

Når traumer er ubærlige – om PTSD og Kompleks PTSD

Årsagsfaktorer, behandling og prognose

Giver blikket på traumer og deres følgevirkninger nye muligheder i forståelsen og behandlingen af alkoholafhængighed?

v. Klinikchef, specialpsykolog Nicole Rosenberg

Samt indledende bemærkninger ved

Heidi Mouritsen og Per Nielsen, psykologer ved Ringgården

Konference d. 18. November 2021

Et menneske med traumer - forhistorien

Citat fra *Karins* journal

- *Karin har svært ved at tale om overgrebene, og har høj angst i forhold til at blive følelsesmæssigt aktiveret, miste kontrol og oplevet sammenhængskraft*
- *Karin har under opholdet mange traumereaktioner, hvor hun dissocierer i en grad, så hun er svært kontaktbar*

- “Sammenfaldet mellem traumer og stoffer og alkohol er gigantisk. Det er næsten umuligt at blive rusmiddel-afhængig uden at have en forudgående historie med barndomstraumer.”
- “Afhængighed er mennesker, der desperat forsøger at håndtere det ubærlige”
- I USA: For hver soldat, der deltager i en væbnet konflikt i udlandet, er der 3 børn, der er truet i eget hjem.
- 12 mio. amerikanske kvinder har været udsat for voldtægt



Bessel van der Kolk,
Boston USA
*Kroppen holder
regnskab*

Vi oplever, at mennesker med traumehistorik ofte er svære at arbejde terapeutisk med

Tendens til

- at have besvær med at identificere/mærke og verbalisere/sætte ord på følelser/indre tilstande (alexithymi)
- at tabe forbindelse med sig selv og den øjeblikkelige situation (dissociation)

Vi har undersøgt klienter fra Ringgården:

