

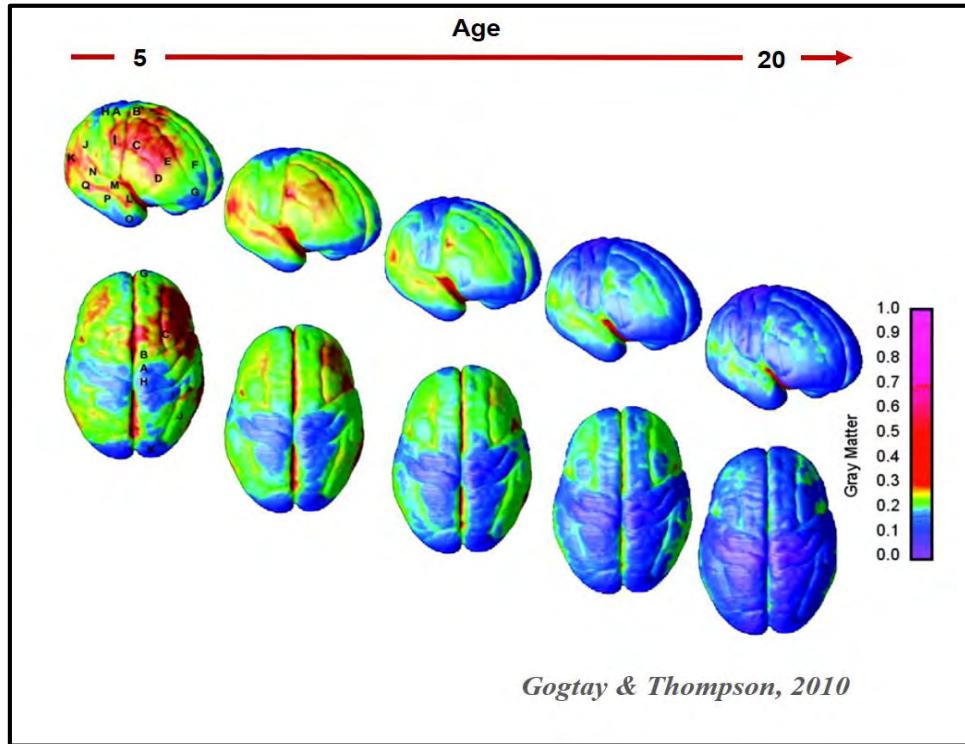
Utvecklingstrauma

"Göteborg", 7. april 2021

Dag Ø. Nordanger
Psykologspesialist RVTS Vest
Professor II OsloMet

1. Bottom-up utvikling (jf. evolusjonen)

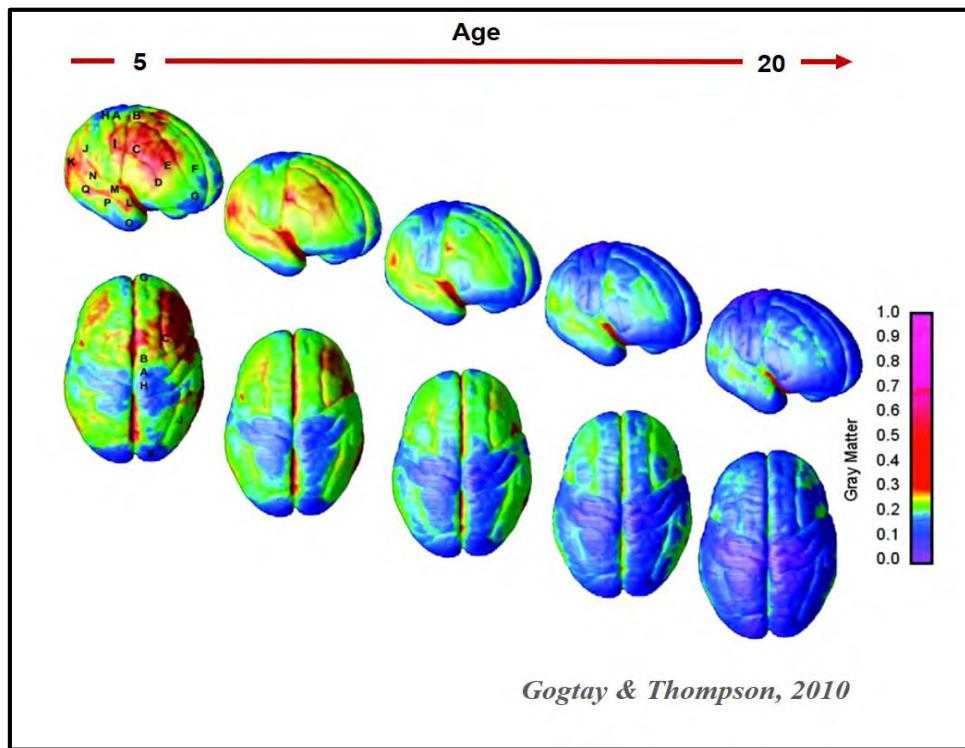
- Grundmurprinsipp
- What fires together ...
- Stimulering verkar "uppåt"



