

Väck den björn som sover - Traumafokuserad behandling för barn och unga vid posttraumatisk stress

Jannes Grudin, utredare, ansvarig för program hälso- & sjukvård

Leg psykolog

Poa Samuelberg, utredare

Leg psykolog, leg psykoterapeut, specialist i klinisk psykologi

Barnafrid - nationellt kunskapscentrum om våld mot barn

Vad menar vi när vi pratar om trauma?

- Barn som utsätts för olika typer av skrämmande och farliga händelser (Finkelhor 2011)
- Kopplingen mellan tidig utsatthet och försämrad hälsa genom hela livet (Felitti, et al. 1998)
- Kopplingen mellan utsatthet och olika psykiatriska syndrom (Lewis, et al. 2019)
- Den specifika diagnosen PTSD

Posttraumatiskt stressyndrom

- Flera olika diagnoser: DSM-IV & DSM-V, PTSD & CPTSD enligt ICD
- Skillnaderna mellan diagnoserna kan utgöra ett problem för både forskning och kliniskt arbete (Kreeke, et al. 2020)
- 16 % av barn som varit med om trauma utvecklar PTSD (Alisic, et al. 2014).
- Att ha PTSD innebär att man är rädd för sina minnen
– Traumat har lett till problem med emotioner, kognition, beteenden och i många fall relationer

Hur vet vi vilken behandling vi skall satsa på?

- Reviews och metastudier
- NICE Guidelines
- ISTSS Guidelines
- SBU
- Socialstyrelsens riktlinjer
- Nationella vård och insatsprogrammen
- SF-BUP

Traumafokuserad kognitiv beteendeterapi

- TF-KBT avser en specifik behandling men används också som paraplybegrepp.
- I Sverige används även begreppet traumafokuserad KBT med exponering
- Barn: TF-KBT, Prolonged Exposure PE, Narrativ exponeringsterapi NET.
- Vuxna: TF-KBT, Prolonged Exposure PE, Narrativ exponeringsterapi NET, Cognitive Processing Therapy CPT, Cognitive therapy for PTSD.

NICE PTSD Guideline

- TF-KBT – 28 RCT – 2301 deltagare
- EMDR - 3 RCT – 165 deltagare

Vilka har inkluderats i studierna

- Barn i åldrarna 5-17
- Olika länder: USA, Sri Lanka, Kina, Irak, Nederländerna, Uganda, Australien, Tyskland, Norge, Mexiko, Thailand, Zambia, Israel
- Olika typer av trauman: Sexuella övergrepp, försummelse, tsunami, jordbävning, traumatisk sorg, tvingats att döda, sett andra dödas, familjevåld, medicinska ingrepp, våld utanför familjen, kidnappning, krig, barnsoldater, bilolyckor
- Med föräldrar, utan föräldrar, boende på institution

Vad vet vi om TF-KBT och CPTSD?

- Ingen RCT gjord
- Svåra upprepade trauman har inte exkluderats i forskning (Rhiannon, et al. 2020)
- De få studier som finns pekar mot att TF-KBT är effektivt men att barn med CPTSD har en högre nivå av problem innan behandling såväl som efter. (Sachser, et al. 2017, Ross, et al. 2020)
- Brist på forskning om alternativ

Att väcka björnen?

- Exponering verkar vara viktigt för att minska både föräldrar och barns rädsla (Deblinger, et al. 2016)
- Habituering är kanske inte nödvändig. Man kan lära sig att tolerera obehag (Craske, et al. 2012)
- Finns inga studier som tyder på att exponeringsbehandling skulle vara skadligt

Får barn tillgång till behandling?

- Inga svenska studier
- Tillgången verkar variera stort över landet
- Internationell forskning visar på ett stort behandlingsgap (Lewis, et al. 2019)
- Brist på träning, kunskap och självförtroende hos behandlare lyfts fram som en orsak till att evidensbaserad metoder inte implementeras (Finch, et al. 2020)
- Hur många barn i region Skåne är i behov av behandling?

Vad är TF-KBT?

