

Betydningen af en traumebevidst tilgang ved autisme og komorbide tilstande



Mette Klarskov

Cand.pæd. i pædagogisk psykologi
Specialpædagogisk konsulent & VISO-specialist



Janni Lund Christensen

Cand.soc. i socialt arbejde
Specialpædagogisk konsulent & VISO-specialist

Vores fokus i dag:

Vigtigheden af at der er en traumebevidst forståelse til stede hos fagprofessionelle i mødet med autistiske personer.



Traumer opstår bl.a. når

– der er en **psyko-fysiologisk oplevelse**, og det er en belastning for kroppen såvel som for sindet.

- Man er i en situation der **betyder noget** for én.
- Man har en oplevelse der vækker **stærke følelser** af angst eller vrede.
- Man er i en periode hvor man ikke har samme **resiliens** som man plejer.
- Man er **låst fast** i en situation hvor man **ikke kan komme væk**.

Det er individuelt hvad der trigger!

Rothchild (2004) & Weeke (2021)

Autisme og traumer

- Der er et **symptomoverlap** mellem autisme og PTSD.
- Dansk studie fra 2024 viste at børn der allerede var kendt med autisme eller ADHD havde mellem **7-9 % højere risiko** for at udvikle PTSD.
- Udenlandsk studie fandt at **35%** af adspurgte autistiske voksne rapporterer traumehændelser der ikke opfylder de diagnostiske kriterier i DSM-V.
- **Stress og angst** øger sårbarheden og sænker resiliens. Linket til omgivelsernes reaktioner på barnet.
- **Social støtte** i netværket øger resiliens og mindsker lavt selvværd, ensomhed og andre følgetilstande.

Attwood (2024) Christoffersen et.al. (2024)

En traumebevidst tilgang (TBT)

"Den traumebevidste tilgang er ikke en behandlingsform, men det er en ramme for samarbejdet med borgeren. Den traumebevidste tilgang indebærer et fokus på at give borgeren en oplevelse af tryghed, kontrol og ejerskab i den sociale indsats og dermed på at forebygge traumereaktioner.

Borgeren skal mødes ud fra en forståelse af, at borgeren med stor sandsynlighed oplever følger af traumer, og at sådanne traumer har konsekvenser for psyke, handlinger og adfærd. Tilgangen indebærer, at fokus på borgernes umiddelbare og akutte behov og problemstillinger suppleres med et solidt blik for traumer og borgernes historik."

Socialstyrelsen (2023)

Hvad er hvad?



