

Iceland  
Liechtenstein  
Norway grants



PÄRNU NAISTE VARJUPAIK



NTTK

Vägivallast on  
väljapääs!

ühendus  
vägivallavaba  
elu kaitseks



# LAPS LÄHISUHTEVÄGIVALLAS- TUNNISTAJA VÕI OHVER?

---

Rakvere, 10.02.2022

**“Keegi ei suuda mulle nii palju haiget teha, kui mu vanemad, sest nemad on mulle kõige kallimad”**

8.aastane Kelly

# Lapsed perevägivallas I

- kui lastega paaridel esineb lähisuhtevägivalda, mõjutab see alati ka peres olevaid lapsi, isegi kui vägivald ei ole suunatud otseselt lapse vastu
- lapsed pole mõjutatud ainult otseselt kuritarvitamise pealt nägemisest, vaid ka sellest, et elavad keskkonnas, kus nende lähedast inimest kuritarvitatakse
- “unustatud ohvrid”

# Lapsed perevägivallas II

- pideva stressi ootuses areneb lapsel välja ellujäämisoskus- teada igal hetkel, kui lähedal on vägivallategu ning millises emotsionaalses seisundis on ohvrist lapsevanem- selle peale läheb lapsel kogu jõud, mis on vajalik enda kasvamiseks ja organite arenguks
- tekib lojaalsuskonflikt, mis tekitab süütunde. Laps ei suuda või omab suuri raskusi lähedaste suhete loomisel. Kõik, mis on tunnetega seotud tekitab frustratsiooni ning väljapääsuks on tunnete vältimine
- laps kaotab usalduse lähedaste vastu, millega koos kaotab turvatunde ja usalduse maailma suhtes

# Lapsed perevägivallas III

- füüsilised haigused on psüühikaga seotud- ebaturvalise keskkonnaga seoses avalduvad lastel sageli kroonilised haigused (reuma, astma, liigesehaigused)
- psüühilised haigused hilisemas eas- isiksusehäire, depressioon, skisofreenia, toitumishäired jm. Vägivald kodus on traumaatiline, mis võib põhjustada PTSH (usaldatud isik, kes paneb vägivaldse teo toime ning ohvriks on lähedane isik, vägivalda kogev lähedane ei suuda pakkuda turvatunnet oma seisundi tõttu, laps ei suuda mõelda endast kui armastusväärsest isikust)
- mida noorem on laps ja mida kauem on trauma kestnud, seda suurem kahjustus

# I ja II tüübi trauma

---

I tüübi trauma: ühekordne traumeeriv elusündmus.

II tüübi trauma: tavaliselt varases lapseeas algavad korduvad traumeerivad sündmused; füüsiline ja/või seksuaalne väärkohtlemine, emotsionaalne hülgamine, vägivalla pealt nägemine, pikaajalised sõjakogemused, põgenikuelu, poliitvangide vaimne survestamine ja ajupesu.

# Vägivalla mõju lapse arengule

- traumal on väga suur mõju lapse aju normaalsele arengule, aju keemiale ja närvisüsteemile
- väheneb mälu, tähelepanu- ja keskendumisvõime ning tunnete reguleerimisvõime
- aktiivsuse- ja tähelepanuhäire, valediagnoosimine?

# Perevägivalla mõju väikelastele

- väikelapsed võivad vägivalla mõjul muutuda passiivseks, vaikseks, kergesti ärevaks
- hirmunuks, eriti lahku minekul ja uutes situatsioonides
- muutuda vastuoluliseks, segaste tunnetega usalduse otsimise ja pettumuse vahel
- regresseeruda beebilalina, voodimärgamise ja sagedase hädise nutuni
- kannatada hirmuunenägude ja agressioonipursete käes



# Perevägivalla mõju kooliealistele lastele

- kooliealised lapsed võivad vägivalla mõjul muutuda agressiivseteks, hirmunuteks ja/või vaikseteks
- hakkavad vältima varem meeldinud tegevusi ja keskkonda
- tekivad kättemaksumõtted
- tekivad sügavad unehäired, sagedased ärkamised, hirmuunenäod, mis omakorda mõjutavad tähelepanu- ja keskendumisvõimet

