



SOTAKOKEMUSTEN  
VAIKUTUKSET IHMISIIN JA  
SELVIÄMINEN NIISTÄ

Ferdinand Garoff

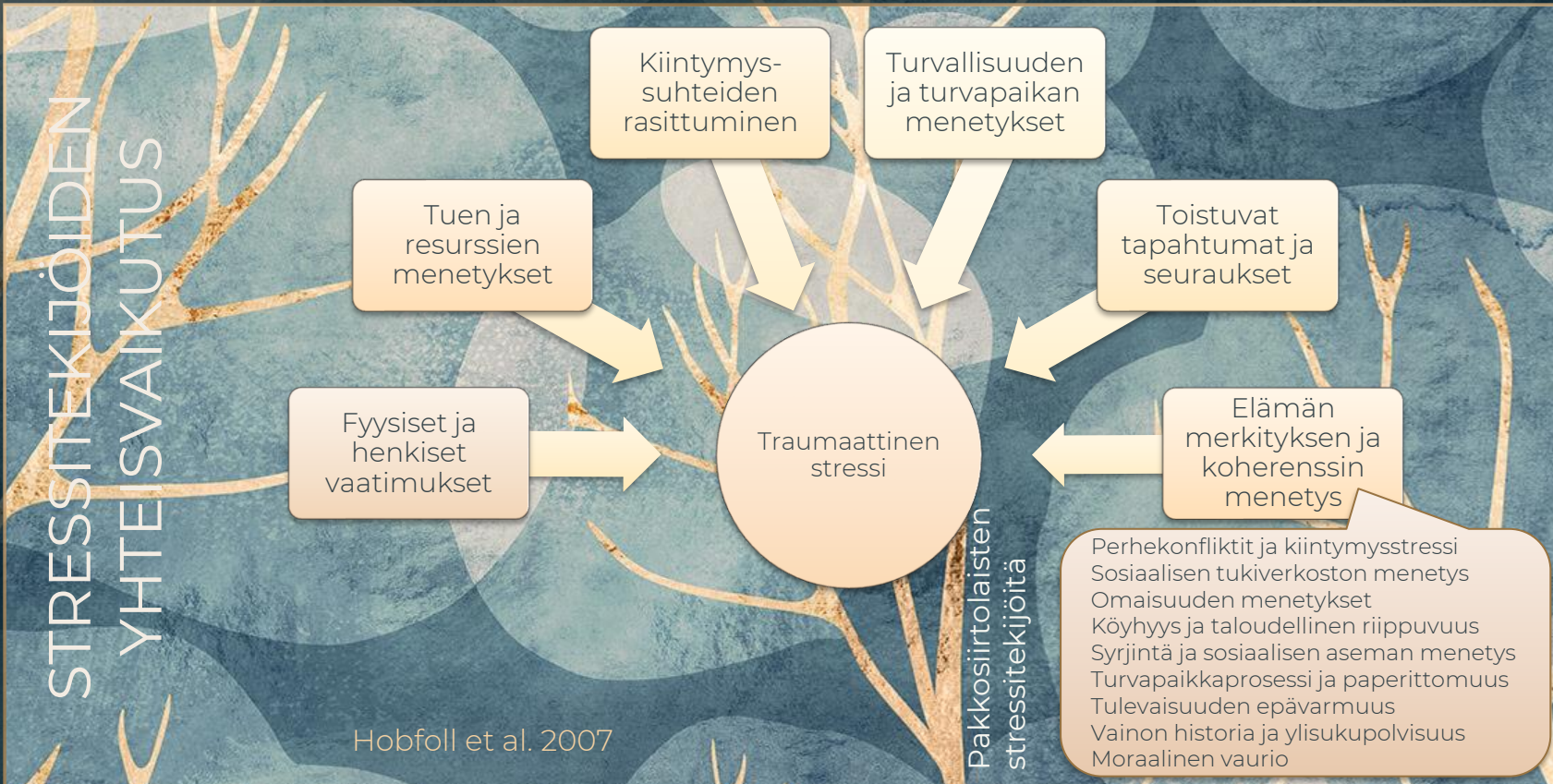
Psykologi, psykoterapeutti,  
oikeuspsykologian erikoistuminen