"Uforklarlig" mistrivsel

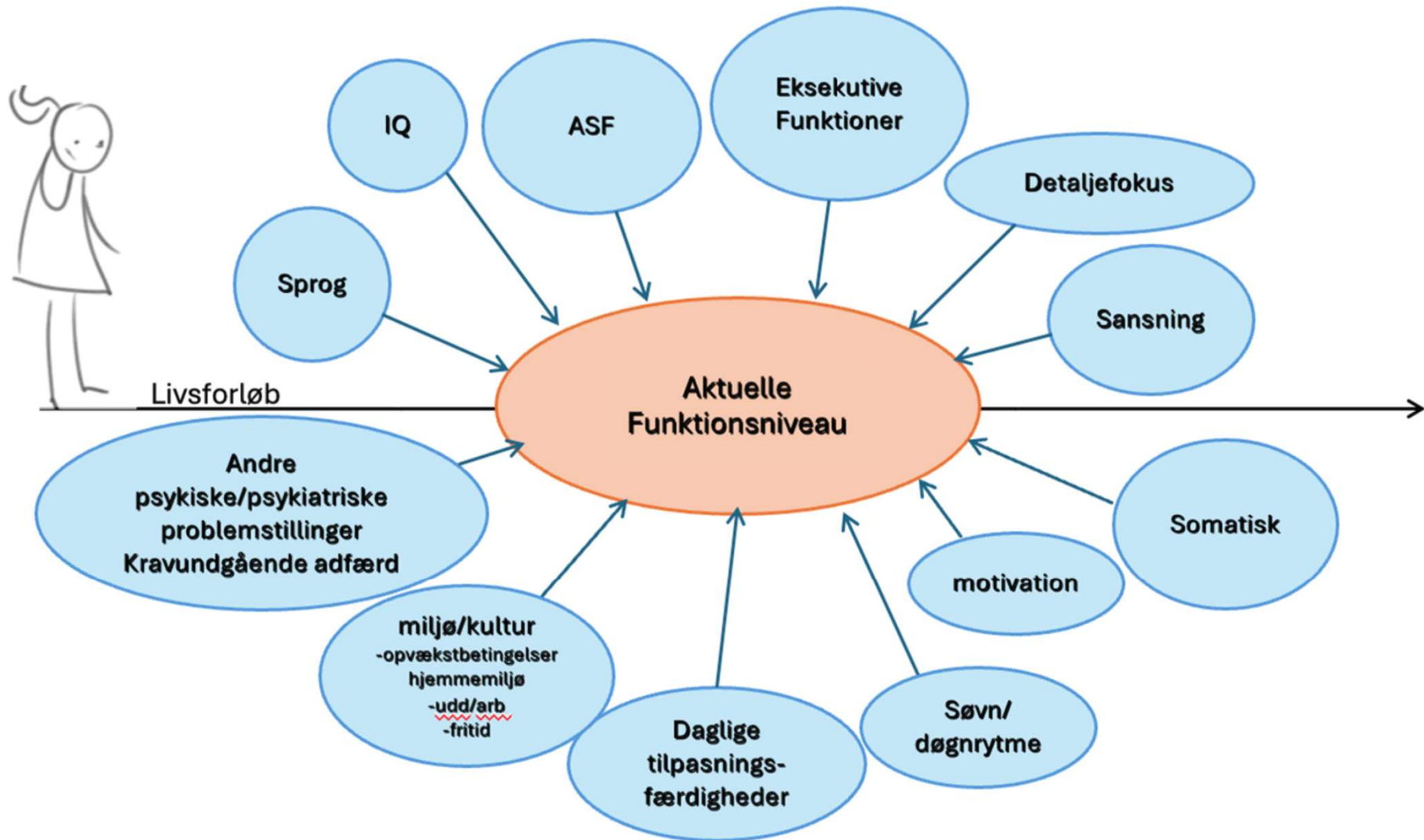
"Autisme-angst"?

Traume-ramt?

Livshistorie er grundlaget

- Er mistrivsel hos borger udviklet over tid eller ny?
- Er udviklingen gået i stå? Hvornår?
- Perspektivskifte – er man som fagperson nysgerrig på indefra perspektivet?
- Din (opdaterede) autismspecifikke viden i samspil med detektivarbejde i anamnese og tilstrækkelig viden om traumetilstande danner rammen om forståelsen af aktuel mistrivsel.





Translated with permission from The Body Remembers, Volume 2: Revolutionizing Trauma Treatment (W.W. Norton, 2017)