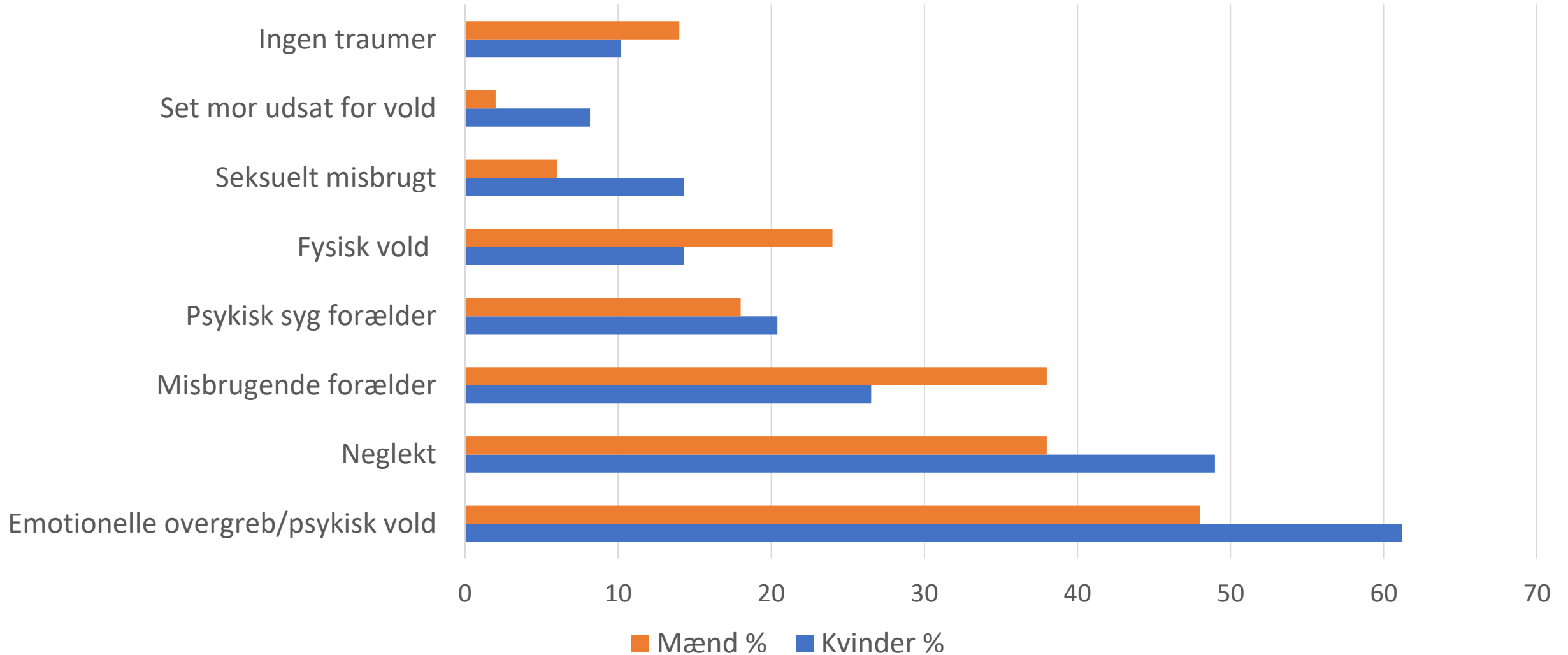
a. journalundersøgelse ifht ACE

(n=99) ACE: (Adverse Childhood Experiences → *Dårlige, traumatiske oplevelser i opvæksten*)

b. generel traumatiseringsgrad

(n=18) HTQ; TSC34

ACE Ringgården undersøgelse 2020 (n=99)



For lidt af noget godt/for meget af noget skidt....

- Tidlige traumer forstyrrer udviklingen af kognitiv og affektiv processering, integration af tænkning og følelser, og evnen til at forstå og give udtryk for emotionelle tilstande
- Disse forstyrrelser er knyttet til post-traumatiske reaktioner, dissociation og alexithymi med mere.... (DSO-kriterier: affektregulering, selvopfattelse, relationer)

Traume-
kategorisering
af beboere fra
Helsefond-
projekt (n=18)

Opgjort ud fra traume-
spørgeskemaer: HTQ; TSC34

- Svært traumatiseret 50%
- Moderat traumatiseret 33%
- Ikke traumatiseret 17%

Alexithymi

- Vanskeligheder ved at identificere, beskrive og analysere emotioner/indre tilstande, samt en eksternt orienteret kognitiv stil*
- Den manglende evne til at identificere/benævne emotioner, koblet med følelsen af at være overvældet, kan give personen en oplevelse af (re)traumatisering

* Tendens til at fokusere på konkrete detaljer ved en hændelse i stedet for på følelser, fantasier og andre aspekter ved ens egen indre oplevelse