# Perevägivalla mõju noorukitele

- noorukid võivad vägivalla mõjul muutuda agressiivseteks, käitumine võib muutuda ennasthävitavaks
- tekivad unehäired (maskeeruvad hilise õppimise, pidutsemise vms taha)
- alkoholi ja/või narkootikumide tarvitamine stressimaandamise eneseabis
- ohtude ala- või ülehindamine
- raskused usaldamisega
- väga suur oht uuesti ohvrirolli sattumisel, eriti kui nooruk on elanud kroonilise või komplekstrauma keskkonnas

## Võimalikud häired hilisemas elus

- isiksusehäired
- identiteediprobleemid
- depressiivsed seisundid ja enesetapukatsed
- ennast kahjustav, endassetõmbunud, agressiivne või stereotüüpne, tähenduseta käitumine sõltuvusprobleemid
- muutunud aktiivsustasandid (hüper- ja hüpoaktiivsus)
- söömishäired (anoreksia, buliimia)
- autoimmuunsed haigused (teatud ekseemid, artriit, astma)

# Perevägivald seos häiretega

- häiritus versus häire?
- psüühilised häired- depressioon, ärevushäired, PTSH
- kehalise tervise häired (somaatilised kaebused- valud, millel ei ole meditsiinilist leidu)
- dissotsiatsioon- lapse organismi kaitsemehhanismina vallanduvad reaktsioonid, mis kaitsevad inimest iseenda ja teiste ebameeldivatest tunnetest, mälestustest ja tegudest teadlikuks saamise eest
- psüühilised haigused hilisemas eas- isiksusehäire, depressioon, skisofreenia, toitumishäired, PTSH
- mida noorem on laps ja mida kauem on trauma kestnud, seda suurem kahjustus

# Seisundit raskendavad asjaolud

- lähedane inimene on trauma põhjustaja
- “sõja tsoon” versus ühekordne traumeeriv sündmus
- komorbiidsus teiste häiretega
- tõenäosus ohvrirolli sattumisel suureneb

---

**Komplekstrauma** on laste kahjustus mitmete traumeerivate sündmuste poolt, millel on laiaulatuslik ja pikaajaline mõju emotsionaalsetele, käitumuslikele, sotsiaalsetele ja kognitiivsetele aspektidele, samuti enesekindlusele ja stressiga toimetuleku võimele.

---

**Komplekstraumaga** lastele ja noorukitele on sageli iseloomulik kõrge valvsus, mis teeb raskeks keskendumise, tähelepanu hoidmise, meenutamise, meelde jätmise, info organiseerimise ja töötlemise, planeerimise ning probleemilahenduse.

---

**Komplekstrauma** kogemused algavad tavaliselt lapse- või noorukieas, on toime pandud hooldajate või teiste täiskasvanute poolt, kellelt oodatakse ohutu, ennustatava ja turvalise keskkonna pakkumist, sisaldavad väärkohtlemise korduvaid intsidente pikema ajaperioodi jooksul ning toovad selle üle elanute ellu lõhestatust ja usaldamatust.





# Traumamälu I

---

**Traumamälu** erineb inimese autobiograafilisest narratiivist, kuna see on osaliselt või täielikult dissotsieeritud ehk väljalülitatud.

Mida vähem laps või nooruk tahab sündmusi mäletada, seda rohkem need mälestused lapsi ja noorukeid alateadlikult mõjutavad.

# Traumamälu II

---

Trauma tagajärjel võib lapsel avalduda osaline amneesia või täielik amneesia.

Osalise amneesia puhul võivad traumaatilise kogemuse teatud komponendid olla dissotsieeritud ehk väljalülitatud.

Täieliku amneesia puhul võivad traumaatilise kogemuse kõik komponendid olla dissotsieeritud ehk väljalülitatud.

- 
- **Dissotsiatsioon** on integratsiooni ehk lõimumise puudumine aistingute, afektide, mõtete, tegevuste jt psühhobioloogiliste süsteemide ja funktsioonide vahel.
  - Dissotsiatiivsel lapsel või noorukil puudub võime siduda kujutlust endast, maailmast ja iseendast maailmas ning puudulikkus luua seos omaenda erinevate isiksuste vahel.