AUTONOME NERVESYSTEM: PRÆCIS REGULERING

****HVAD SKAL VI KIKKE EFTER****

	SLØV/APATISK Parasympaticus I (PNS I)	ROLIG Parasympaticus II (PNS II) <i>Ventrale vagus</i>	AKTIV/ ALERT Sympaticus I (SNS I)	FLUGT/KAMP Sympaticus II (SNS II)	HYPER FRYSERESPONS Sympaticus III (SNS III)	HYPO FRYSERESPONS Parasympaticus III (PNS III) <i>Dorsale Vagus kollaps</i>
		"Normalt" liv		Trussel mod livet		
PRIMER STADIE	Apati, depression	Tryk, klart tænkende, socialt engageret	Parat, klar til handling	Reaktion på fare	Afventer mulighed for flugt	Forberedelse til døden
AROUSAL	For lav	Lav	Moderat	Høj	Ekstrem høj	Specielt overvældende Inducer hypoarousal
MUSKLER	Slappe	Afslappet/ m tonus	Muskler m tonus	Øget tonus/anspændt	Rigid (som dyr i lygternes skær)	Slap/slatten
RESPIRATION	Stille overfladisk	Let, ofte i maven	Stigende rytme	Hurtig, ofte i øvre bryst	Hyperventilation	Hypo-ventilation
HJERTERYTME	Langsom	Rolig	Hurtigere eller mere kraftfuld	Hurtig og/eller kraftfuld	Takycardi (meget hurtigt)	Bradycardi (meget langsomt)
BLODTRYK	Næste for lavt	Normalt	På vej til øgning	Forhøjet	Signifikant forhøjet	Signifikant lavt
PUPILLER, ØJNE OG ØJENLÅG	Pupiller mindre, øjenlåg måske tunge	Pupiller små, øjne fugtige, øjenlåg afslappede	Pupiller i udvidelse, øjne mindre fugtige, øjenlåg i begyndende spænding	Pupiller meget udvidede, øjne tørre, øjenlåg anspændte el. opspilede	Pupiller meget små eller store, øjne meget tørre, øjenlåg meget anspændte	Øjenlåg bliver tunge, øjne lukkes eller er åbne og fikserede
HUDENS KULØR	Variere	Rosa kinder uanset hudfarve (blod til overflade)	Mindre rosa kinder uanset hudfarve (blod til muskler)	Blege kinder uanset hudfarve (blod til muskler)	Måske bleg eller blussende	Tydeligt bleg
FUGTIGHED:	Hud	Tør	Tør	Øget sved	Koldt svedende	Koldt svedende
	Mund	Varieret	Fugtig	Mindre fugtig	Tør	Tør
HÆNDER OG FØDDERS TEMPERATUR	Varme eller kolde	Varme	Kolde	Kolde	Ekstrem kolde eller varme	Kolde
FORDØJELSE	Variabel	Øget	Nedsat	Stopper	Tømning af blære og tarm	Stoppet
FØLELSER (SANDSYNLIGVIS)	Sorg, ked af det, skam, afsky	Rolig, fornøjet, kærlig, seksuelt opstemt	Vrede, skam, afsky, nervøsitet, begejstring, seksuelt klimaks, mulig	Raseri, frygt	Terror, måske dissocieret	Måske for dissocieret til at føle noget
KONTAKT MED SIG SELV OG ANDRE	Tilbagetrukket	Sandsynlig	Mulig	Afgrænset	Ikke helt	Umuligt
FRONTALE CORTEX	Måske eller måske ikke tilgængelig	Skulle være tilgængelig	Skulle være tilgængelig	Måske eller måske ikke tilgængelig	Sandsynligvis utilgængelig	Utilgængelig
INTEGRATION	Ikke sandsynligt	Sandsynligt	Sandsynligt	Ikke sandsynligt	Umuligt	Umuligt
ANBEFALET INTERVENTION	Aktiver Nænsomt øg energi	Fortsæt terapeutiske intervention	Fortsæt terapeutiske intervention	Sæt "bremsen" på	Stå på "bremsen"	Medicinsk nødsituation. TILKALD LÆGE.

Observer klientens stadier: at modulere arousal med "bremsen"

© 2000, 2014, 2016 Babette Rothschild Sources: Multiple medical & physiology texts; P. Levine 2010; S. Porges, 2011

Translated with permission from The Body Remembers, Volume 2: Revolutionizing Trauma Treatment (W.W. Norton, 2017)

This table is also available as a Laminated Card (ISBN 978-0-393-71280-3) and Wall Poster (ISBN 978-0-393-71281-0). To order, call 800-233-4830 or visit www.wwnorton.com.

TBT & autisme

- Skab en fælles viden om autisme.
- Den enkeltes autisめprofil, funktionsniveau og livshistorie. "Har du mødt én autist – har du mødt én autist".
- Skab et fagligt miljø hvor perspektivskifte er en naturlig del af hverdagen, og som opbygger og genopbygger evnen til tillidsfulde relationer. Her stilles der bl.a. krav til den fagprofessionelles egen affektregulerings- og (dobbel)t mentaliseringsevne.
- Indsats må være målrettet at understøtte resiliens og styrke indre såvel som ydre beskyttende faktorer.

Socialstyrelsen (2023)

Kroppen taler!

- Hos en autistisk person ses ofte et **overaktivt nervesystem**, når vi udarbejder en sanseprofil.
- Når vi alle føler os truet reagerer vores krop med grader af aktivering – forskellige **arousal** niveauer.
- Vi kan **ikke selv styre det** – det sker på kroppens præmisser.
- Et **indre** højt traumetryk ses ikke nødvendigvis i det **ydre** men skjules af det daglige funktionsniveau.

Traumetryk kan fx ses som kollaps, højt ubehag, isolerings tendens og ulykkelighed.

Kollaps?