Evidensbaserad behandling till barn är flexibel och anpassningsbar. TF-KBT innefattar:

- Traumasensitiva interventioner
- Kognitivt beteendemässiga principer
- Anknytningsteori
- Utvecklingsneurobiologi
- Familjeterapi
- Empowerment-terapi
- Humanistisk terapi



För vilka passar TF-KBT?

- Barn exponerade för potentiellt traumatiserande händelser
- Barn med symptom
- Eventuellt kompletterande interventioner
- Vårdnadshavares involvering optimal



För vilka passar TF-KBT (forts)?

- Behandlingssetting: klinik, skola, SIS, hemma, avdelning
- TF-KBT passar för följande grupper:
 - Barn i familjehem
 - Barn som exponerats för kroniska trauman
 - Barn i åldern 3-18 år
 - Barn med autismspektrum, högre funktionsnivå
 - Barn från flera olika kulturella bakgrunder
 - Även svåra erfarenheter (Bass 2013)

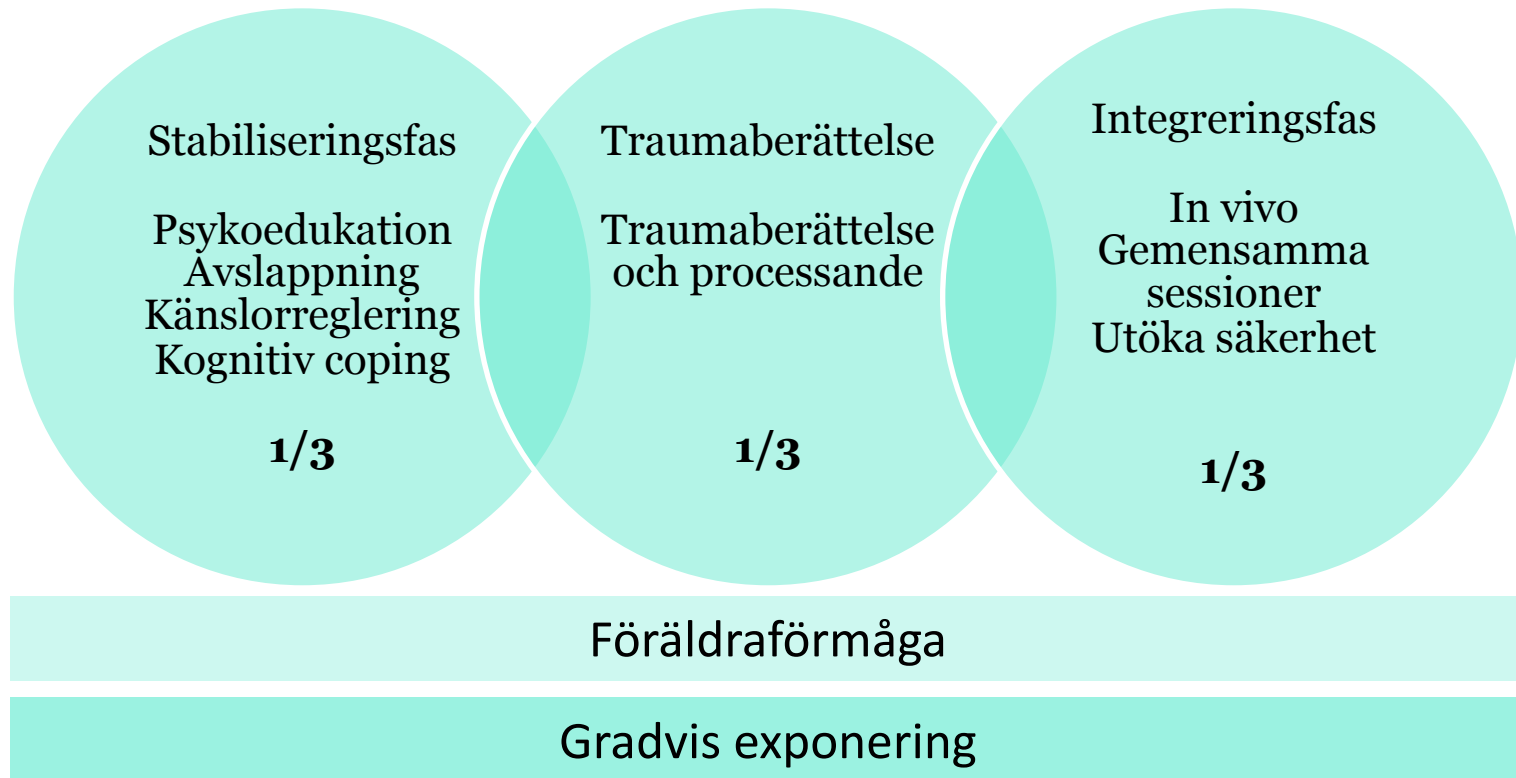
Barn- och föräldrakomponenter

- Viktig förutsättning - en behandling för familjer
- Individuella sessioner för barn resp omsorgsperson
- Föräldrasessioner - vanligen parallella med barnsessioner
- Samma behandlare
- Tid 60-90 min 1g/v
- Behandlingslängd 8- 25 gånger