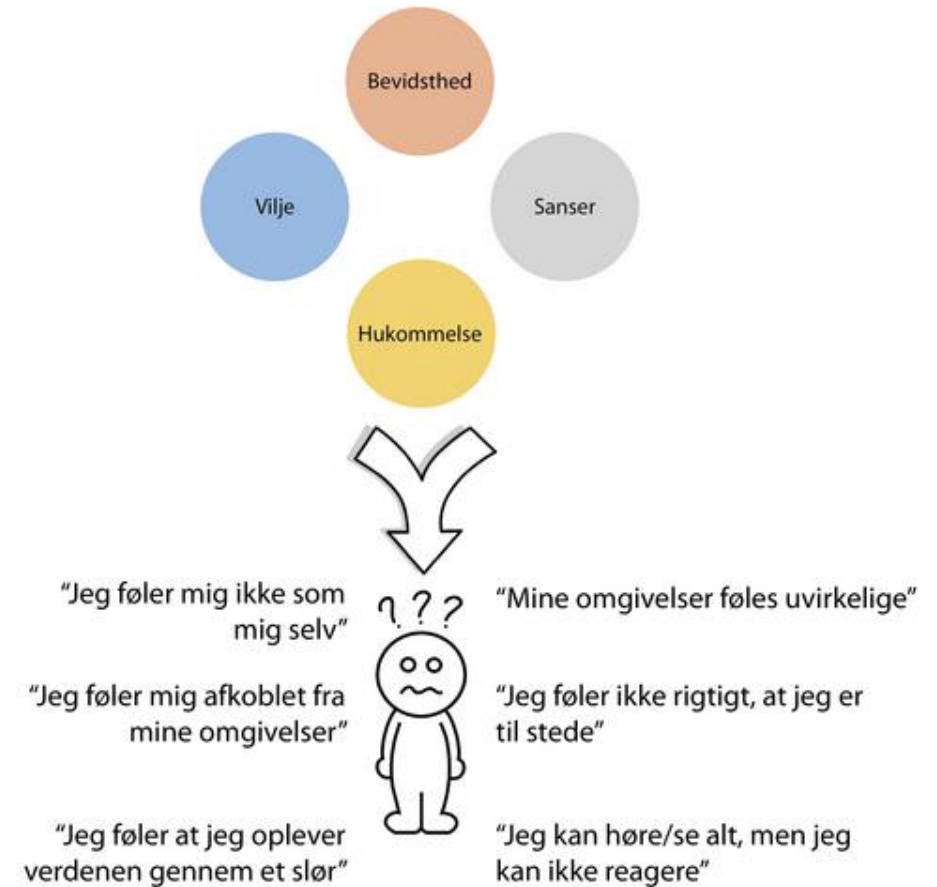
- Alexithymi
- kan være en reaktion på interpersonelle traumer, f.eks. krænkelser (fysisk, verbalt, seksuelt)
- kan forstås som en dysfunktionel coping mekanisme, der dulmer udvekslingen mellem kropslige sensationer og emotioner
- Ses ofte hos personer med dissociative forstyrrelser
- En række undersøgelse har peget på alexithymi som en mulig forløber for dissociative tendenser
- (f.eks. Zlotnik et al. 1996; Evren et al. 2008; Chilcoat & Menard 2003; Foa & Williams 2010)

- Dissociation kan forstyrre forbindelsen mellem følelser, kognitioner og viljesstyret adfærdskontrol ved at forstærke udviklingen af alexithymi og lede til yderligere spaltning af de fysiologiske, kognitive og affektive processer fra hinanden