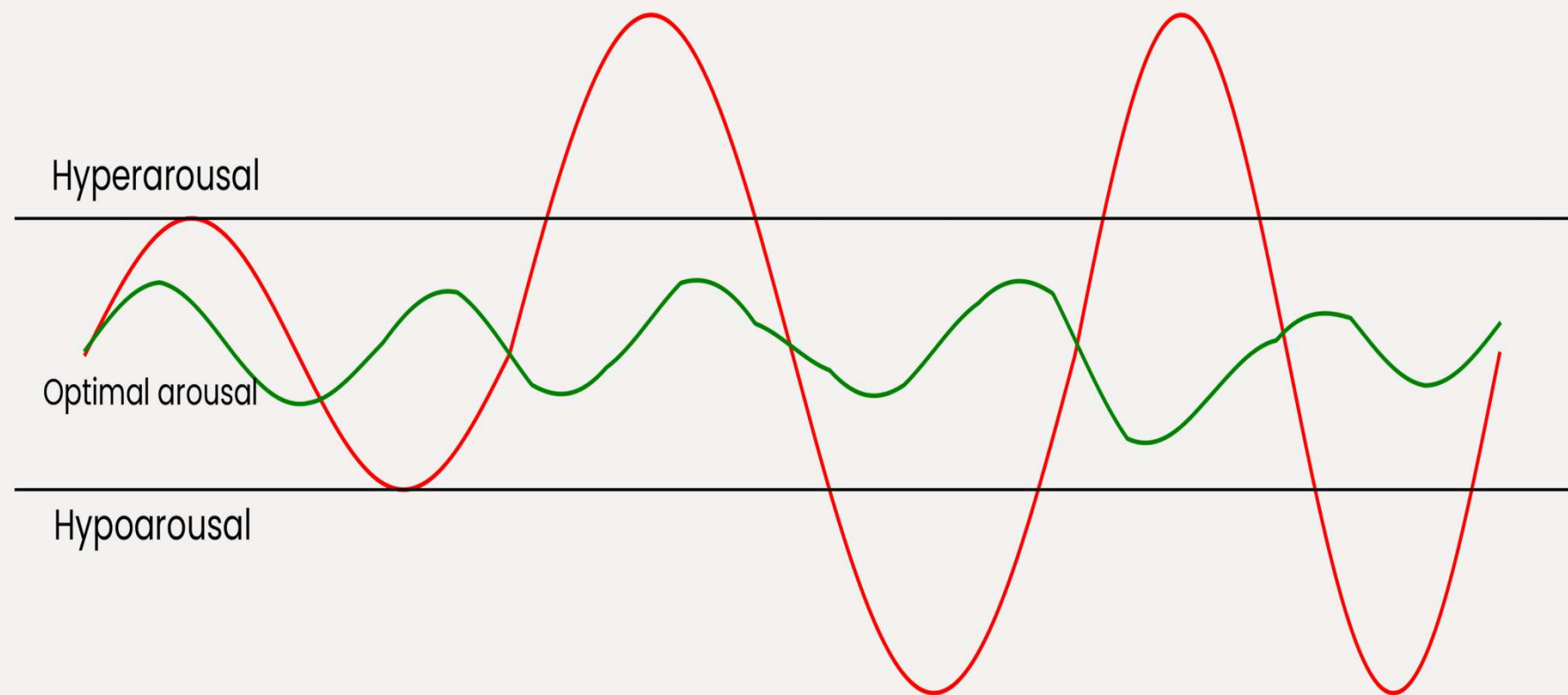
System overload

Frys respons

Doven eller
umotiveret?



Tolerancevindue



At trykke på speederen og bremsen samtidig

- Når vi ikke kan kæmpe eller flygte kan vi **trække os ind i os selv**.
- Vi går i stå, stivner, "**går død**".
- Vi **veksler** mellem rædsel eller aggression og handlingslammelse eller stivnen.
- Følelser af **fortvivlelse og skam** når disse tilstande opstår.

Weeke (2021) Brantbjerg (2017)