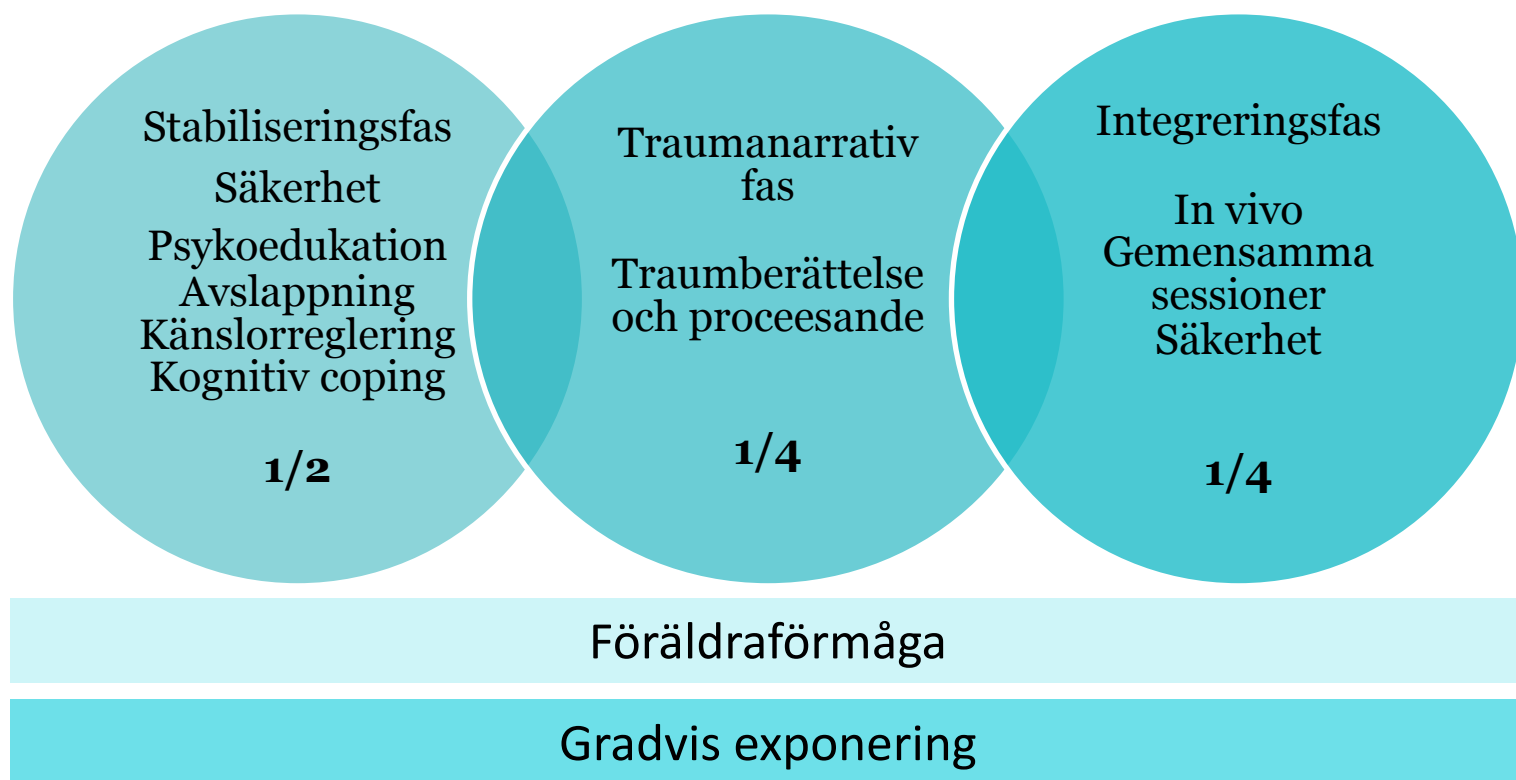
TF-KBT tidsplan

Tid: 8-16 sessioner



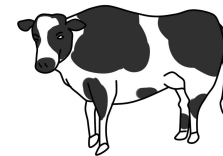
TF-KBT planering – komplext trauma

Tid: 16-25 sessioner



Kritiska delar vid TF-KBT

- Ordning på komponenterna, proportion och balans
- Gradvis exponering i de färdighetsbaserade komponenterna
- Beteendeinterventioner med omsorgsperson
- Flexibilitet vs följsamhet
- Låt inte dina COW:s få dig av banan
- Bygg på barnets kunskap, talanger och intressen
- Behandlingen måste vara rolig