Normal funktion

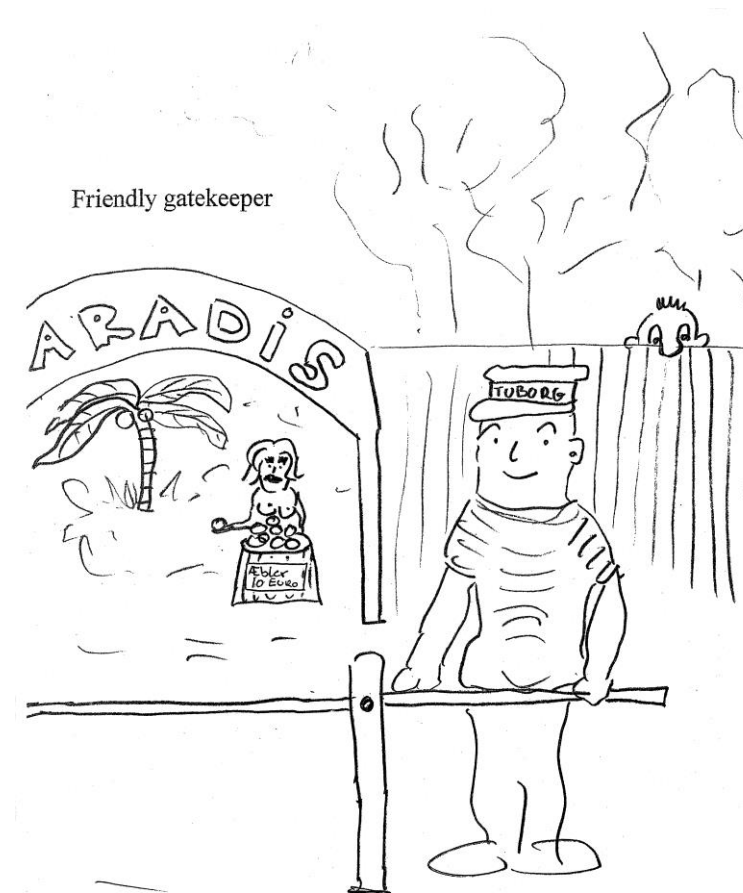


Dissociation



Teori om "dissociative tilstande": (Durand F Jacobs 1986)

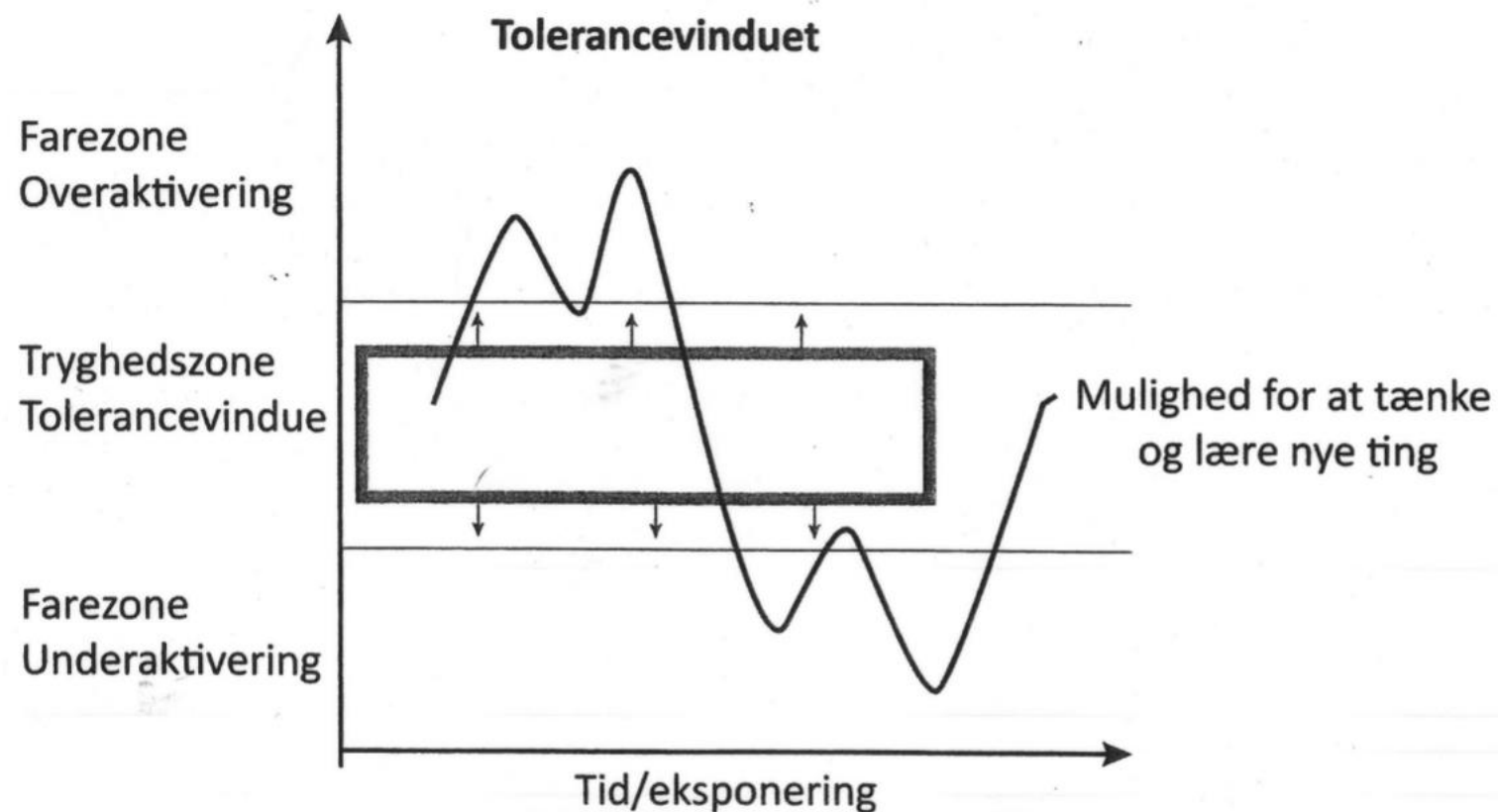
- afhængighedsadfærd er
- en "løsning" ("best-possible- solution") af en tidligt erhvervet kronisk mental stress-tilstand, som rusen kan løfte personen ud af
- → dissociativ tilstand = lindring