Hypoarousal

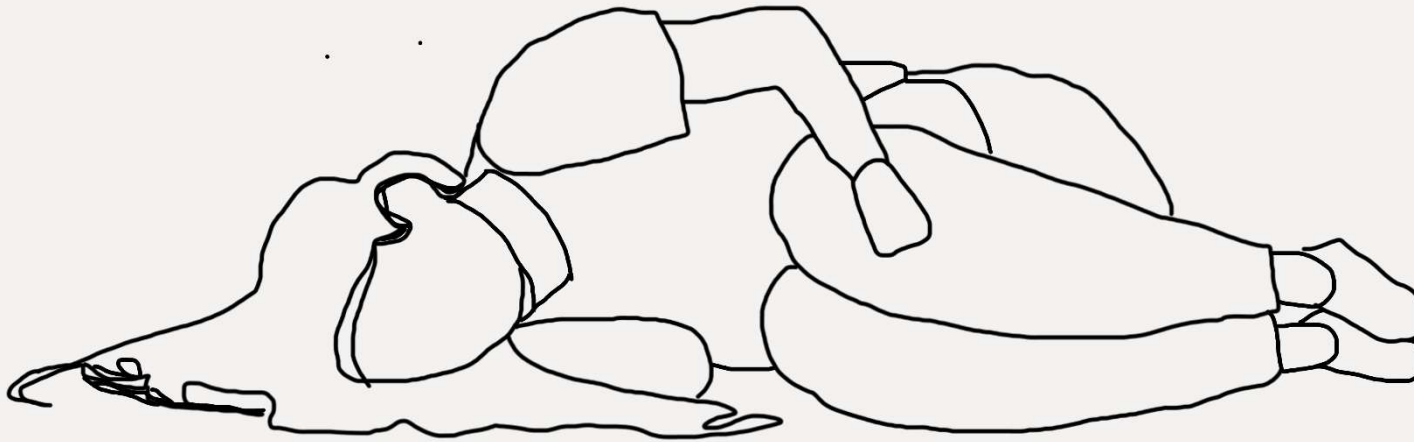
– en overset stresstilstand?

- Når vi tænker på stress- (sårbarhed), forestiller vi os ofte **hyperarousal** i kamp/flugt-responsen.
- Vores kroppe har en anden måde at klare overvældende stress på – ved at bremse ned til en tilstand af **hypoarousal**.
- Dette sker når vores nervesystem i det væsentlige sætter bremsen ned, hvilket sænker den samlede aktivitet for at beskytte os mod for meget stimulation.

Weeke (2018)



Når kroppen lukker ned



Udvikling og trivsel tager tid

Sker der **ingen fremskridt** skal man overveje:

- Er skridtene for store (havner udenfor mestringszonen) –siger ja og "er med", men der sker ikke noget.
- Tempoet i forventningen til at se udvikling er for højt.
- Man løber ikke på et brækket ben, hvorfor er det anderledes med psyken?

Når vi som fagprofessionelle ikke oplever fremdrift i borgerens trivsel er det ofte **ikke** fordi borgeren er i modstand/ikke motiveret eller at man anvender en forkert metode. **Men fordi det går for stærkt.**

Rothchild (2021)

Fokuser på!



Vær traumebevidst i dit arbejde.

Udvikling tager tid.

At øge **livskvalitet** – Hvad giver mening for borgeren?

At øge **robusthed** – Blik for zonen for nærmeste udvikling.

At øge **selvforståelsen** – Psykoedukation.

At have styr på dine **pædagogiske metoder** og anvende dem.

Derefter opsøg relevant traumefokuseret behandling. OBS på **nødvendig dobbeltekspertise** (autisme og traume specialisering) hos behandleren!

**“The hurrier I go,
the behinder I get”**

Lewis Carroll,
Alice in Wonderland

TAK for i dag!

Referencer:

Attwood, Tony & Michelle Garnett (2024). *Understanding the Trauma Experiences of Autistic Individuals*.

Brantbjerg, Merete Holm (2017). *Having a map matters*.

Christoffersen, Mogens Nygaard & Anne A.E. Thorup (2024). *Post-Traumatic Stress Disorder in School-age Children: A Nationwide Prospective Birth Cohort Study*. Springer.

Hagelquist, Janne Østergaard & Marianne Køhler Skov (2014). *Mentalisering i pædagogik og terapi*. Hans Reitzels Forlag.

Rothchild, Babette (2004). *Kroppen husker*. Klim.

Rothchild, Babette (2021). *Revolutionizing Trauma Treatment, Stabilization, Safety & Nervous System Balance*. Norton Professional Book.

Rumball, Freya, Francesca Happé & Nick Grey (2020). *Experience of Trauma and PTSD Symptoms in Autistic Adults*. Autism Research 13.

Weeke, Ulla Rung (2018). *At danse med nervesystemet*. Skriveforlaget.

Shah, Amitta (2019). Catatonia, Shutdown and Breakdown in Autism.

Bridges, Holly (2015). *Reframe your thinking around Autism*.