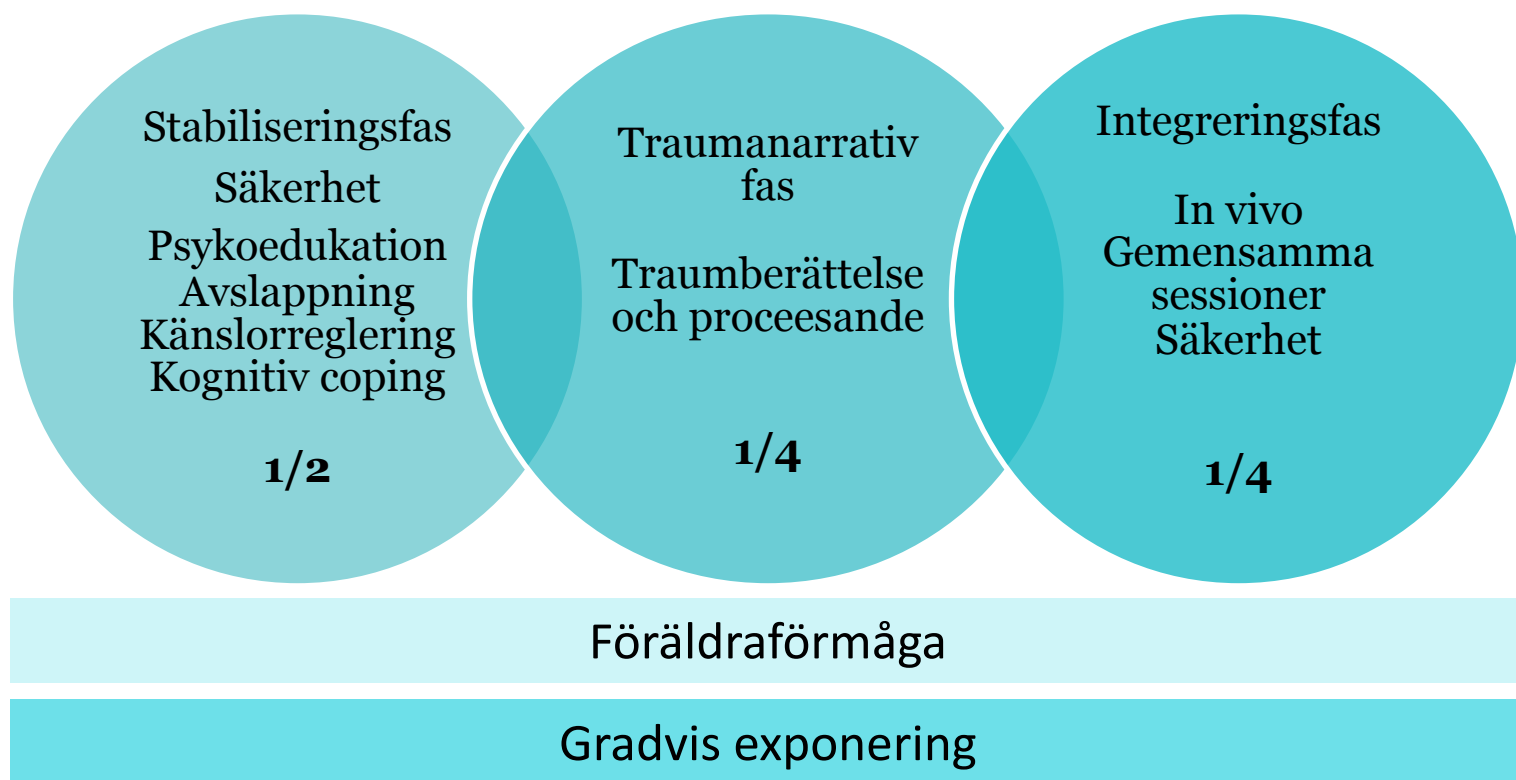


Information till familjen om TF-KBT och PTSD

- Normalisera utsatthet för trauma
"Du är inte ensam/inte den enda"
- Förklara, normalisera, validera PTSD & undvikande
"Du är inte galen"
- Förklara barns ansvar för trauma och coping
"Det är inte ditt fel, du gjorde det bästa du kunde"
- Informera om TF-KBT innehåll, utred förväntningar
"Det finns hopp, vi kan erbjuda behandling som fungerar"

TF-KBT planering – komplext trauma

Tid: 16-25 sessioner



Behandlingsresultat och sammanfattning

Uppfyller inte längre
diagnos PTSD

Inget sexuellt
utagerande beteende

ADHD, AST

Familjekommunikation

Emotionellt stöd och
föräldrafärdigheter

Stöd i sociala relationer

