



[Fin](#)

[Sve](#)

[Eng](#)

**Sensitiivisyysmalli
juridiikan ammattilaisille**



 Valitse sivu

Traumatisoituminen —

Traumatisoituminen

Traumatisoitunut uhri tai todistaja saattaa toimia eri tavalla kuin tavallisesti. Oikea tieto psyykkisestä traumasta ja sen vaikutuksista auttaa ymmärtämään traumatisoitunutta henkilöä ja helpottaa työskentelyä hänen kanssaan.

Ketkä voivat traumatisoitua?

Kaikki henkilöt, jotka ovat kokeneet voimakkaan, yllättävän ja kärsimystä tuottavan tilanteen. Joutuminen rikoksen tai onnettomuuden uhriksi tai silminnäkijäksi voi traumatisoida ihmisen.

Mitä traumaattinen kriisi tarkoittaa?

Traumaattinen kriisi on voimakas fyysinen ja psyykinen stressitila, jonka seurauksena ihminen toimii eri tavalla kuin hän muutoin toimisi.

Toimintakyky

Uhkatilanteessa ihminen toimii vaistonvaraisesti. Autonominen hermosto käynnistää puolustusmekanismit: taistelun tai pakenemisen. Jos uhka on liian suuri, ihminen lamaantuu. Puolustusreaktioiden tarkoituksena on varmistaa hengissä pysyminen, ja niihin ei voi vaikuttaa tahdonalaisesti. Hermosto päättelee silmänräpäyksessä, miten ihmisen on parasta toimia eloonjäämisen kannalta.

Muisti

Tavallisesti asiat tallentuvat muistiin siten, että niistä on mahdollista muodostaa looginen kertomus. Traumaattisessa tilanteessa muistiin tallentuvat kuitenkin hengen säilyttämisen kannalta tärkeät asiat. Niitä on vaikea tavoittaa tietoisesti ja pukea sanoiksi. Traumasta kärsivän henkilön voi olla vaikea muodostaa yhtenäistä kertomusta tapahtuneesta.

Tunteet

Rikoksen uhri tuntee usein syyllisyyttä ja häpeää. Syyllisyydentunne toimii suojana täydelliselle avuttomuuden tunteelle. Uhrin pitäisi hyväksyä ajatus, että hänelle voi tapahtua pahoja asioita, eikä hän voi vaikuttaa niihin.

Ikäkaudet

Traumaattinen kokemus vaikuttaa eri tavoin eri ikäkausina. Erityisesti lapsena tai nuorena koettu hoitamaton trauma voi vaikeuttaa kasvua ja kehitystä monin tavoin.

Yksilöllinen vaikutus

Trauman vaikutukset ovat yksilöllisiä. Yksittäisen trauman vaikutukset ovat erilaisia kuin pitkään jatkuneen traumaattisen tilanteen vaikutukset.

Hannaleena Kuukari, psykoterapeutti, Raiskauskriisikeskus Tukinainen

Heli Heinjoki, kriisi- ja traumapsykoterapeutti (et), YTM, kriisityön kehittämispäällikkö, Raiskauskriisikeskus Tukinainen

Senja-projekti 2009-2011, Raiskauskriisikeskus Tukinainen, Tukinainen ry, rahoittajana Raha-automaattiyhdistys ry

Ohjeita +
