

# Πώς το τραύμα επηρεάζει τα παιδιά και τα νέα άτομα



Αυτό το βιβλιαράκι απευθύνεται σε άτομα που  
φροντίζουν και επαγγελματίες πρώτης γραμμής.

*Priya Patel and Panos Vostanis*



World Awareness for Children in Trauma (WACIT)



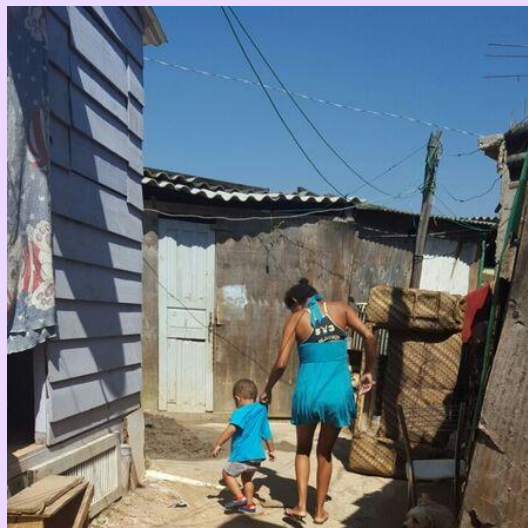
*Μετάφραση: Παπαγεωργίου Ματίνα*

# Τι είναι το τραύμα;

Το ψυχολογικό τραύμα προκαλείται από την έκθεση σε αρνητικά γεγονότα και μπορεί να θεωρηθεί παρόμοιο με τον πόνο που προκαλείται από μια σωματική πληγή.

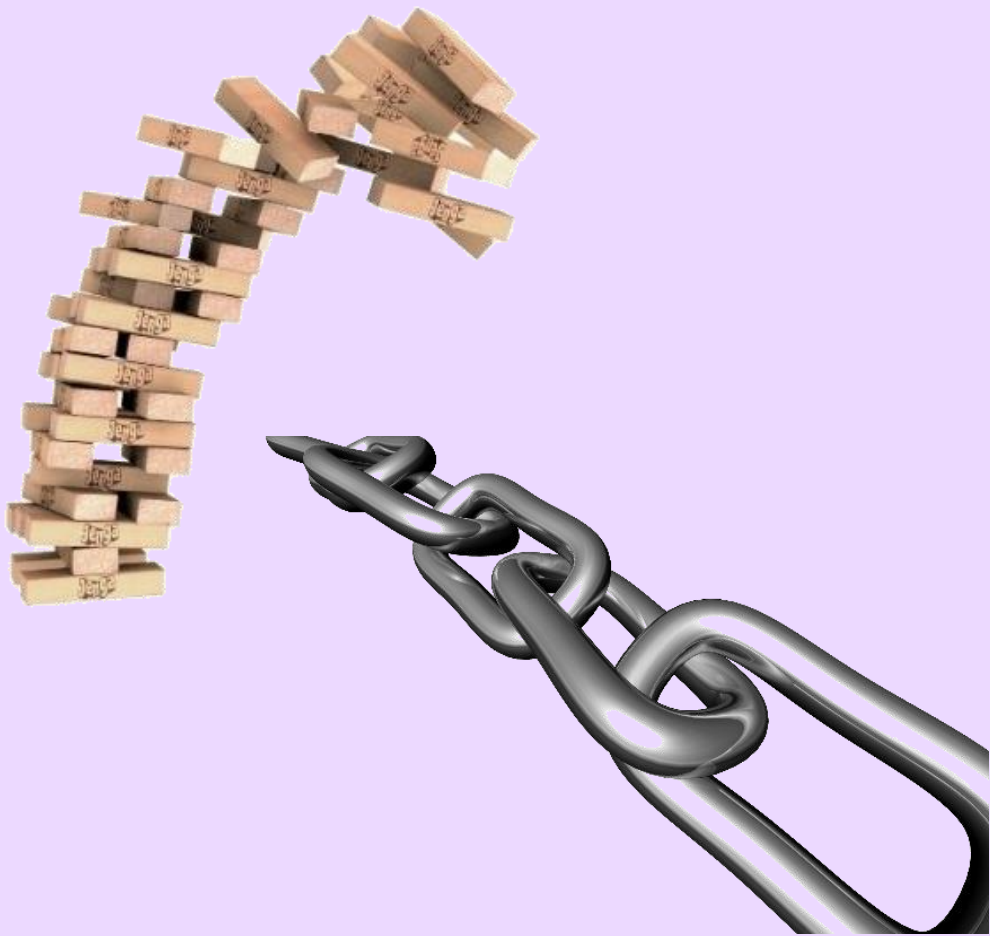
Το σύνθετο τραύμα οφείλεται στην επαναλαμβανόμενη έκθεση σε τραυματικά γεγονότα όπως:

- Πόλεμος
- Φυσικές καταστροφές
- Κακοποίηση (σωματική, σεξουαλική, συναισθηματική)
- Ενδοοικογενειακή βία
- Ασθένεια, θάνατος αγαπημένων ατόμων ή άλλη απώλεια
- Σωματικά τραύματα



## Τραυματικά γεγονότα...

- Είναι συχνά αλληλένδετα (για παράδειγμα παιδική κακοποίηση και ενδοοικογενειακή βία)
- Μπορεί να έχουν συσσωρευτικό χαρακτήρα (προστίθενται)
- Συνήθως οι αντιδράσεις έχουν σχέση με τη δόση (είναι ανάλογες της σοβαρότητας και της εγγύτητας του συμβάντος)
- Είναι πιο πιθανό να συμβούν σε συνδυασμό με άλλους παράγοντες κινδύνου και άλλες αντιξοότητες



# Πώς επηρεάζει το τραύμα τα παιδιά;

Παιδιά που έχουν βιώσει τραυματικές εμπειρίες μπορεί να εκδηλώσουν τα εξής:

- Καθυστερημένη ανάπτυξη
- Δυσκολία ρύθμισης των συναισθημάτων τους
- Δυσκολία κατανόησης των συναισθημάτων των άλλων ανθρώπων
- Έντονα συναισθήματα ντροπής και οργής
- Συμπεριφορικές και νευρολογικές αλλαγές
- Προβλήματα ψυχικής υγείας