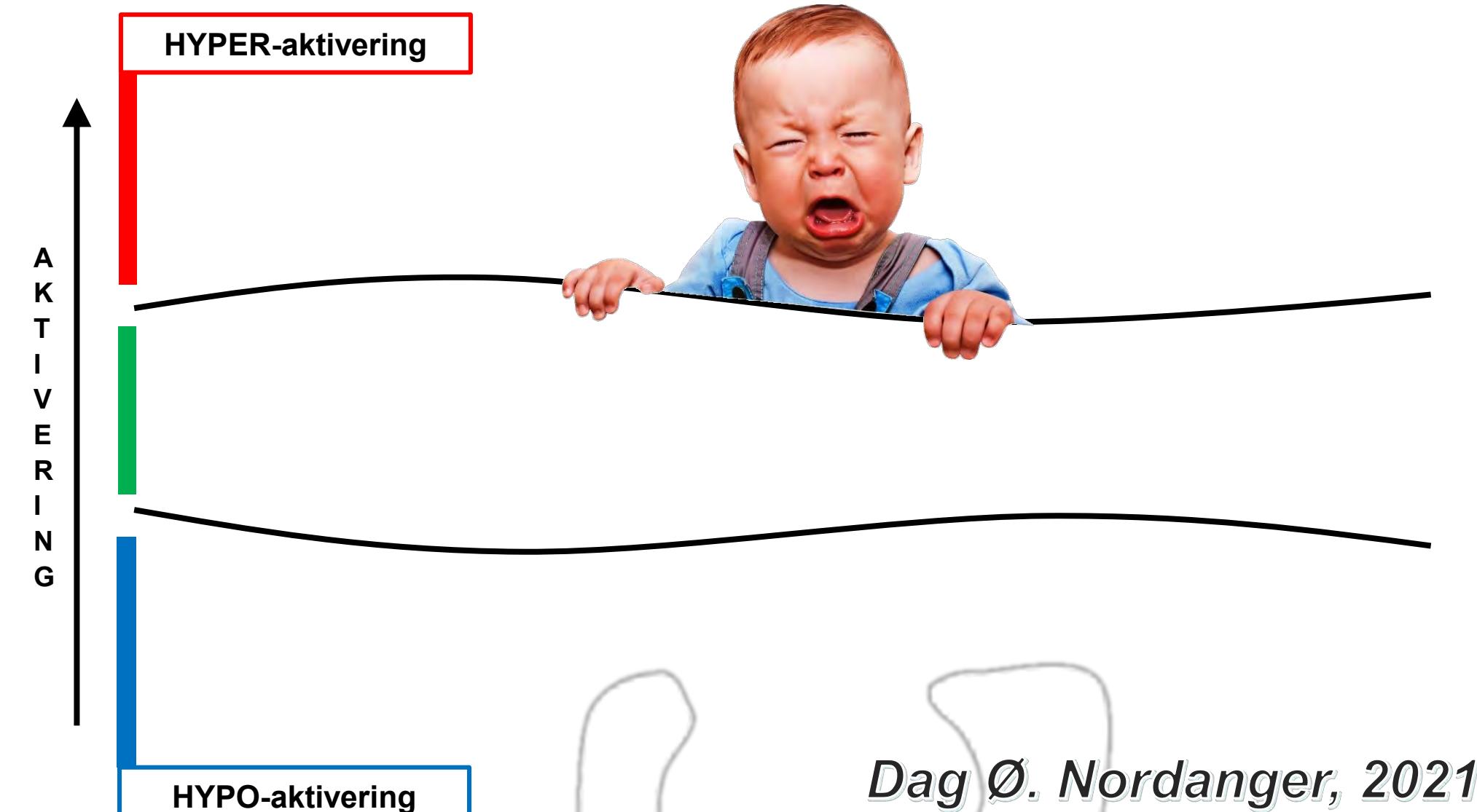
Dag Ø. Nordanger, 2021

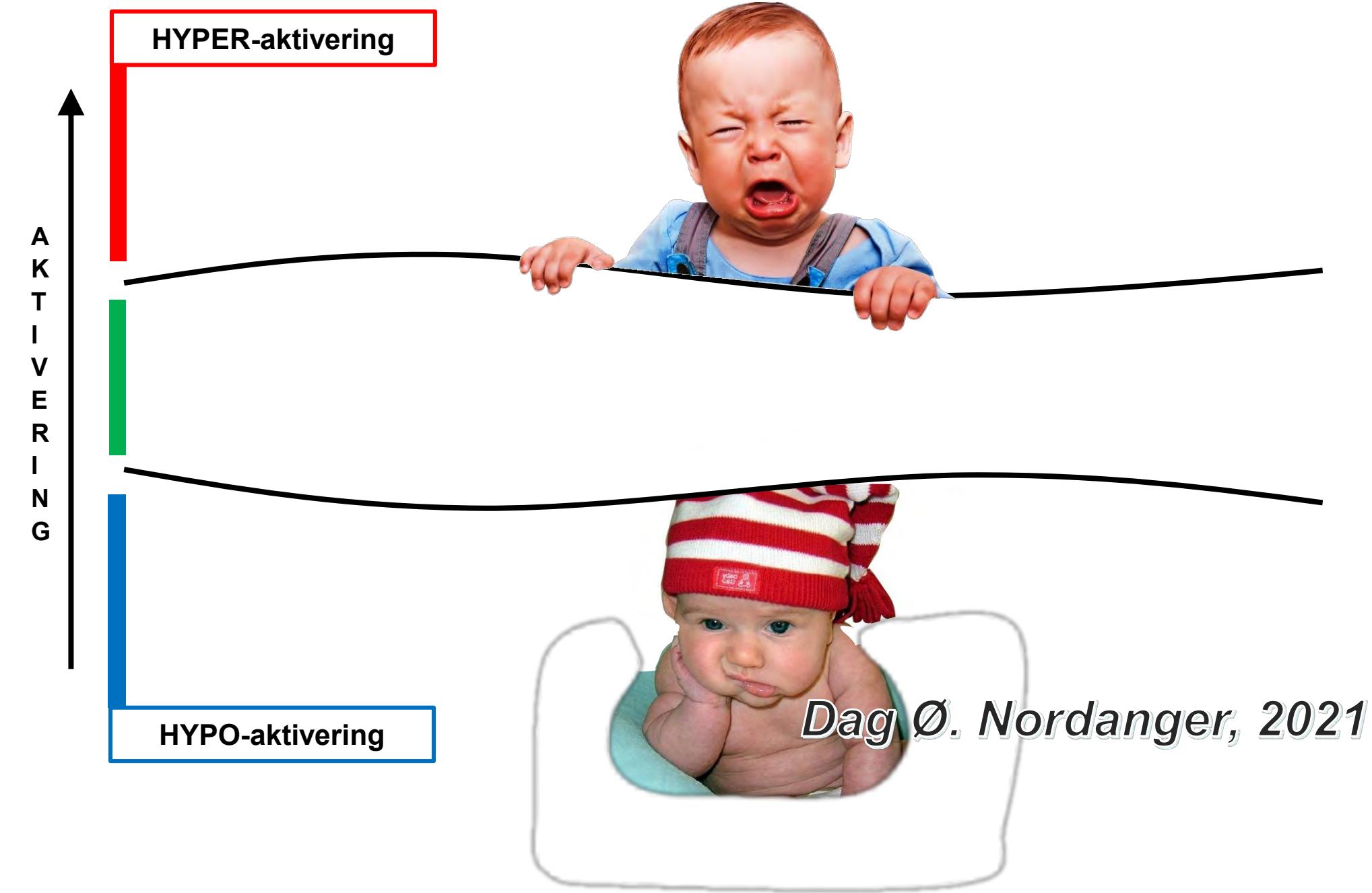
2. Top-down regulering

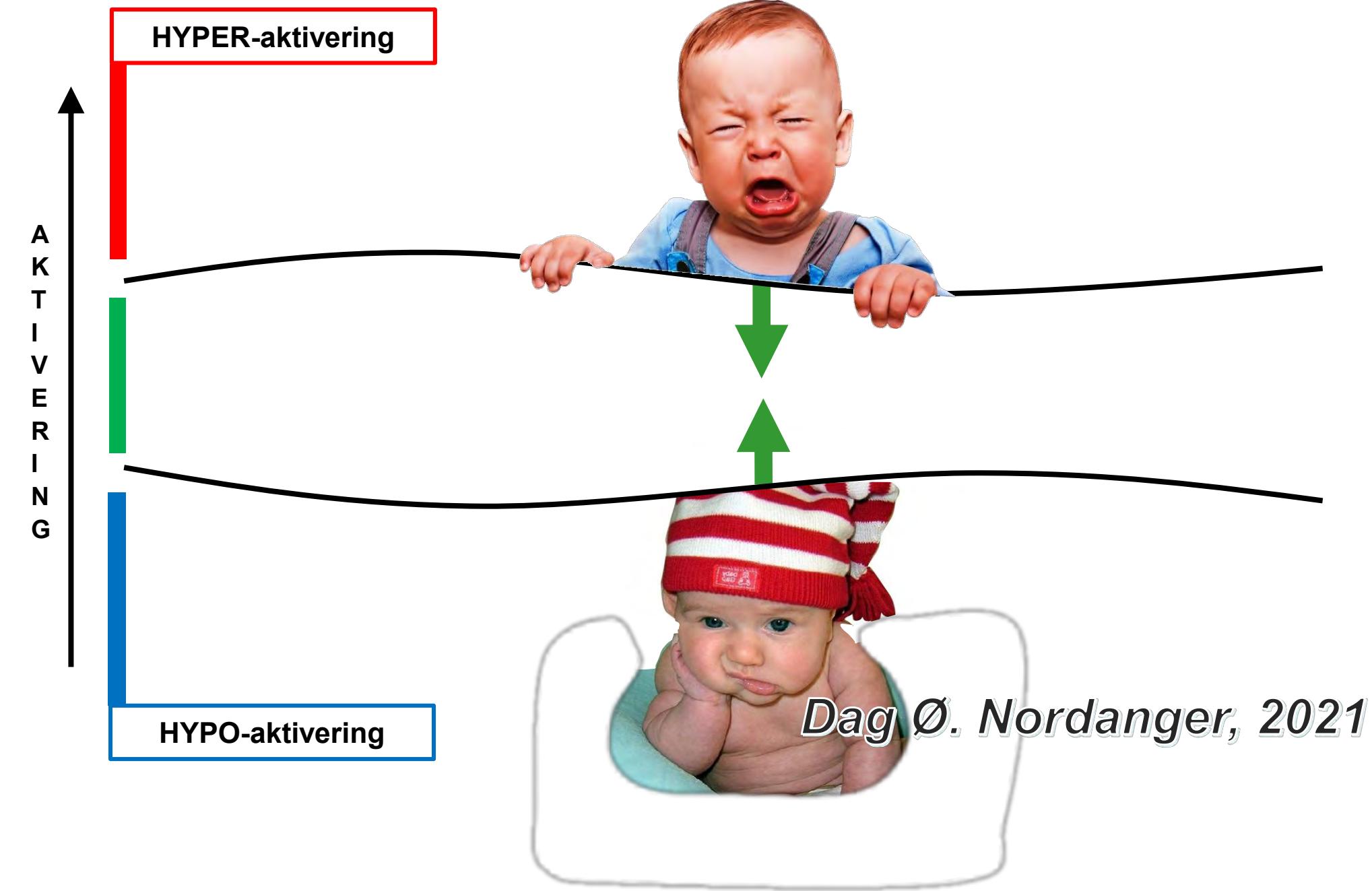
- Nytt trumfer gammalt
- Men ved stress: Gammalt trumfar nytt
- (Mange vi møter har høgt stressnivå)