- 
- Dissotsiatsiooni nimetatakse ka väljalülitumiseks, eraldumiseks ning seda iseloomustab šokk, eitus ja ebareaalsuse tunne.
  - Normaalne dissotsiatsioon võib avalduda lühiajaliste tähelepanematustena.
  - Igapäevaelu funktsioneeriv osa võib automaatspiloodil tehtud saada dissotsiatsioonis.

## NEUROBIOLOOGILISED REAKTSIOONID

- emotsioone ei saa paigutada aju ratsionaalselt tegutsevasse osasse ja kaitsemehhanismina tekib dissotsiatsioon- väljalülitumine, eraldumine situatsioonist ja maailmast
- dissotsiatsioon on aju kaitse reaktsioon
- inimese mandeltuumadel on esmane roll emotsionaalsete sündmustega seotud emotsioonide, mälestuste tekkimisel ja säilimisel ning hirmu ja naudingute, aga ka vägivaldse käitumise tekkimisel
- mandeltuumade arengu, liigse aktiivsuse, kurnatuse, tasakaalu häirimise ja/või funktsioonide häirimisega seostatakse depressiooni, autismi, posttraumaatilist stressi ja erinevaid foobiaid
- hirm!
- eitus (depersonalisatsioon)
- ebareaalsus (derealisatsioon)

# Lapse ja nooruki PTSH

- PTSH seos perevägivallaga
- lähedane inimene on trauma põhjustaja
- ema PTSH
- “sõja tsoon” versus ühekordne traumeeriv sündmus
- komorbiidsus teiste häiretega (depressioon, ärevushäire, separatsiooniärevus, tähelepanuhäire, agressiivsus)

# Lapse ja nooruki PTSH

## PTSH sümptomid

- korduvad mõtted ja kujutluspildid sündmustest
- õudusunenäod
- ootamatud mälopildid
- püüe vältida traumaga seotud sündmusi
- emotsionaalne tuimus
- huvi kadumine varem meeldinud tegevuste vastu
- uinumisraskused, tähelepanuraskused, ärevus
- mure vägivaldse vanema pärast

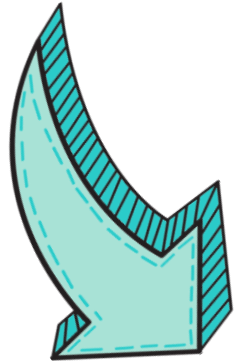


# Dissotsiatsioon

Integratsiooni puudumine:

- aistingute, afektide, mõtete, tegevuste jt psühhobioloogiliste süsteemide ja funktsioonide vahel
- erinevate kujutluste vahel endast, maailmast ja iseendast maailmas
- erinevate isiksuse osade vahel

**MIS SUL VIGA ON?**



**MIS SINUGA ON JUHTUNUD?**

# Väärkoheldud laps vajab:

---

**KONTROLLITUNNET**

**TURVALIST  
KESKKONDA**

**KINDLAID PIIRE**

**STABIILSET  
ELUKORRALDUST**

**TURVALIST  
TÄISKASVANUT**

**HINNANGUVABA  
SUHTUMIST**

# Soovitan kirjandust

---

- P. J. Shiromani, T. M. Keane, J. E. LeDoux “Post-Traumatic Stress Disorder”
- H. Kennerley “Võit lapsepõlvetraumade üle”
- Niels Peter Rygaard “Kiindumushäirega laps”
- Bruce D. Perry “Poiss, keda kasvatati nagu koera”

Küsimuste korral:

---

[mariana.saksniit@gmail.com](mailto:mariana.saksniit@gmail.com)

+372 5133227



# Südamest tänuлик!

Iceland  
Liechtenstein  
Norway grants

  
PÄRNU NAISTE VARJUPAIK

  
NTTK  
Vägivallast on  
väljapääs!

  
ühendus  
vägivallavaba  
elu kaitseks

  
RÖTIN

*Projekti “Koolitatud spetsialistid aitavad vähendada perevägivalda Eestis” rahastatakse Euroopa Majanduspiirkonna (EMP) ja Norra perioodi 2014–2021 finantsmehhanismide programmist „Kohalik areng ja vaesuse vähendamine“ (Local Development and Poverty Reduction) ning kestab 18 kuud: 01.02.2021-31.07.2022*