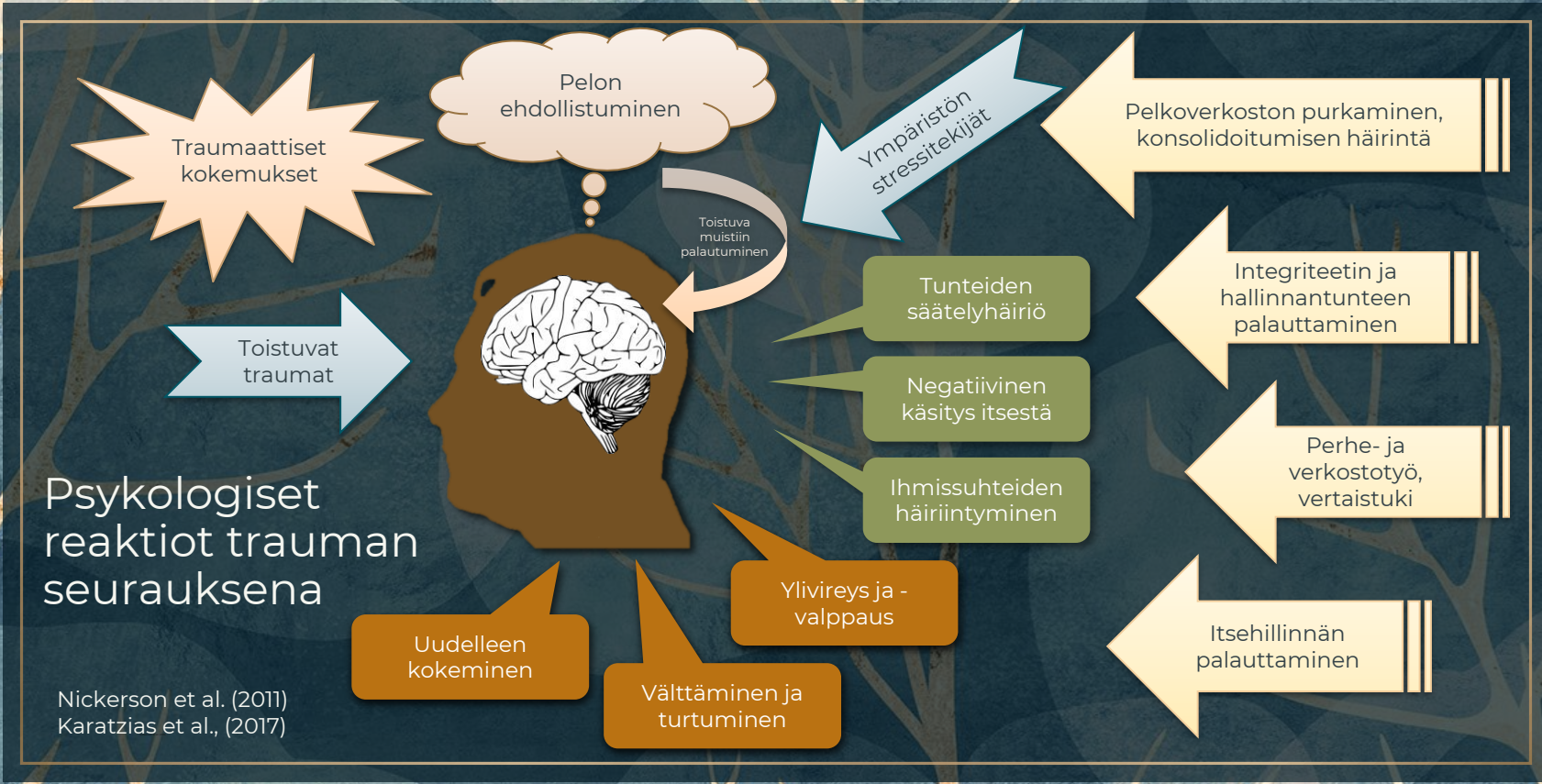
## PAKOLAISUUS, KIDUTUS JA IHMISOIKEUSLOUKKAUKSET

- Ihmisoikeusloukkauksia on raportoitu yli 150 maassa ja siviilien määrä uhrien joukossa on lisääntynyt suhteessa taistelijoihin (IFRC, 1998).
- Pakolaisten keskuudessa post-traumaattisen stressihäiriön (PTSD) ja masennuksen esiintyvyys on todettu olevan noin 30%.
- Kidutus on todettu olevan tärkein PTSDtä ennustava tekijä ja kumulatiivinen trauma tärkein masennusta ennustava tekijä (Steel, Chey, Silove, Marnane, Bryant ja van Ommeren, 2009).
- PTSDn ja masennuksen lisäksi kidutetuilla voi olla laaja kirjo muita mielenterveyshäiriöitä (Quiroga ja Jaranson, 2005).
- Sota ja kidutustrauman kokeneen ovat kuitenkin hyvin heterogeeninen joukko, joten esiintyvyys saattaa vaihdella maiden ja kulttuurien välillä (Moisander ja Edston, 2003).