Dag Ø. Nordanger, 2021

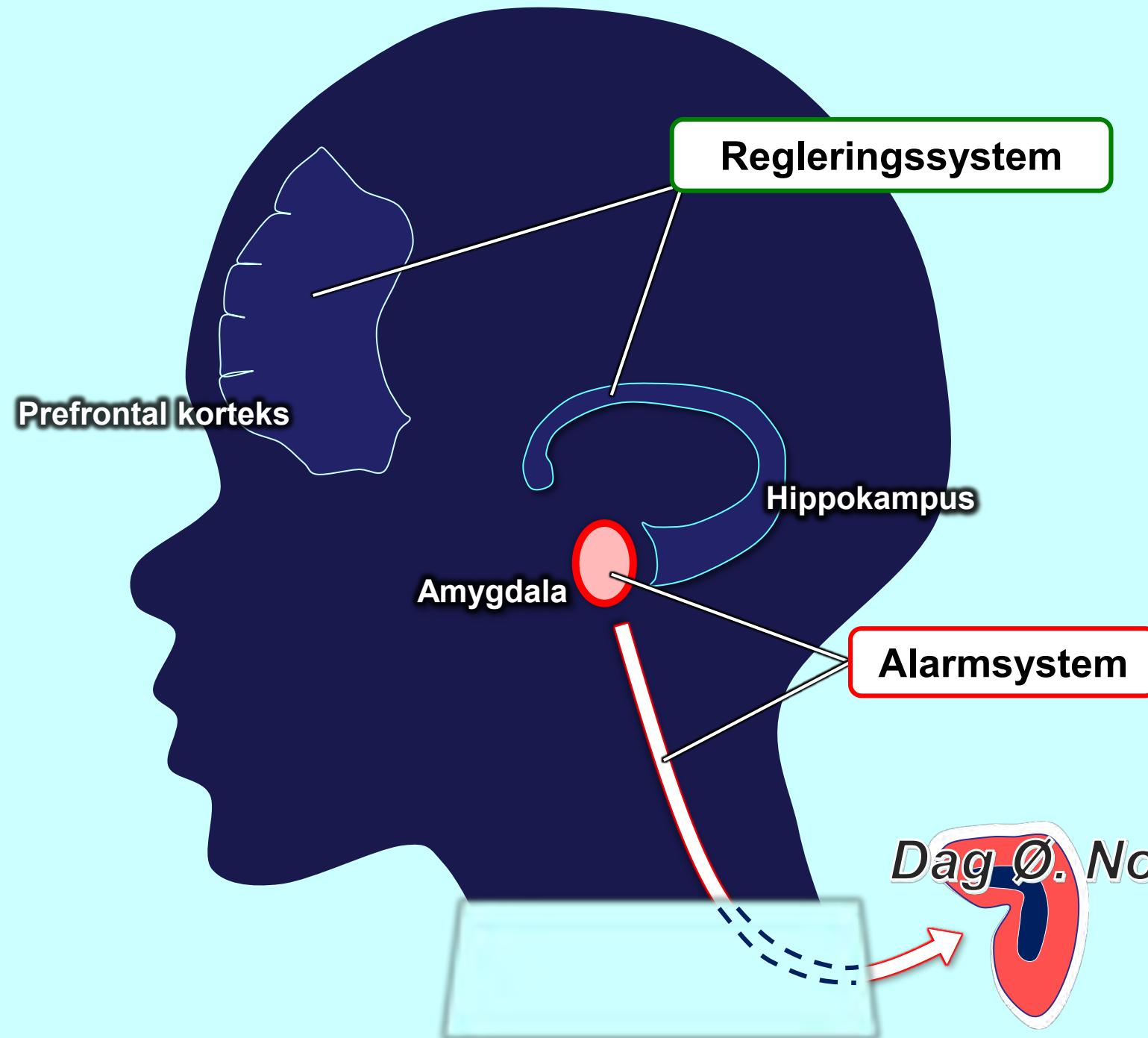




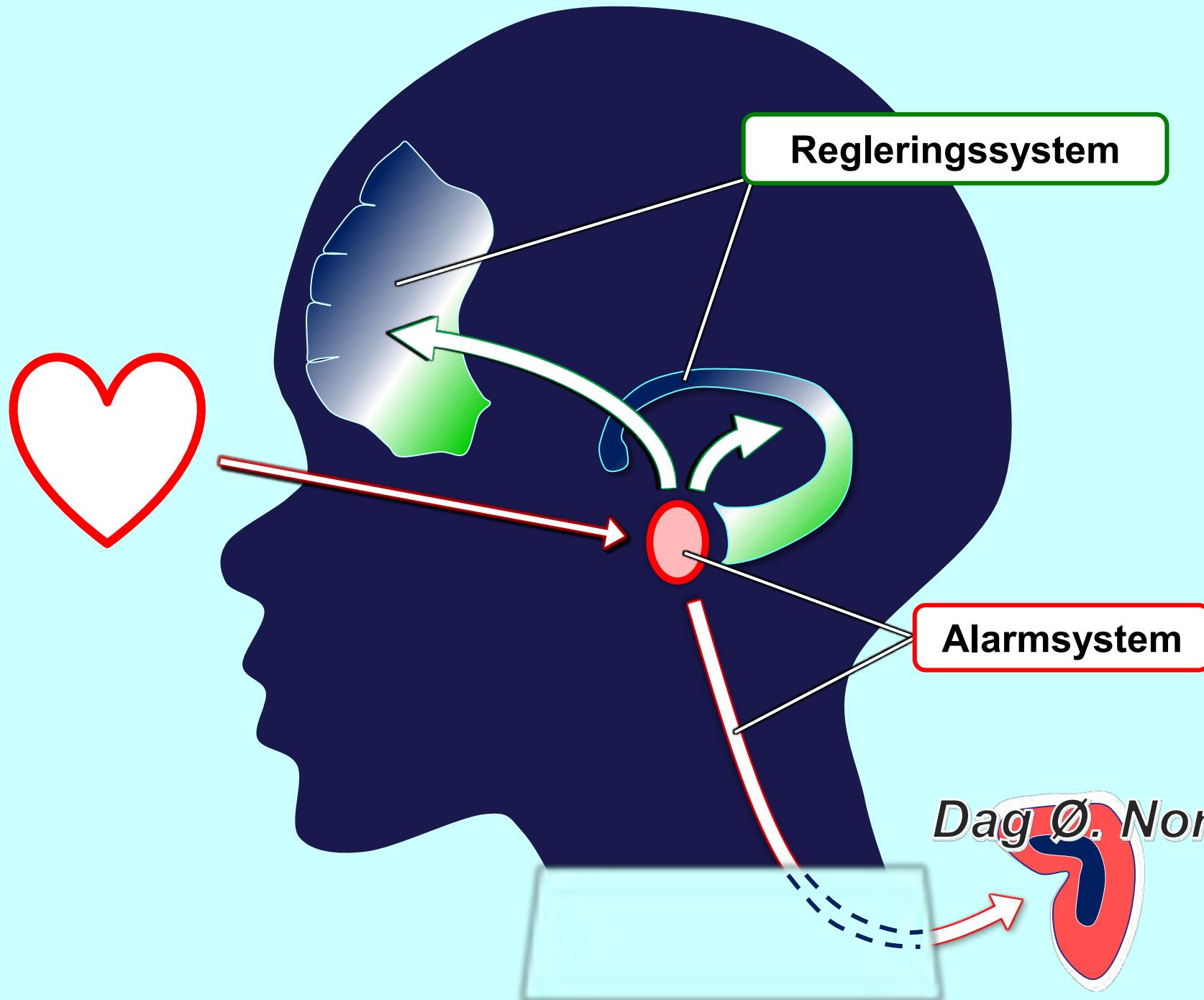




Dag Ø. Nordanger, 2021



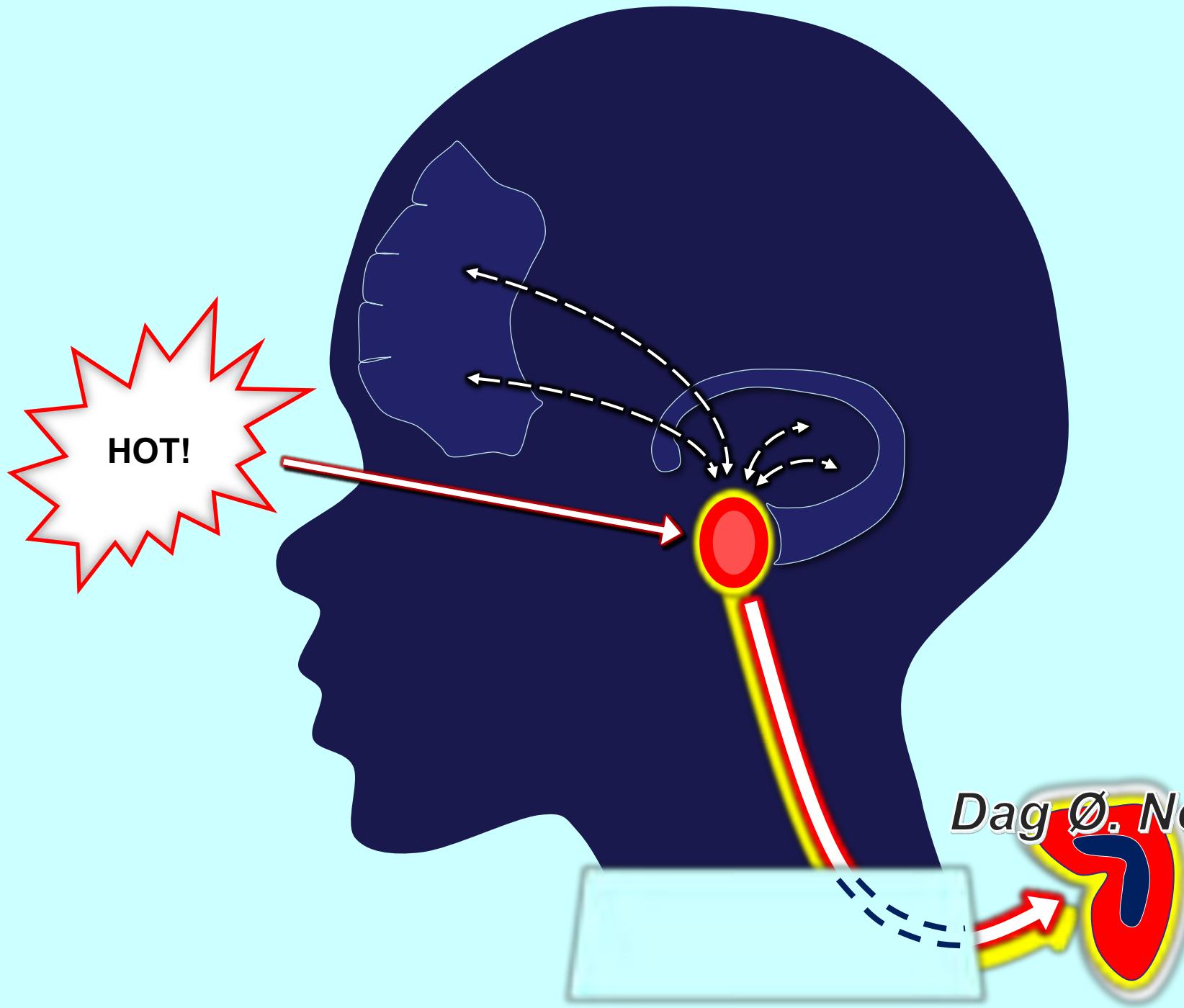
Dag Ø. Nordanger, 2021



Dag Ø. Nordanger, 2021

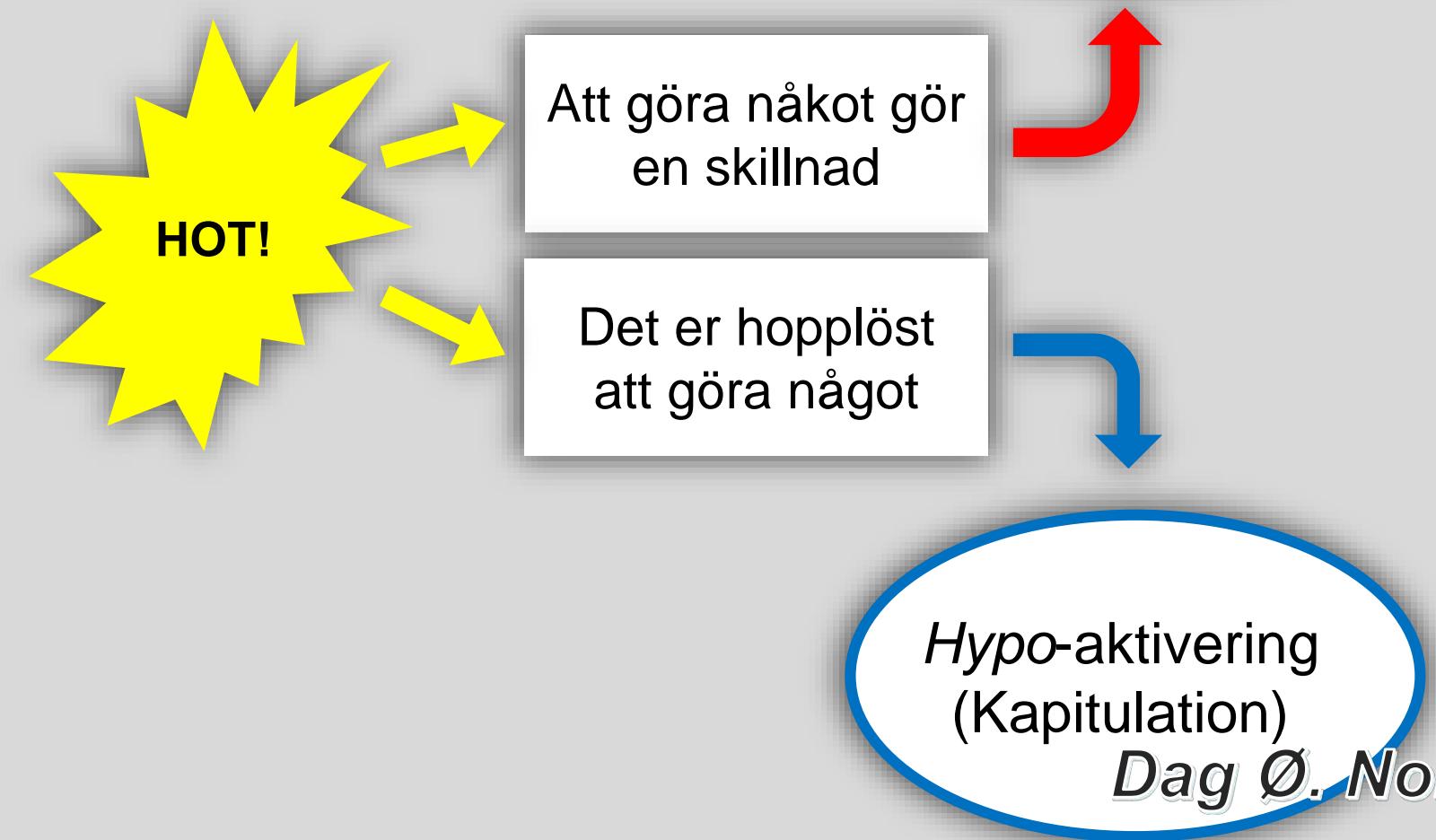


Dag Ø. Nordanger, 2021

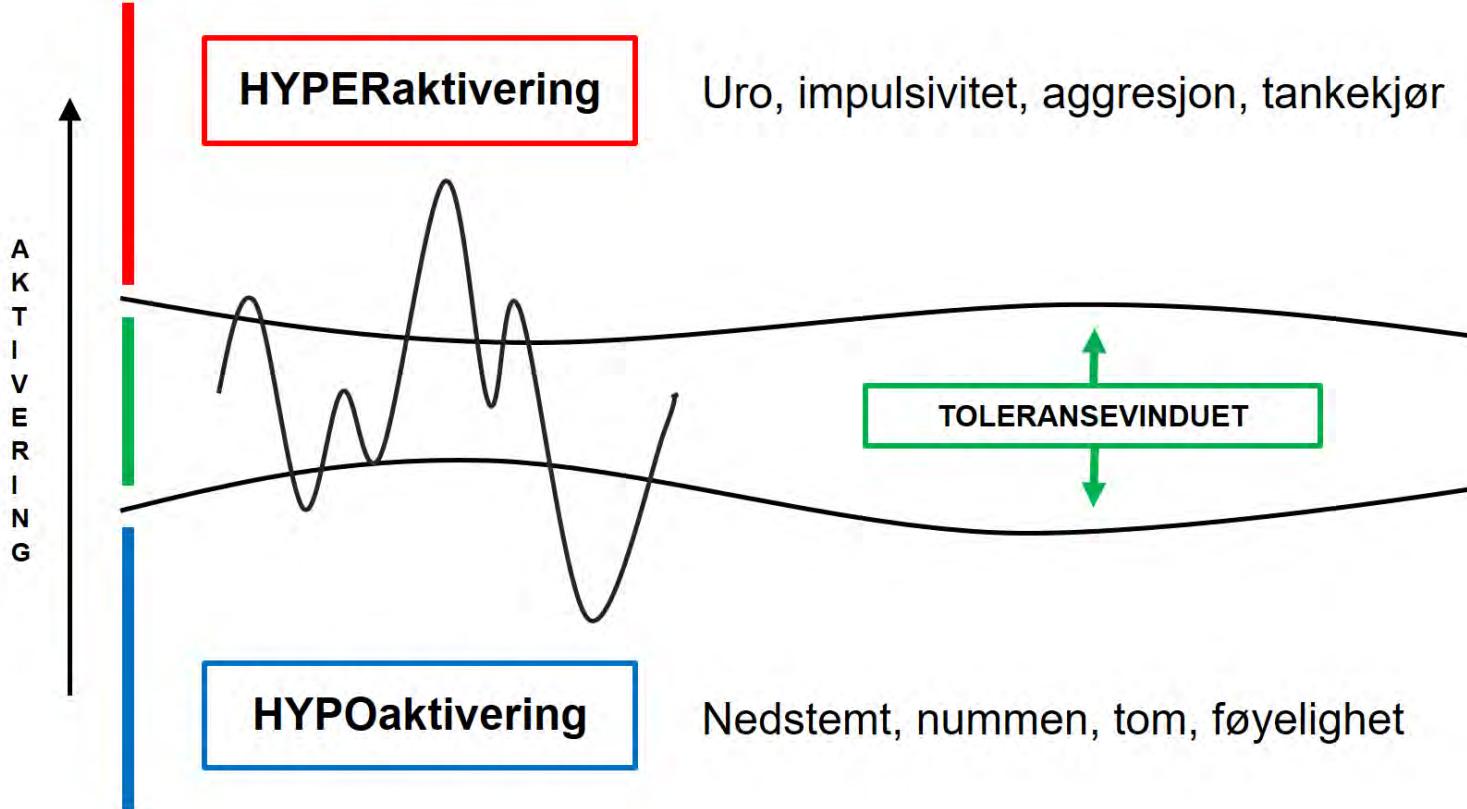


Dag Ø. Nordanger, 2021

*Hyper-aktivering
(Kamp/flukt)*



Dag Ø. Nordanger, 2021



Dag Ø. Nordanger, 2021



Dag Ø. Nordanger, 2021

INSTITUTE FOR
LEARNING
& BRAIN
SCIENCES

00:02



leken

trøstende



irritert

uinteressert

Dag Ø. Nordanger, 2021

spøkefull

nervøs



begjærlig

sikker på noe

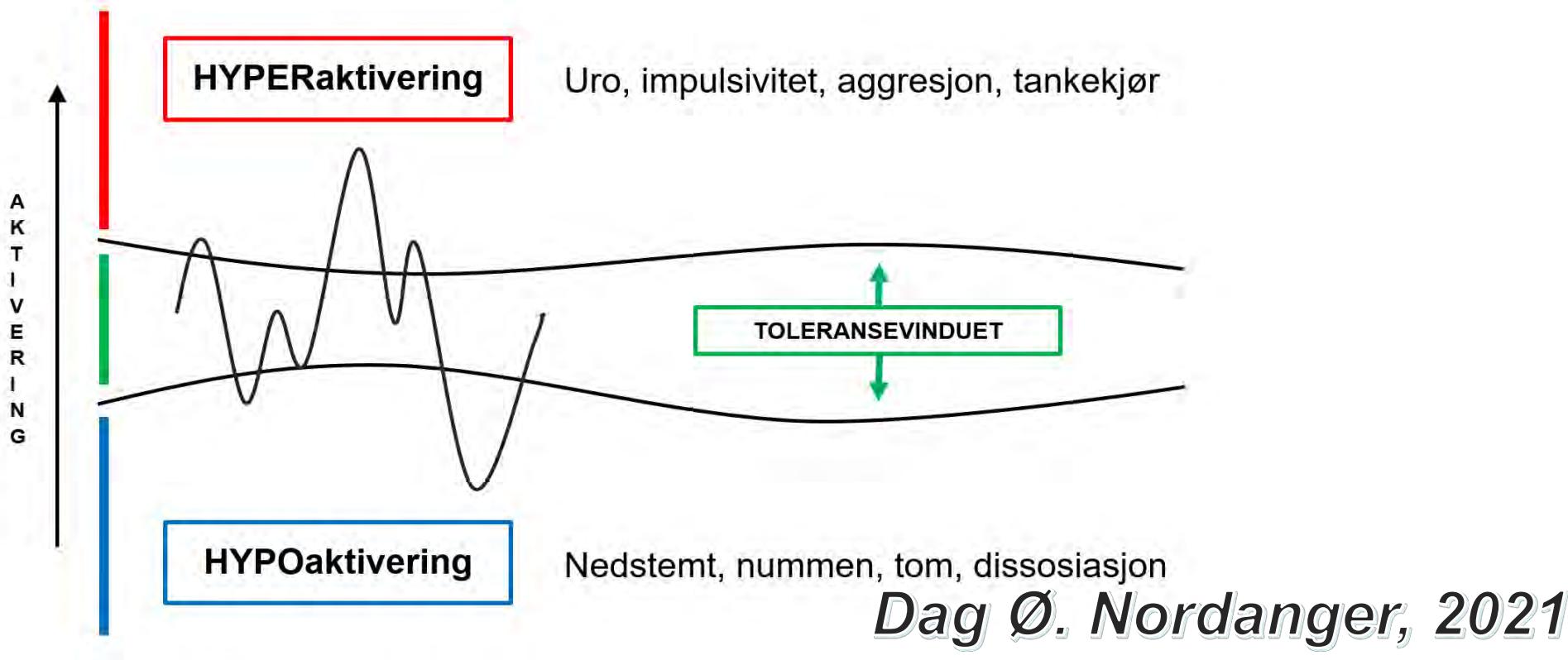
Dag Ø. Nordanger, 2021

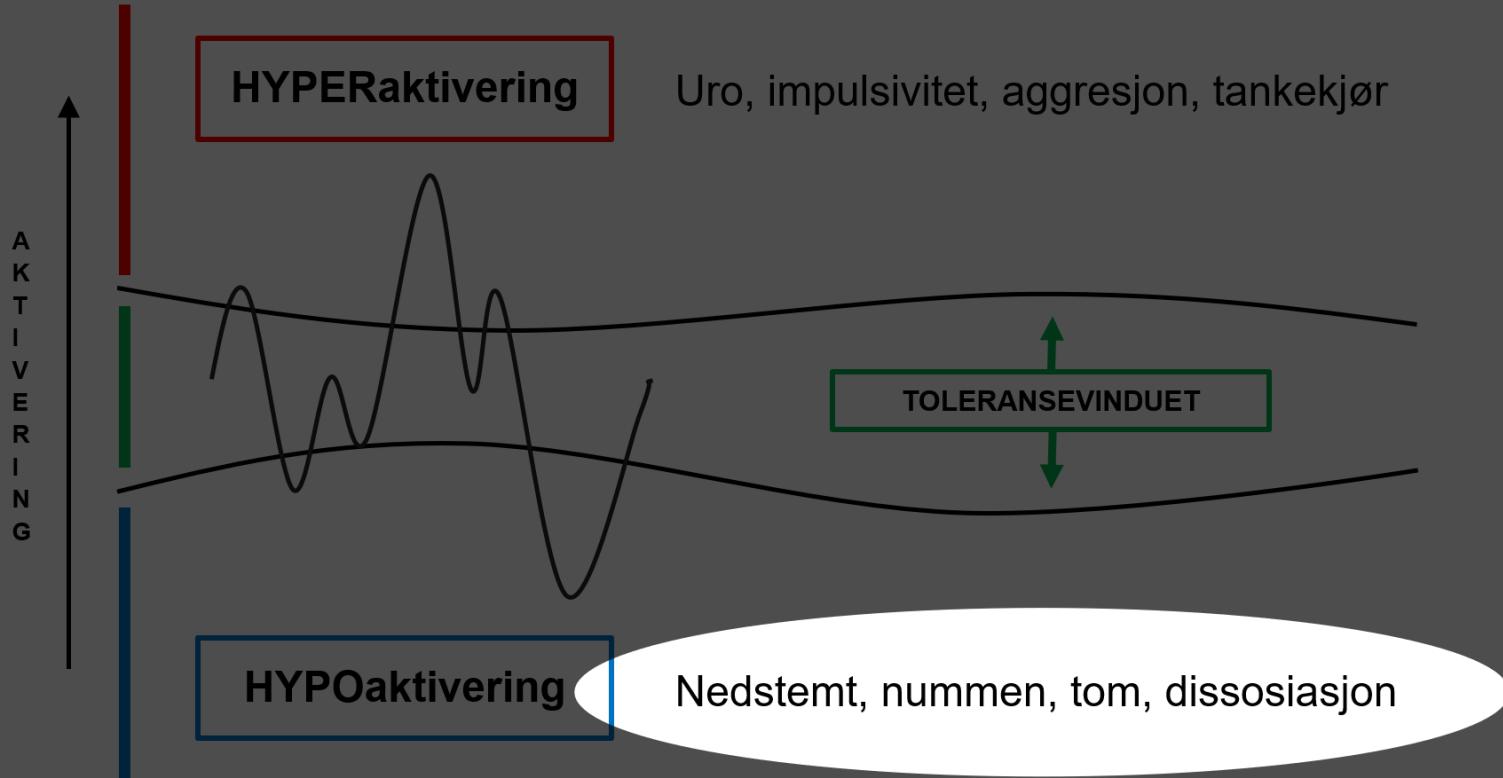
5 principer

för hur man bäst hjälper
de som kämpar med
konsekvenserna av
utvecklingstrauma

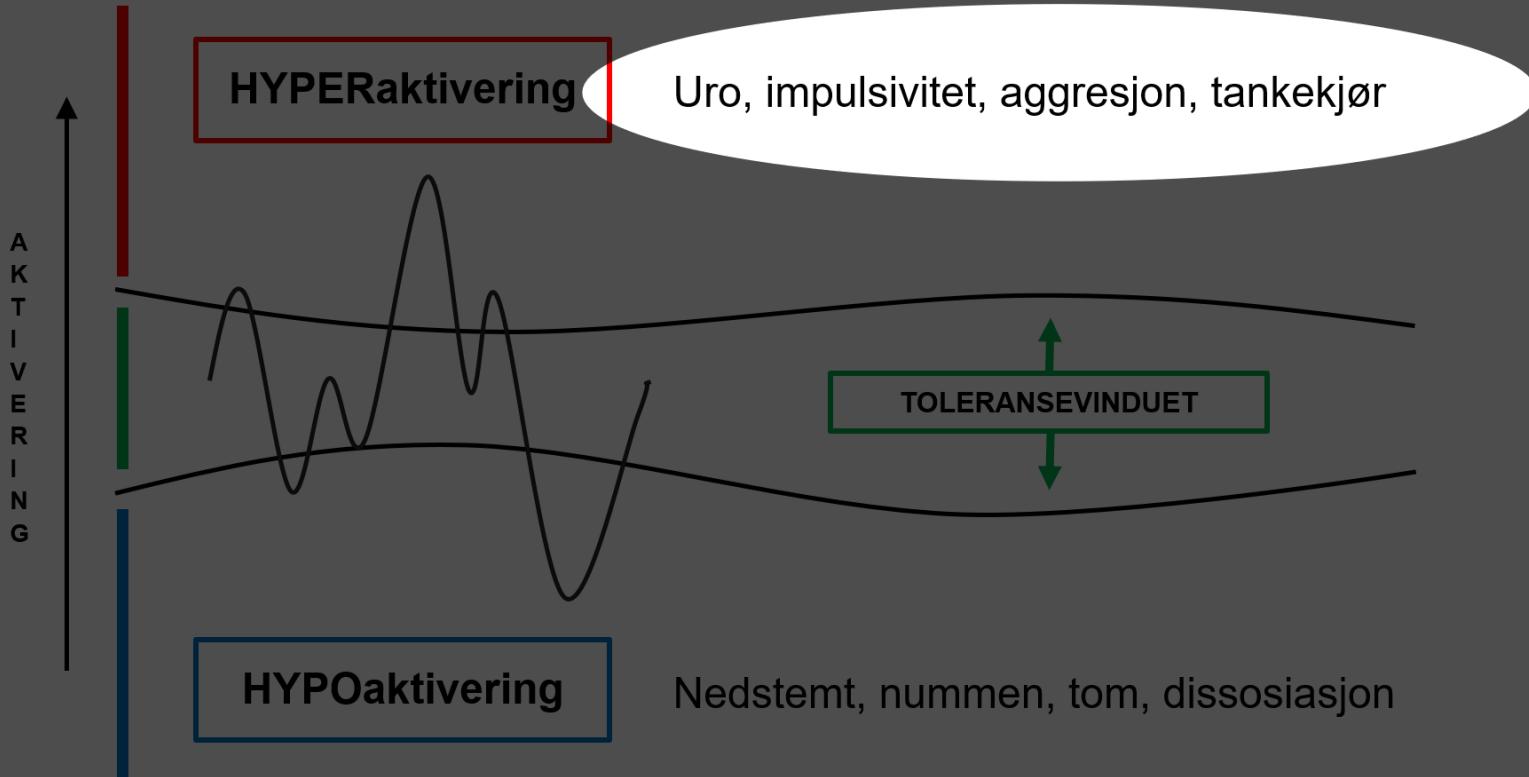
Dag Ø. Nordanger, 2021

1. Vi måste frigöra oss från de diagnostiska kategorierna

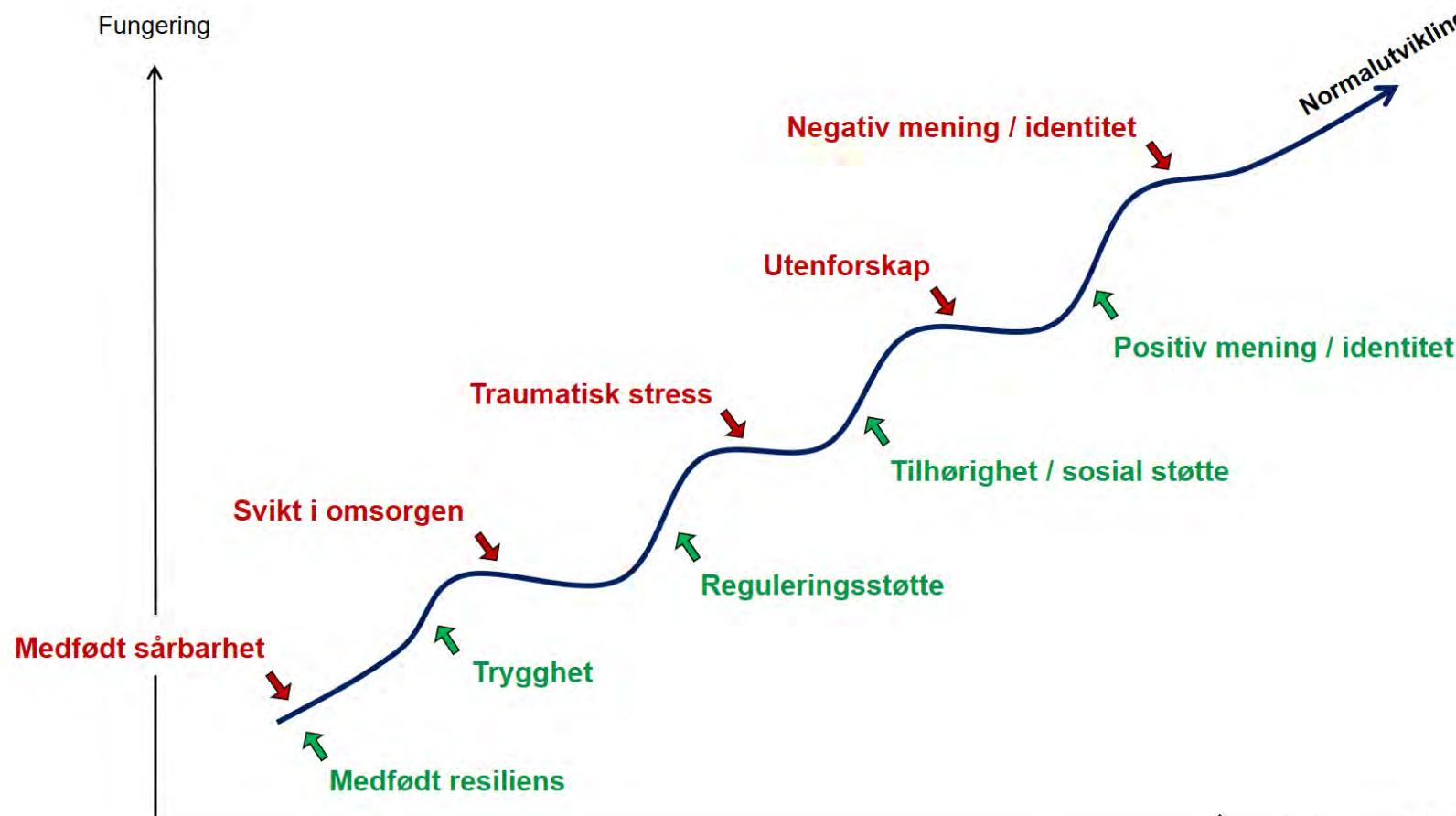




Dag Ø. Nordanger, 2021



Dag Ø. Nordanger, 2021



Dag Ø. Nordanger, 2021

Multifinalitet

Kropp / sensorisk funksjon

- Vekst og stoffskifte