Et menneske med traumer – behandlingen i døgnregi

-tilbage til nutiden

Figur 3: Tolerancevinduet

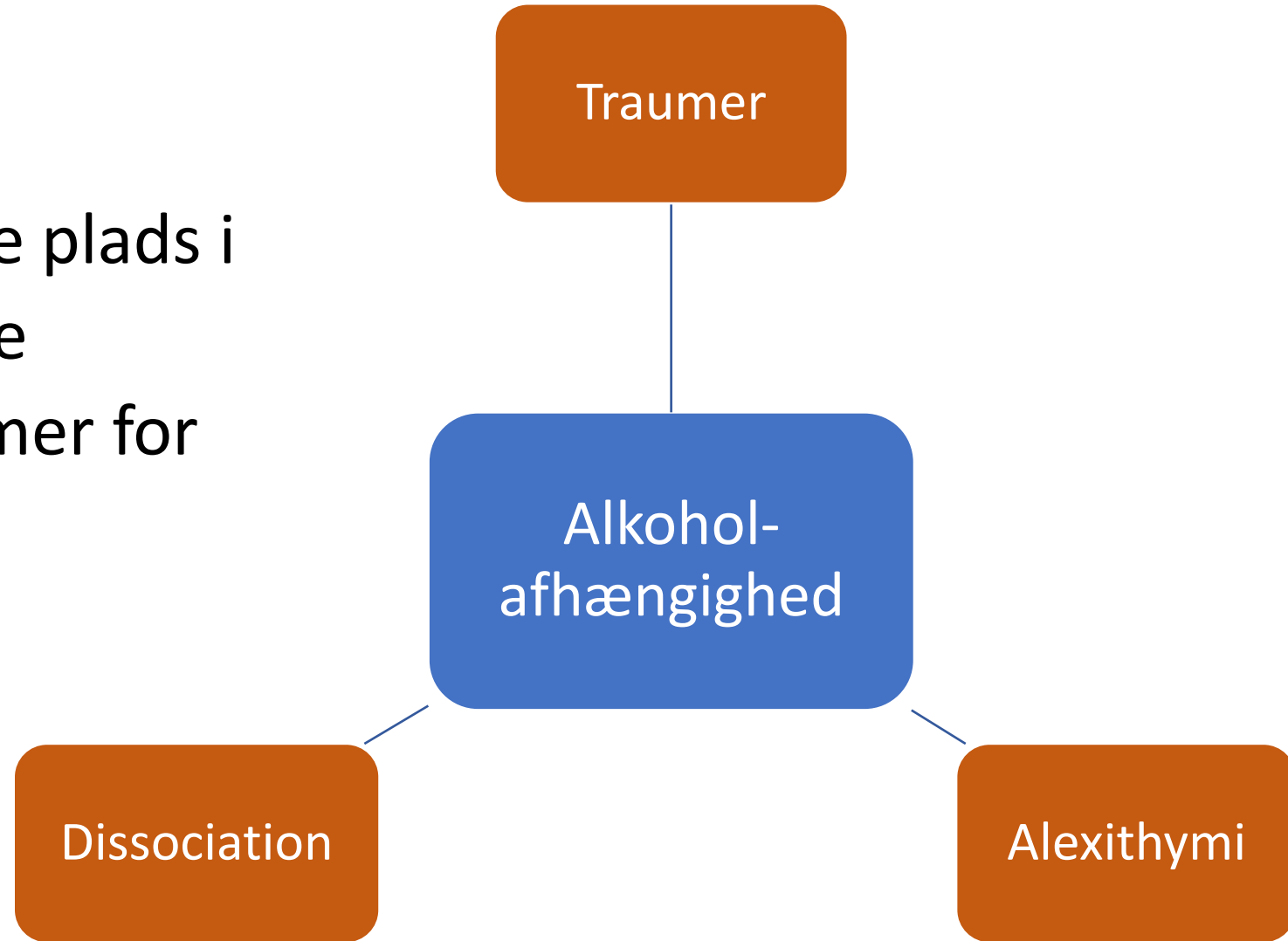


Told you so!

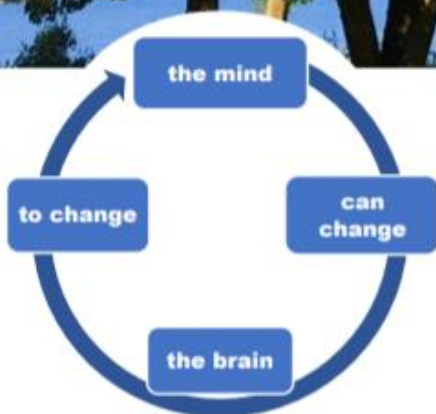
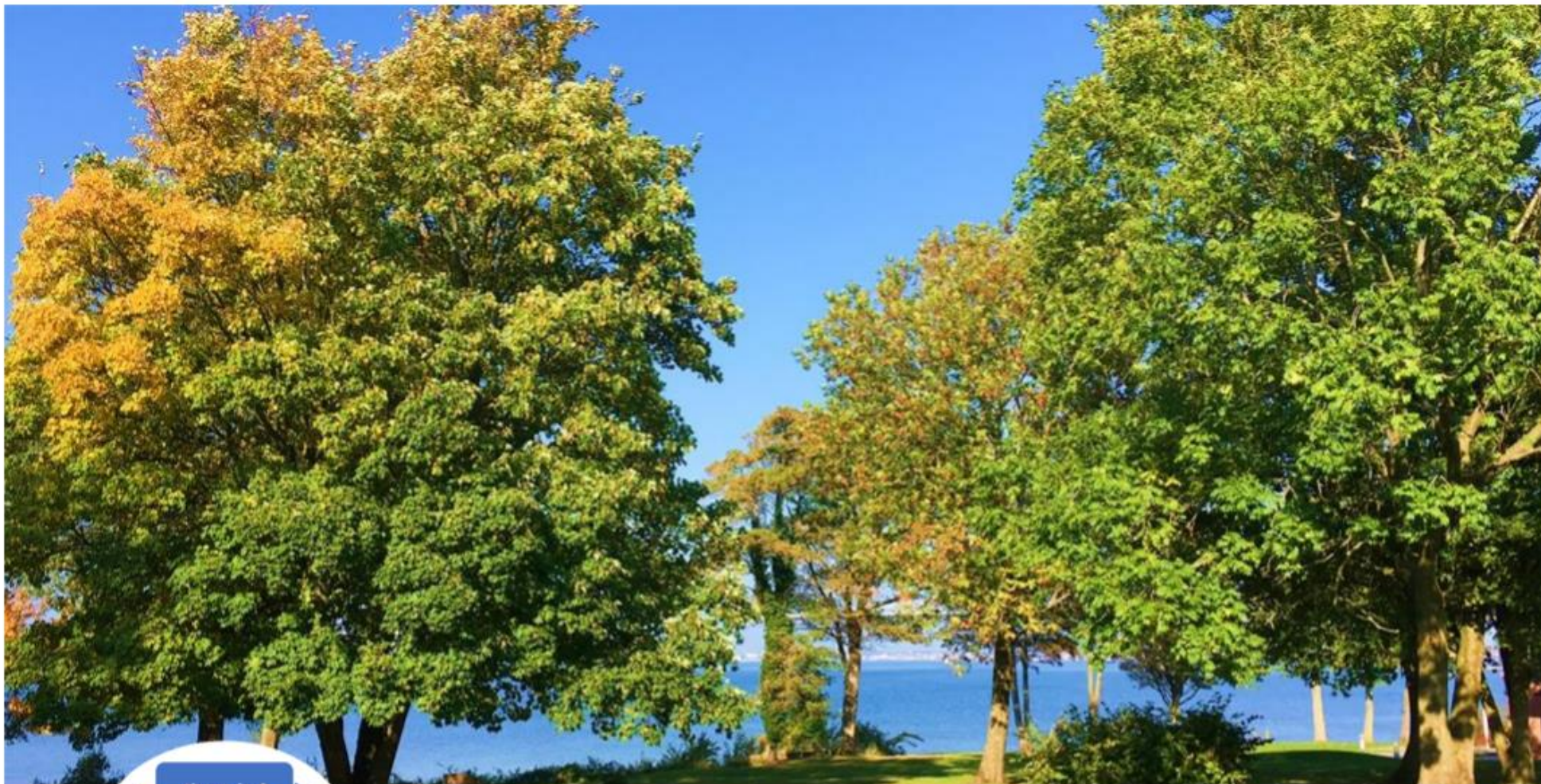


