Den traumatiska upplevelsen påverkar offrets uppfattningar om den omgivande världen och ger upphov till så kallade "traumaglasögon".



Förändringar i offrets uppfattningar

En psykisk traumaupplevelse förstärker eller förändrar tidigare uppfattningar:

- En värld som också tidigare upplevts farlig upplevs nu som ännu farligare ELLER
- Det trygga blir farligt, hjälparen ett hot osv.
- Överkänslighet för motpartens/andra människors reaktioner
- Skam- och skuldkänslor förhindrar eller försvårar berättandet!



Den traumatiserades dilemma

Å ena sidan vill offret ha hjälp och samarbetar med myndigheterna, men upplever å andra sidan ett hot. Följden kan bli inkonsekvent logik i berättelsen i olika sammanhang.



Konsekvenser av sexuellt utnyttjande

- Sexuellt utnyttjande i barndomen utgör ett av de mest skadliga emotionella trauman en person kan uppleva!
- Ju yngre barnet är när det blir utsatt för sexuellt våld/utnyttjande, desto färre **skyddande** faktorer finns det
- I synnerhet sexuellt utnyttjande inom familjen kan få svåra konsekvenser – otrygg nära relation, trauma i relationen, skador på autonoma nervsystemet
- Dissociation som överlevnadsstrategi => likställs i vardagligt tal med att "glömma"
- Strukturell dissociation av personen – traumat externaliseras från det medvetna minnet och handlandet
- Olika delar av personen minns på olika sätt – men det betyder inte att vissa minnen är falska!