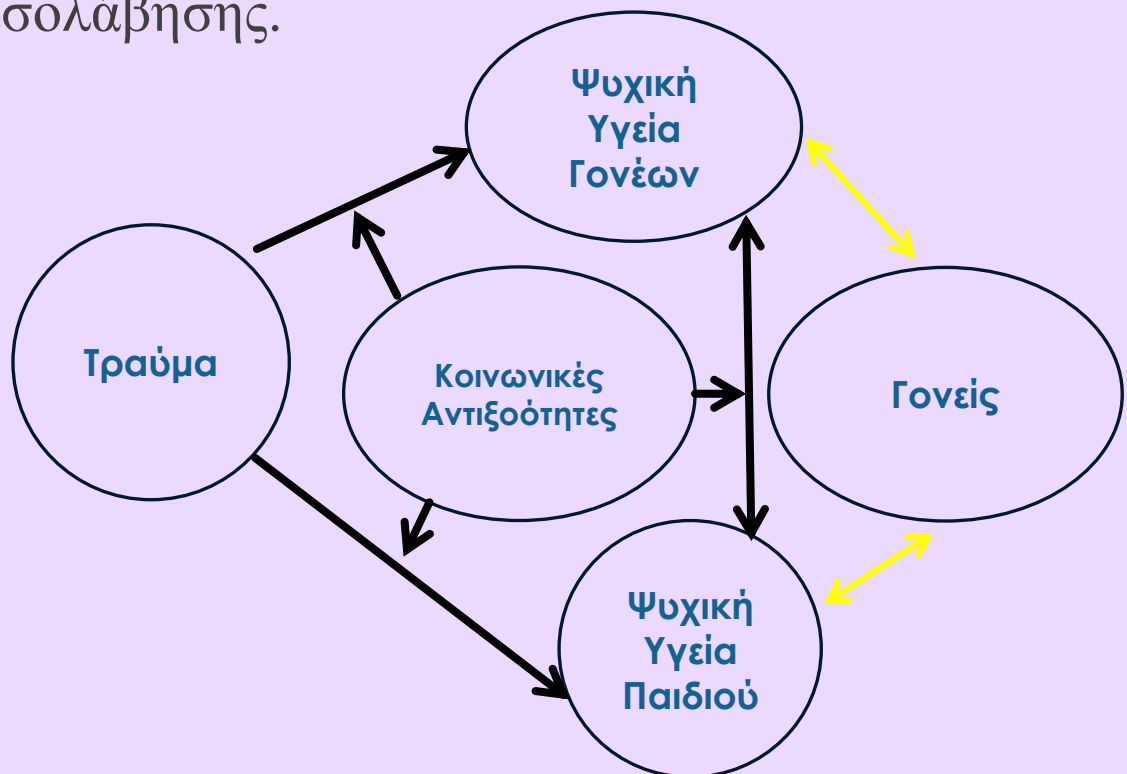


# Επιδράσεις του τραύματος

Το παρακάτω διάγραμμα δείχνει τις **πολλαπλές αλληλεπιδράσεις** που εμπλέκονται, όπως:

- Πώς το τραύμα επηρεάζει αρνητικά την ψυχική υγεία των παιδιών και των γονέων
- Πώς οι κοινωνικές αντιξοότητες (π.χ. ανεργία, κακή στέγαση, ανθυγιεινό περιβάλλον διαβίωσης) μπορούν να μεσολαβήσουν σε αυτήν την αρνητική σχέση

Επίσης υπογραμμίζει πόσο σημαντική είναι η **ικανότητα των γονέων** ως βασικός παράγοντας διαμεσολάβησης.





# Παράγοντες Κινδύνου (Ευαλωτότητα)

Οι παράγοντες κινδύνου αυξάνουν την πιθανότητα ανάπτυξης προβλημάτων ψυχικής υγείας στα παιδιά μελλοντικά:

- Φτώχεια
- Κοινωνικός αποκλεισμός
- Έκθεση στην βία
- Σωματική, σεξουαλική και συναισθηματική κακοποίηση
- Έλλειψη οικογένειας και κοινωνικής υποστήριξης
- Ψυχική ασθένεια γονέων, κατάχρηση ναρκωτικών ή αλκοόλ



## Προστατευτικοί Παράγοντες (Ανθεκτικότητα)

Οι παράγοντες ανθεκτικότητας βοηθούν τα παιδιά να αντιμετωπίζουν τις αντιξοότητες και να μεγιστοποιούν την ανάπτυξη και τις δυνατότητές τους:

- Ασφαλείς σχέσεις με τα άτομα που φροντίζουν
- Στενές σχέσεις (με την οικογένεια, τους φίλους και την κοινότητα)
- Εκπαιδευτικά επιτεύγματα



- Στρατηγικές αντιμετώπισης
- Πρόσβαση σε φιλικές προς τα παιδιά υποστηρικτικές υπηρεσίες



# Πλαίσιο Ανθεκτικότητας

Ανθεκτικότητα είναι η ικανότητα θετικής ανταπόκρισης σε διάφορες τραυματικές ή ψυχοπιεστικές καταστάσεις.