- Konklusion: traumer, alexithymi og dissociation er mulige prediktorer for alkoholafhængighed
- Alkoholafhængighed kan opfattes som en dissociativ reaktion hos individer med vanskeligheder med at identificere, udtrykke og regulere emotioner.
- Undersøgelser viser, at alder ved første traumatiske oplevelse spiller en hovedrolle i aktivering af dissociative reaktioner - **jo tidligere traumatisering, desto værre dissociativ symptomudvikling**

Denne triade bør vi give mere plads i den fremtidige udvikling af de psykologiske behandlingsformer for alkoholafhængighed



Et menneske med traumer – status nu



Når ord ikke forløser

Selvregulering som medierende faktor i behandling af afhængighed.
Et praksisforsøg med non-verbale add-on metoder i behandling af mennesker med kompliceret afhængighed

Af Per Nielsen, Steffen Røjskjær, Palle Leerberg og Susanne Hørlyck

Projektet er gennemført med støtte fra Helsefonden



RINGGÅRDEN
Nationalt kompetencecenter
for Odbetflukuset Afhængighedsbehandling



Elementer i projektet



"Min kontrol med mit iltre temperament bliver stærkt øget, når jeg tager fat i min vejtrækning. Det er en stor hjælp for mig – og rart for mine omgivelser" (mand)

"Det har virkelig været godt. I forhold til tidligere behandling synes jeg i det hele taget, at "ordløse metoder" kan noget nyt. Det er et fantastisk supplement." (kvinde)

"Det har for mig været en ny oplevelse at kunne "adskille hoved og krop" (mand)

"Det har hjulpet mig meget at kunne arbejde med min dybe, rolige vejtrækning. Det har fået afgørende betydning for, at min nattesøvn er blevet meget bedre – både med hensyn til at falde i søvn mere naturligt og let og til at få mere sammenhængende søvn natten igennem" (mand)

"Det var overraskende at mærke, hvilke følelser, der gemmer sig i min krop – wauw!" (mand)

"Jeg tænkte: det er kun for "tøser", men hold op, hvor er det godt." (mand)