"Jag har ju jobbat med det som hände och jag är inte lika rädd som förut för att prata om övergreppen. Jag har kommit jättelångt upp på berget och vet att det som hände mig förut inte händer nu.



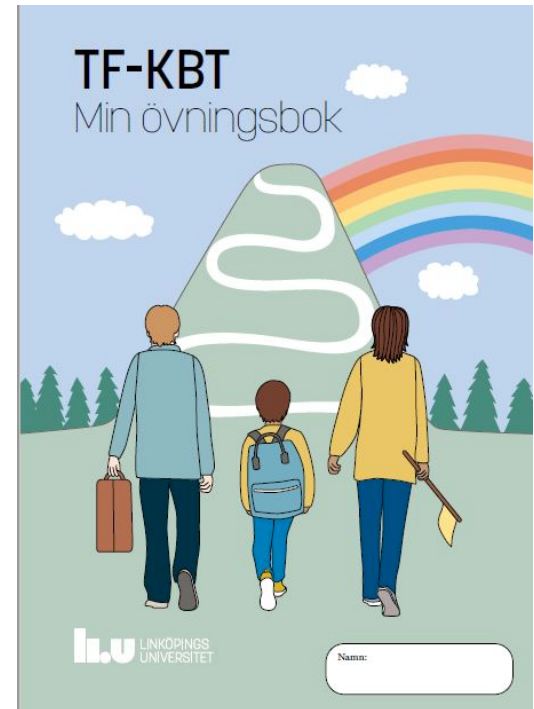
Jag har lärt mig att inte vara rädd för mina tankar och saker jag inte behöver vara rädd för. Jag vill ringa till alla och säga att jag har besegrat min rädsla!

Det tråkigaste på BUP var att tjata om samma sak om och om igen. Det roligaste var att spela bandy och valfri aktivitet. Jag kommer att komma ihåg allt jag har lärt mig."

Metodstöd och resurser

- TF-KBT Toolbox (april 2021!)
- TF-KBT övningsbok
 - för barn, för omsorgspersoner
- Uppdragsutbildning TF-KBT 7,5p
- Webbutbildning

www.musc.edu/tfcbt.org



jannes.grudin@liu.se
poa.samuelberg@liu.se

www.barnafrid.se