- Sanseintegrasjon
- Søvn og fordøyelse
- Temperaturregulering

Fysiologi og motorikk

- Høyde og vekt
- Grov-/ finmotorikk
- Balanse/koordinasjon

Tilknytning

- Udiskriminerende, usikker, og desorganisert stil

Kognitive funksjoner

- IQ/ arb.minne / planlegging
- Impulskontroll
- Oppmerksamhet
- Hyperaktivitet

Emosjonsregulering

- Sinne/ aggressjon
- Nedstemthet
- Overaktivitering / angst
- Unngåelse
- Dissosiasjon

Sosial fungering

- Mistolkning av ansikter
- Sviktende empati
- Mistenksomhet
- Konfliktfylte relasjoner
- Vansker med å få venner

Atferdsmessige utslag

- Rusmisbruk
- Mobbing
- Aggresjon
- Selvskading
- Kriminalitet
- Selvmordsatferd
- Seksualisert atferd
- Tidlig seksuell debut
- Tenåringsgraviditet

Akademisk fungering

- Skoleprestasjoner
- Utdanningsnivå
- Drop-out fra skole

Livsstil

- Risikoatferd
- Røyking
- Overvekt

Fysisk sykdom

- Mage-tarm lidelser
- Kreft
- Hjerte-kar lidelser
- Diabetes
- Nyresvikt
- Hepatitt

Psykiske lidelser

- Reaktiv TF
- Udiskriminerende TF
- Opposisjonell AF
- Usosialisert AF
- ADHD
- PTSD
- Depresjon
- Angst
- Bipolar lidelse
- Autismspektrum
- Spiseforstyrrelser