- Στο μοντέλο οικολογικών συστημάτων που παρουσιάζεται παρακάτω, κάθε επίπεδο παρέχει την ευκαιρία για ενίσχυση της ανθεκτικότητας
- Τα επίπεδα αλληλεπιδρούν μεταξύ τους με μια δυναμική διαδικασία
- Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό να εντοπίζονται παράγοντες ανθεκτικότητας σε κάθε επίπεδο



# Εφαρμογή του Πλαισίου Ανθεκτικότητας

Για παράδειγμα:

Επίπεδο	Πιθανοί Παράγοντες Ανθεκτικότητας
Παιδί	Ιδιοσυγκρασία, στρατηγικές προσαρμογής, πνευματικότητα, πίστη, αυτοεκτίμηση
Οικογένεια	Σταθερότητα, ασφαλείς σχέσεις δεσμού, θετική και σταθερή γονική φροντίδα
Σχολείο/ Κοινότητα	Επιτεύγματα και φιλικές σχέσεις
Υπηρεσίες/ Κοινότητα	Δίκτυα ασφάλειας και υποστήριξης

# Άσκηση!

Σκεφτείτε μία από αυτές τις περίπλοκες περιπτώσεις παρακάτω και εξετάστε τους παράγοντες αντοχής σε κάθε επίπεδο:

1. Παιδί έξι ετών, εκτεθειμένο στην ενδοοικογενειακή βία, υποσιτισμένο, δεν πηγαίνει στο σχολείο, έχει τέσσερα αδέρφια, άνεργους γονείς, που ζουν σε μια φτωχογειτονιά, το παιδί γίνεται επιθετικό σε άλλα παιδιά και ενήλικες.

2. Παιδί ηλικίας 13 ετών σε πλαίσιο φροντίδας, ιστορικό σωματικής κακοποίησης και παραμέλησης, μαθησιακές δυσκολίες, κοινωνική απομόνωση χωρίς φίλους

# Κοινά εμπόδια για την παροχή βοήθειας στα ευάλωτα παιδιά

- Έλλειψη επαρκούς υποστήριξης και υπηρεσιών
- Περιορισμένος αριθμός επαγγελματιών με τις κατάλληλες δεξιότητες
- Έλλειψη αρκετών πόρων
- Έλλειψη επικοινωνίας μεταξύ των οργανισμών
- Έλλειψη υποστηρικτικής πολιτικής και νομοθεσίας



- *‘Τα χρήματα που προσφέρουν οι άνθρωποι δεν επαρκούν για να ανοίξουν αυτά τα μέρη’*
- *‘Πολλές φορές η συμβουλευτική γίνεται από τους δασκάλους, όχι από επαγγελματίες συμβούλους ... μερικές φορές δεν έχουμε επαρκή εμπειρία σε αυτό. Έτσι υπάρχουν, πράγματα που μπορεί να υποθέτουμε ή υπάρχουν πράγματα που μπορεί να κάνουμε με λάθος τρόπο’*

Λόγια παιδιών από την Κένυα, δασκάλων, γονέων και επαγγελματιών που έδωσαν συνέντευξη για τις ανάγκες ψυχικής υγείας των παιδιών (Getanda, Vostanis & O'Reilly, 2017)



# Κοινωνικά εμπόδια

Το στίγμα και η έλλειψη κατανόησης μπορούν επίσης να μειώσουν την επιθυμία των παιδιών να δεχτούν βοήθεια.

- *‘Δεν είμαι ένα πρόβλημα ψυχικής υγείας’*
- *‘Σου κάνουν μια ένεση και σε στέλνουν στο νοσοκομείο για τρελούς’*
- *‘Δεν θέλουν, δεν θέλουν να μοιραστούν, γιατί ίσως φοβούνται, εάν μιλήσω σε αυτό το άτομο και σ’ αυτό και σ’ αυτό, τι θα σκεφτεί για μένα; Μπορεί αυτό να είναι, δεν τους αρέσει, μπορεί να τους κοροϊδέψετε.’*



Λόγια ασυνόδευτων μεταναστών εφήβων που υποστηρίζονται από τις υπηρεσίες ψυχικής υγείας του Ηνωμένου Βασιλείου (O'Reilly, Majumder, Karim & Vostanis, 2015)

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε το WACIT  
([www.wacit.org](http://www.wacit.org)), ή επικοινωνήστε με τον  
Καθ. Πάνος Βοστάνης ([pn11@le.ac.uk](mailto:pn11@le.ac.uk))

© University of Leicester



World Awareness for Children in Trauma (WACIT)