- Dissosiativ IF
- Antisosial PF
- Unngående PF
- Ustabil PF
- Narsissistisk PF
- Passiv-aggressiv PF

Dag Ø. Nordanger, 2021

Multifinalitet

Kropp / sensorisk funksjon

- Vekst og stoffskifte
- Sanseintegrasjon
- Søvn og fordøyelse
- Temperaturregulering

Fysiologi og motorikk

- Høyde og vekt
- Grov-/ finmotorikk
- Balanse/koordinasjon

Tilknytning

- Udiskriminerende, usikker, og desorganisert stil

Kognitive funksjoner

- IQ/ arb.minne / planlegging
- Impulskontroll
- Oppmerksamhet
- Hyperaktivitet

Emosjonsregulering

- Sinne/ agresjon
- Nedstemthet
- Overaktivitering / angst
- Unngåelse
- Dissosiasjon

Sosial fungering

- Mistolkning av ansikter
- Sviktende empati
- Mistenksomhet
- Konfliktfylte relasjoner
- Vansker med å få venner

Atferdsmessige utslag

- Rusmisbruk
- Mobbing
- Aggresjon
- Selvskading
- Kriminalitet
- Selvmordsatferd
- Seksualisert atferd
- Tidlig seksuell debut
- Tenåringgraviditet

Akademisk fungering

- Skoleprestasjoner
- Utdanningsnivå
- Drop-out fra skole

Livsstil

- Risikoatferd
- Røyking
- Overvekt

Fysisk sykdom

- Mage-tarm lidelser
- Kreft
- Hjerte-kar lidelser
- Diabetes
- Nyresvikt
- Hepatitt

Psykiske lidelser

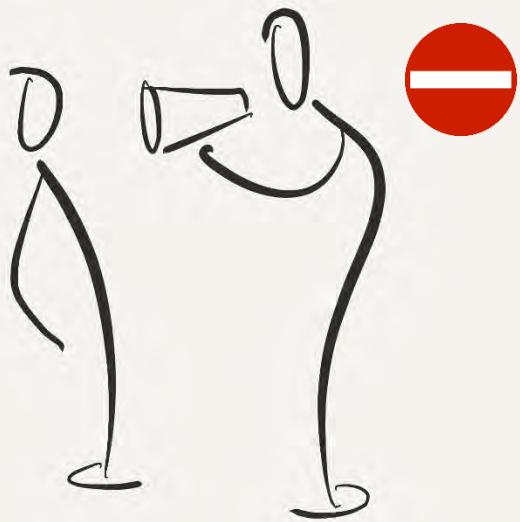
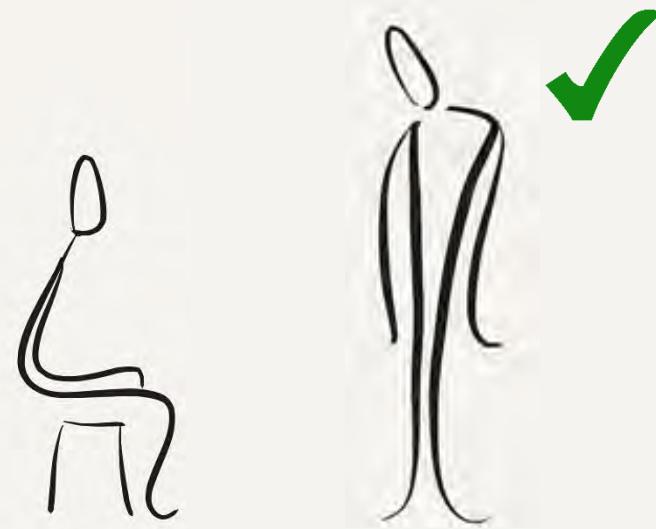
- Reaktiv TF
- Udiskriminerende TF
- Opposisjonell AF
- Usosialisert AF
- ADHD
- PTSD
- Depresjon
- Angst
- Bipolar lidelse
- Autismspektrum
- Spiseforstyrrelser
- Dissosiativ IF
- Antisosial PF
- Unngående PF
- Ustabil PF
- Narsissistisk PF
- Passiv-aggressiv PF

Dag Ø. Nordanger, 2021

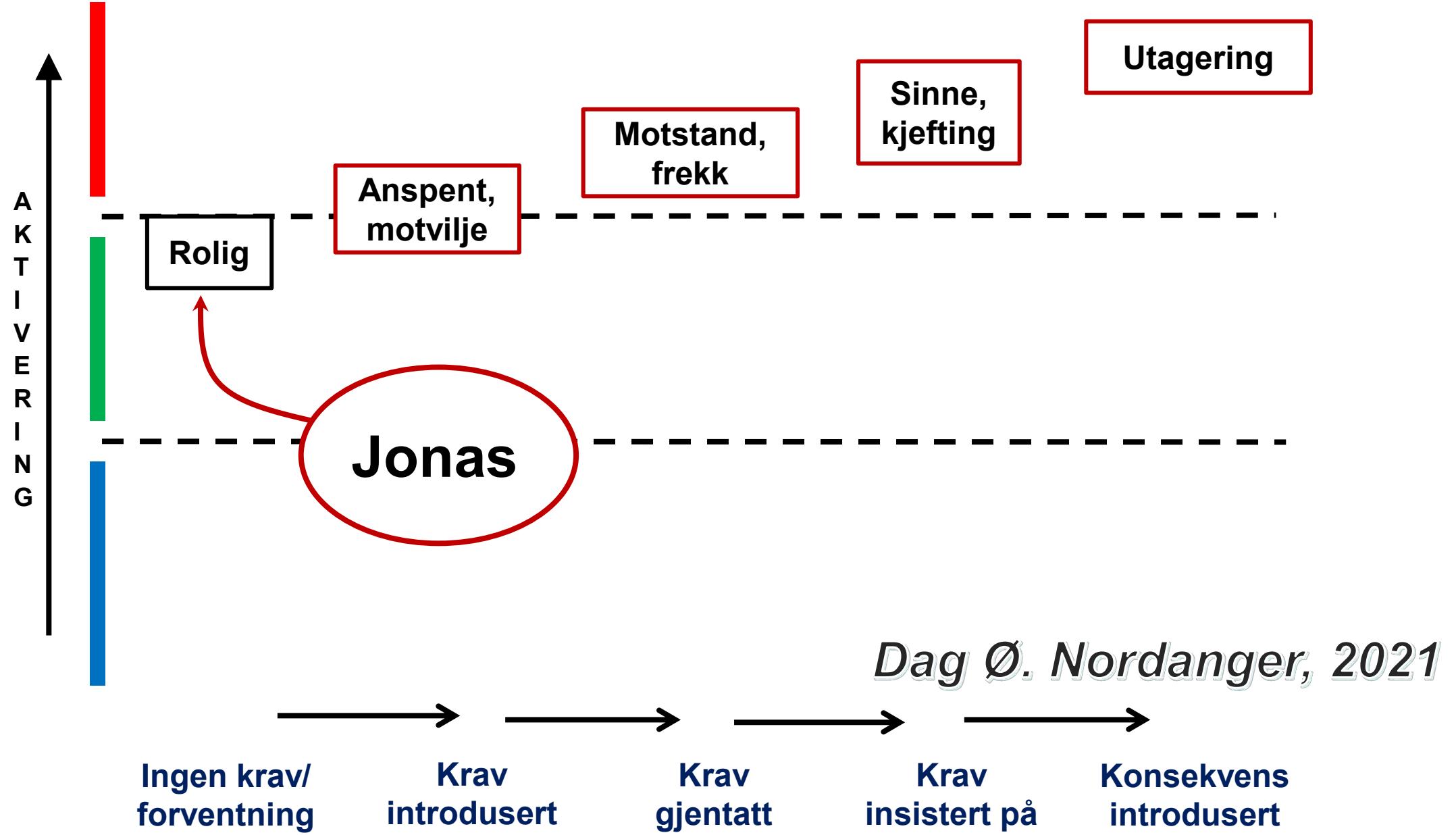
2. Vi må fremje trygghet, i betydningen å skape et lugnande miljø

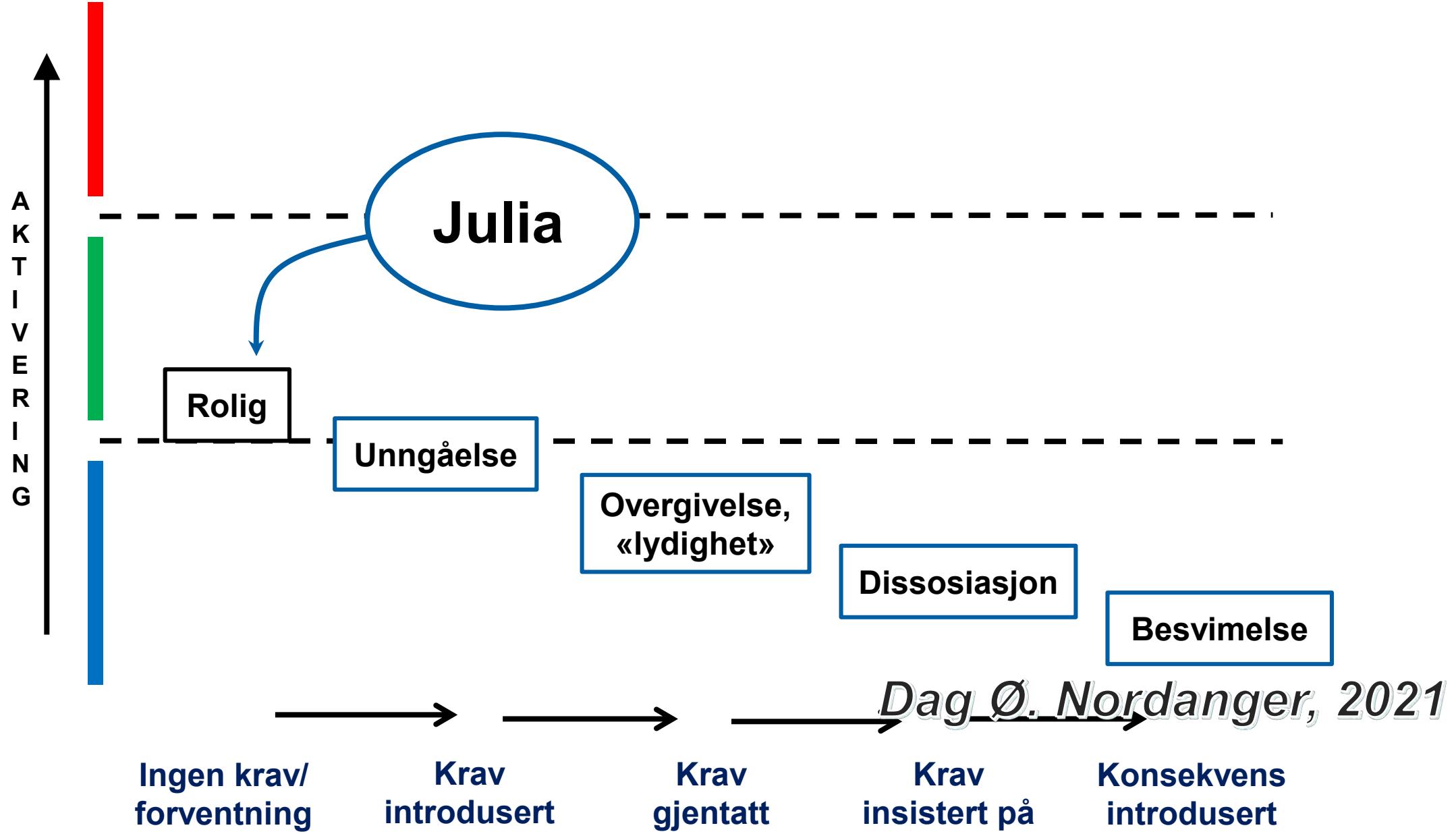
- Stressreduksjon fremfor beteende-korreksjon
- Redusere triggere (og forstå at de sitter på oss)

Dag Ø. Nordanger, 2021



Dag Ø. Nordanger, 2021





Pilen pekar tillbaka på oss själva



- Paradoksal utfordring: Det handler like mye om hva vi klarer å *la være* å gjøre, som hva vi faktisk gjør.
- Sterke motkrefter, må betvinge våre egne speilnevroner. Ingen klarer det alene.
- For å regulere andre trenger vi selv et regulerende fellesskap.
- Det er kollektivt ansvar, et lederansvar!

Dag Ø. Nordanger, 2021

3. Vi måste komma ihåg att hjärnan "lär sig" på samma sätt hela livet

- Ikke «top-down» gjennom innsikt, men «bottom-up» gjennom kroppslige sanselige reglerende erfaringer
- Kan ikke skje i «isolasjon», men gjennom daglige relasjonelle erfaringer

Dag Ø. Nordanger, 2021



Dag Ø. Nordanger, 2021



... så la meg gå tilbake og
være litt hyggelig med folk
for en gang skyld!

Dag Ø. Nordanger, 2021



**4. Vi må gjenskape elementene
i den tidlige reglerende omsorgen**

Dag Ø. Nordanger, 2021



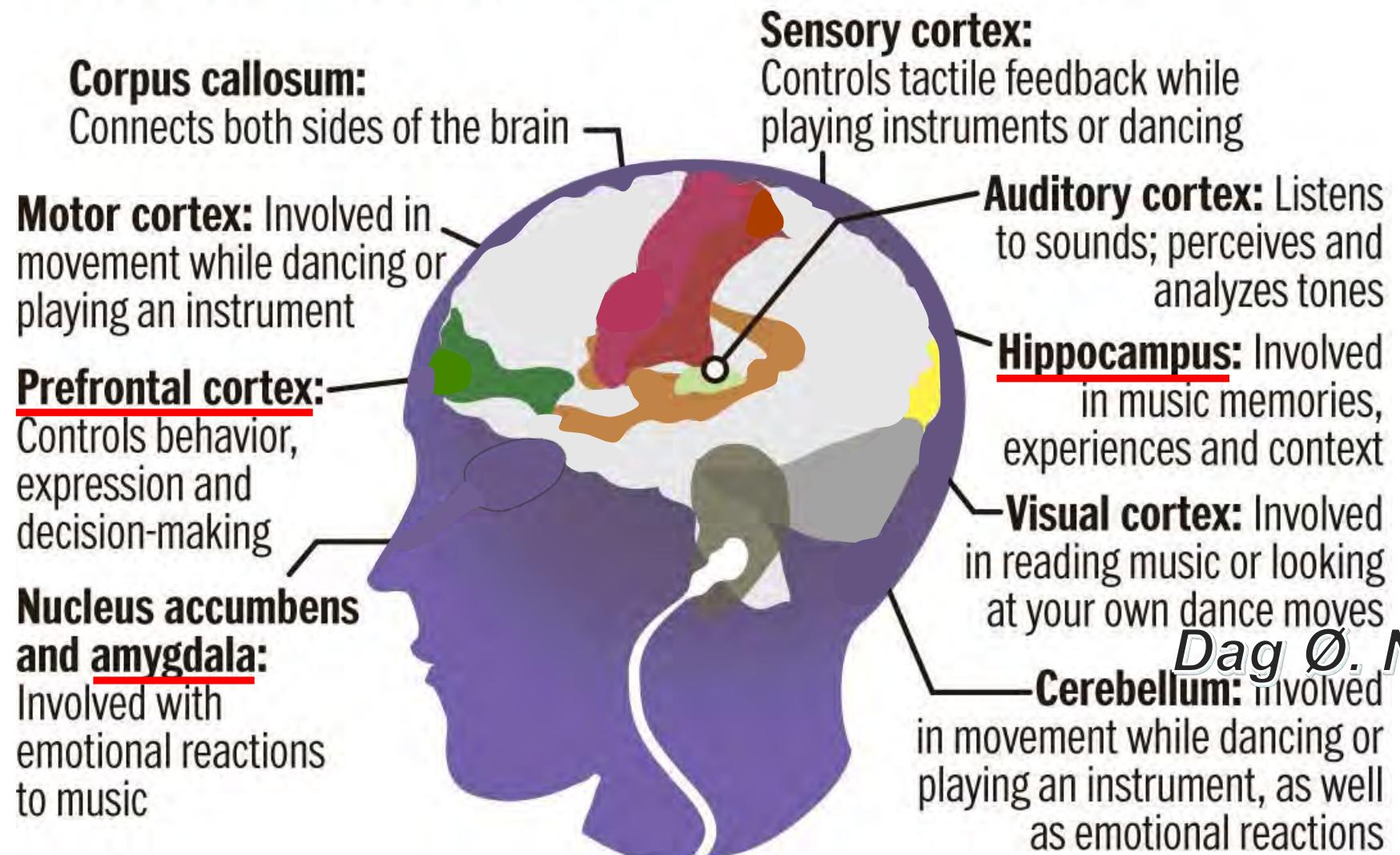
Dag Ø. Nordanger, 2021



Dag Ø. Nordanger, 2021

Foto: Helse Bergen

Music and the brain



Dag Ø. Nordanger, 2021



Dag Ø. Nordanger, 2021



Dag Ø. Nordanger, 2021

Å lese for barn og unge

2-åringar = bedre kognitive ferdigheter
og evne til å fokusere oppmerksomhet,
mindre negativ atferd

(Baker, 2013)

Førskolebarn = økte språk- og
matteferdigheter (Barnes & Puccioni, 2017)

Eldre fosterbarn = bedre evnetest,
økt lesealder (Vinnerljunget et al. 2014)

Dag Ø. Nordanger, 2021

A photograph of a young girl with blonde hair tied up, wearing a red dress with white polka dots and a white lace trim. She is standing in shallow, light-colored water, looking towards the horizon of a cloudy sky.

Diett for sansene



Regionalt ressurscenter om vold,
traumatiske stress og selvmordsforebygging

www.rvtssor.no

Sanser

Oral/smaksans

Luktesans

Taktilsans

Synssans

Hørsel

Leddsans

Balancesans

Eks. på roende sansninger

Søte smaker, tygging

Vanilje, kjente kropps lukter

"Deep touch", glatte overflater

Blått og grønt, naturlig lys

50-80 beats per minutt, rytmer

Strekke ut, dra og dytte

Lineær rugging, rolig bevegelse

Eks. på aktiverende sansninger

Sure smaker, isbit i munnen

Pepperminte, sterke krydder

Lett berøring, rue overflater

Gult og rødt, fluoriserende lys

100-120 beats per minutt, høye toner

Snurre rundt, hoppe

Sidelengs rugging, rask bevegelse

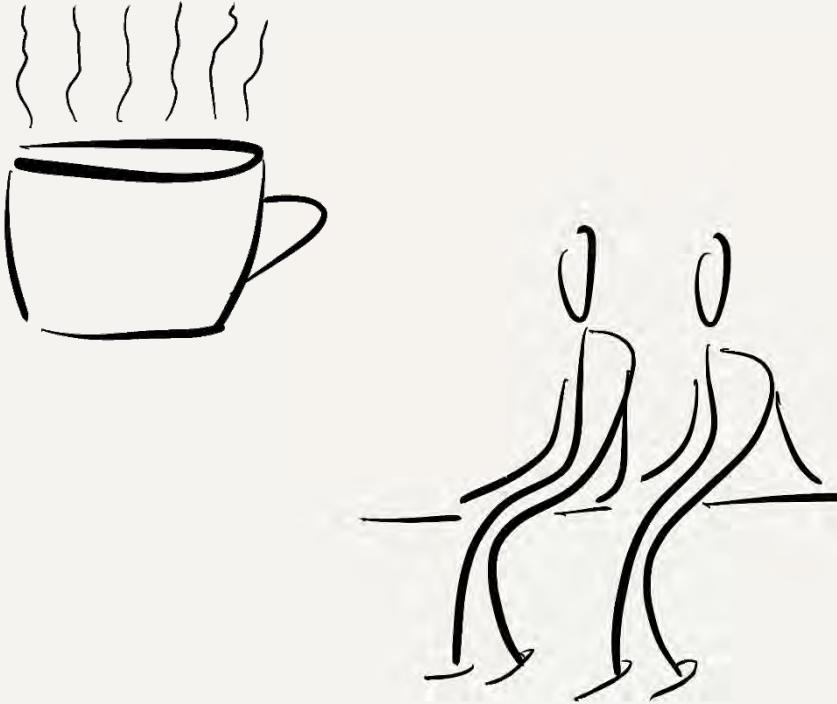
Dag Ø. Nordanger, 2021



Dag Ø. Nordanger, 2021

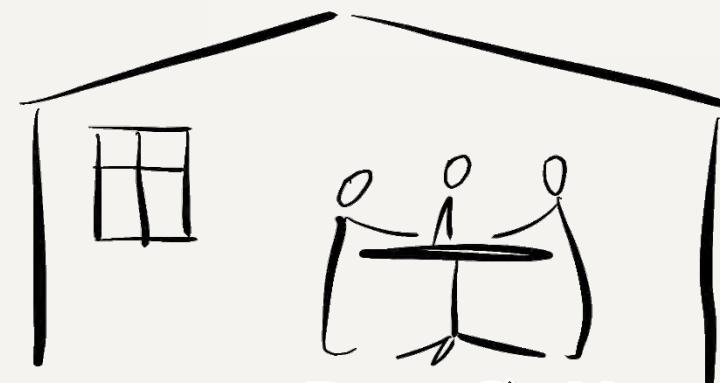
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
8-9	Musikk Tas imot av en voksen	Musikk Tas imot av en voksen	Musikk Tas imot av en voksen	Musikk Tas imot av en voksen	Musikk Tas imot av en voksen
9-10	Følges til skolen Tas imot Massasje Fikle med kalkulator Tegning	Følges til skolen Tas imot Massasje Fikle med kalkulator Tegning	Skole i skogen alene med en voksen	Følges til skolen Tas imot Massasje Fikle med kalkulator Tegning	Svømmehallen med en lærer
11-12	Lunsj alene med en voksen Børsting	Lunsj alene med en voksen Børsting	Lunsj alene med en voksen Børsting	Lunsj alene med en voksen Børsting	Lunsj alene med en voksen Børstina
12-13	Skole	Skole		Skole	Dag Ø. Nordanger, 2021
13-14	Massasje	Massasje	Massasje	Massasje	Copyright: RVTS øst

Mikroregulering



Relasjonsregulering

Makroregulering

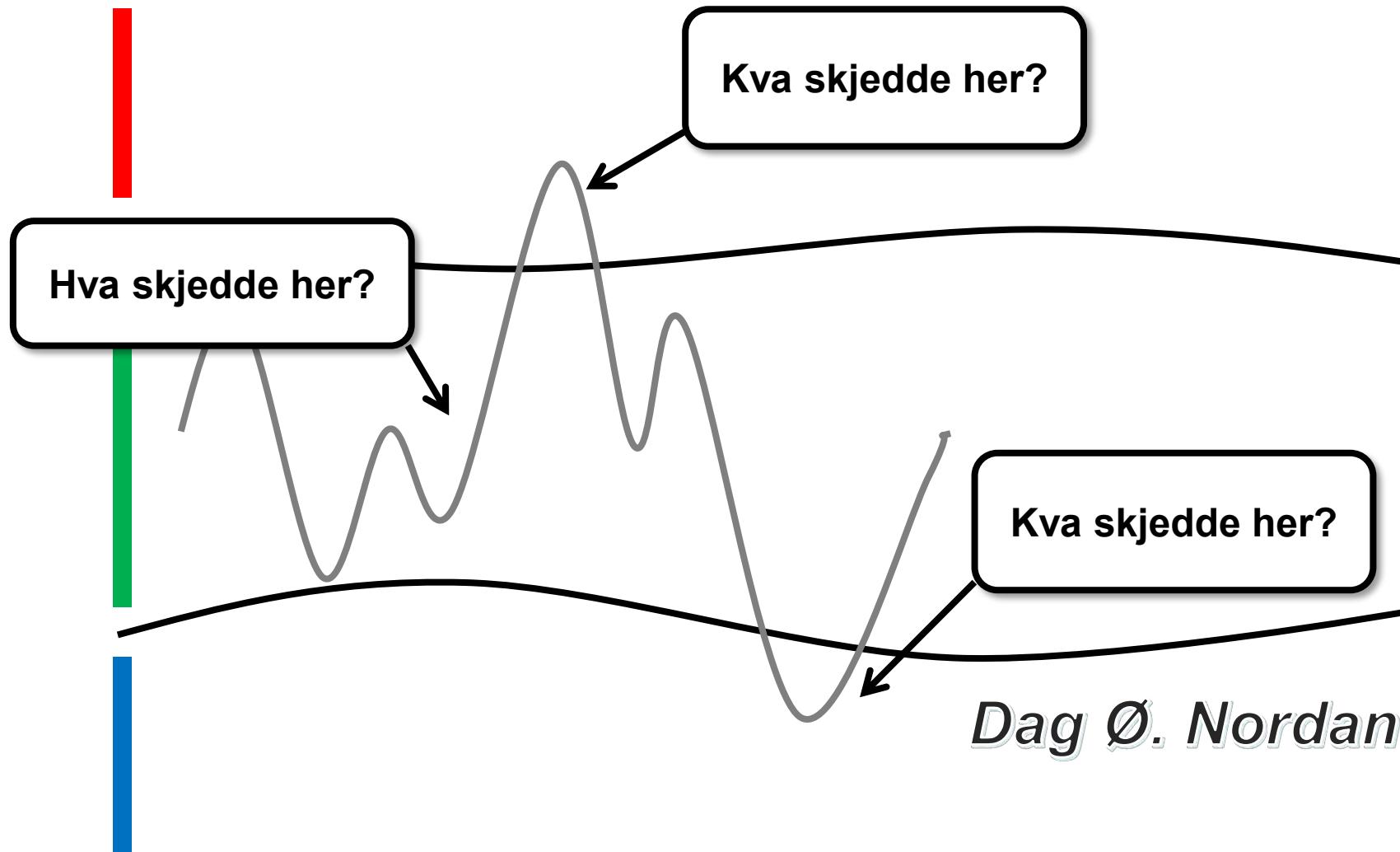


Dag Ø. Nordanger, 2021

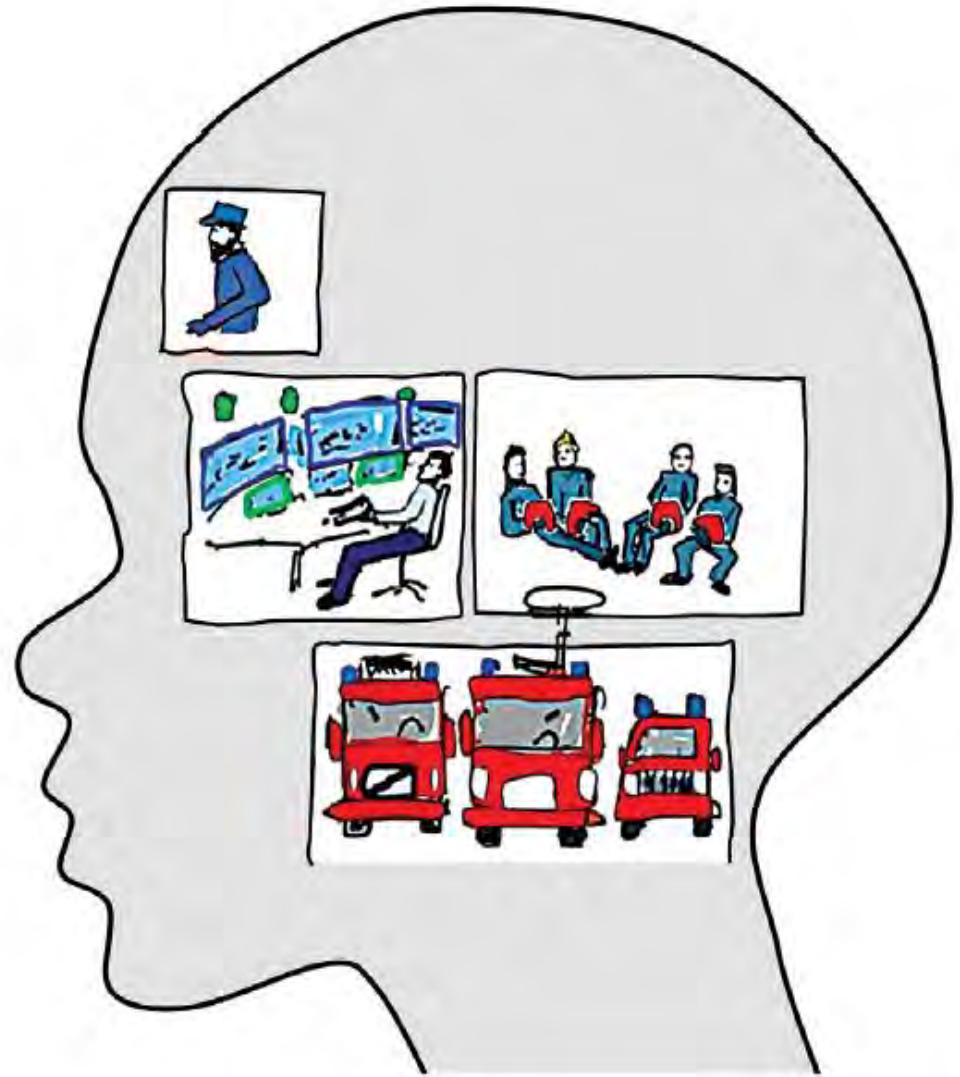
5. Vi må hjelpe de til utsatte å forstå sine egne problemer!

- I dette perspektivet er barna «survivors», deres neurobiologi har vært funksjonell, en tilpasning til en kontekst de har levd i
- Å forstå det kan motvirke negativ identitets-dannelse («jeg er bad»), det kan bidra til håp og motivasjon

Dag Ø. Nordanger, 2021



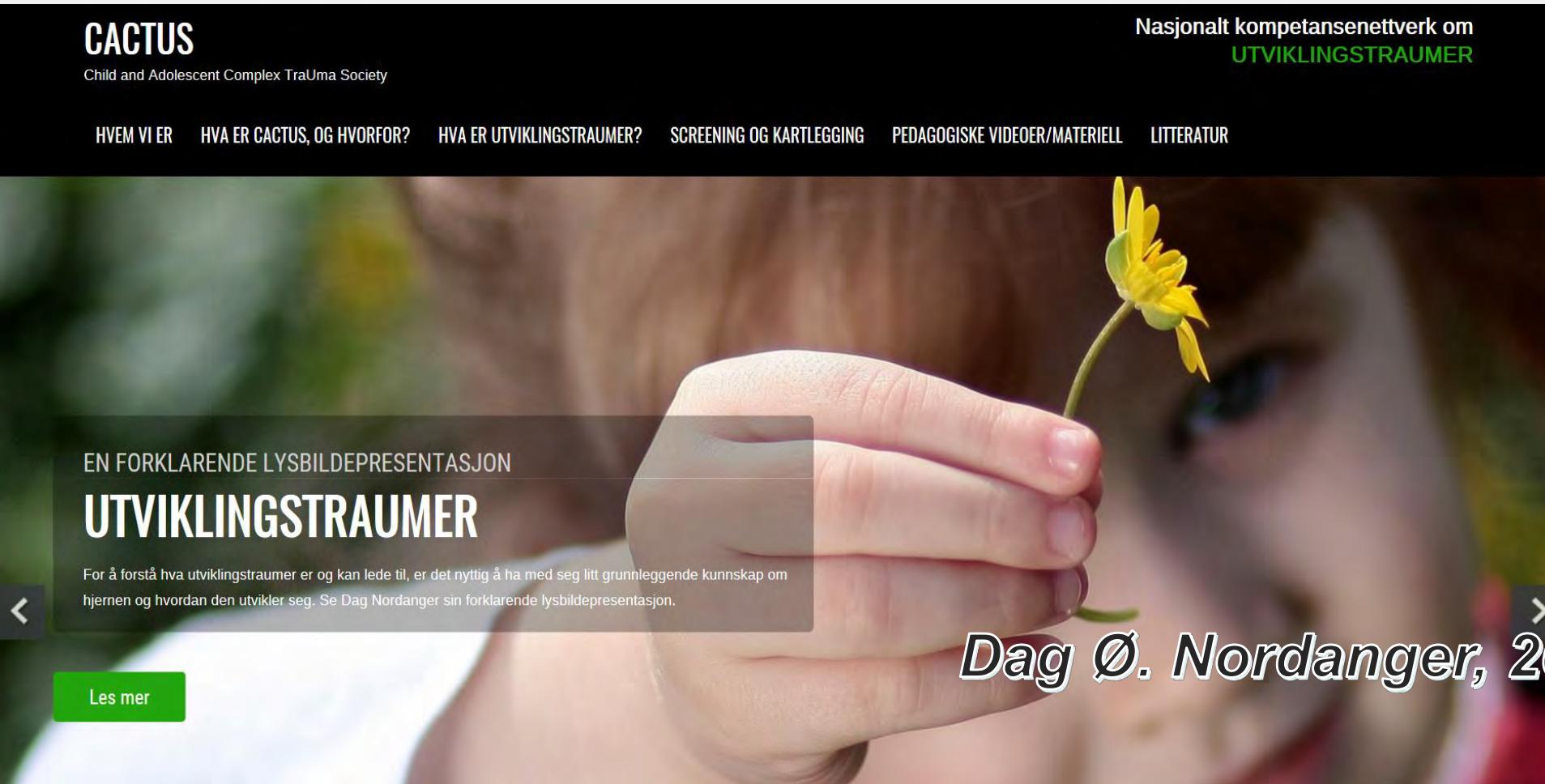
Dag Ø. Nordanger, 2021



Dag Ø. Nordanger, 2021



Dag Ø. Nordanger, 2021



CACTUS
Child and Adolescent Complex TraUma Society

Nasjonalt kompetansenettverk om
UTVIKLINGSTRAUMER

HVEM VI ER HVA ER CACTUS, OG HVORFOR? HVA ER UTVIKLINGSTRAUMER? SCREENING OG KARTLEGGING PEDAGOGISKE VIDEOER/MATERIELL LITTERATUR

EN FORKLAREND LYSBILDEPRESENTASJON
UTVIKLINGSTRAUMER

For å forstå hva utviklingstraumer er og kan lede til, er det nyttig å ha med seg litt grunnleggende kunnskap om hjernen og hvordan den utvikler seg. Se Dag Nordanger sin forklarende lysbildepresentasjon.

Les mer

Dag Ø. Nordanger, 2021



BOKPRESENTASJON

UTVIKLINGSTRAUMER

TID: 6. september, 19:00–20:30
STED: Litteraturhuset i Bergen

FAGBOKFORLAGET