Nickerson et al. (2011)  
Karatzias et al., (2017)





SOPEUTUMINEN  
JATKUVAAN STRESSIIN





## ADAPTATION AND DEVELOPMENT AFTER PERSECUTION AND TRAUMA (ADAPT) MALLI

### Periaatteet

Tapahtumia ja stressitekijöitä on useita ja niillä saattaa olla pidempi historia

Kokonaisvaikutus on otettava huomioon

Positiivinen sopeutuminen on aina mahdollista

On vältettävä "trauma determinismiä"

Toimintatavat vaihteavat ajan ja tilanteen mukaan

Sopeutumistavat (haitalliset) voivat muuttua

Muuttuva sosiaalinen tilanne näkyy hyvinvoinnissa

Sosiaalis-ekologinen uudelleen arviointi voi olla tarpeen

Toipuminen on aktiivinen prosessi

Rakenteelliset asiat voivat usein toimia toipumisen esteenä

Post-traumaattista kasvua voi tapahtua myös vaikeissa olosuhteissa

Vaste voi vaihdella yhteisön sisällä ja yksilöiden välillä (sopeutumisen tavat)

Mielenterveysoireita esiintyy aina jo ennestään

Nämä henkilöt on erityisesti huomioitava

Silove, 2013







## ESIMERKKI: HOLODOMOR UKRAINASSA

### Traumatisoivat tekijät

- 4-7 miljoona uhria
- Traumatisoituminen
- Epäoikeudenmukaisuus
- Ei keinoja vastarintaan
- Tunneilmaisun rajoittuneisuus  
Hornostai, 2012

### Psykologiset seuraukset

- Tiedon puute
- Eristäminen
- Nälänhädän vaikutukset
- Hengellisten toimintojen kieltäminen
- Keskinäisen tuen ja perinteiden kieltäminen
- Neuvostoliiton järjestelmän ja identiteetin omaksuminen  
Masliuk, 2010

### Ylisukupolviset seuraukset

- Traumataakka vaientaa
- Välttäminen ja pyrkimys unohtaa elää niiden keskuudessa, jotka eivät tiedä asioista
- Ruoasta ja syömisestä huolehtiminen
- Viranomaisten epäily ja pettymys päättäjiin
- Perheen tarpeet menevät yhteisön edelle
- Totuudellisten traumatarinoiden kertomisen merkitys  
Gorbunova et al., 2020





## SELVIITYMINEN VÄKIVALTAISESSA YMPÄRISTÖSSÄ

- Väkivalta voi olla sopeutumisen keino (myös sosiaalinen)
- Instrumentaalinen aggressiivisuus ≠ reaktiivinen aggressiivisuus
- Väkivalta ärsykkeet tulkitaan eri tavoin konfliktitilanteessa  
*Weierstall et al., 2012*



Kuolleiden henget (cen) eivät vaivanneet lapsisotilaita kun olivat vielä taistelijoita, vaan vasta kun palasivat yhteisöihinsä. Joillekin paluu taistelijaksi näyttäytyi parantumisen keinona.  
Akello (2010)





# TRAUMAN HOITO PAKOLAISILLA





## PSYKOTERAPEUTTINEN HOITO

- Traumakeskeinen KKT, narratiivinen altistusterapia (NET) ja EMDR ilmeisesti vähentävät traumaperäisen stressihäiriön vakavuutta aikuisilla pakolaisilla ja turvapaikanhakijoilla.
- Psykoterapiaa voidaan antaa tuloksellisesti myös tulkin välityksellä.
- Hoito, joka on muokattu huomioimaan mahdolliset kulttuurierot ja tarjotaan näitä eroja huomioivalla tavalla, voi olla tehokkaampaa kuin tavallinen hoito.
- Toipuminen voi kuitenkin olla hitaampaa, jos on itse tehnyt väkivaltaa toiselle, joutunut näkemään väkivaltaa tai on joutunut kidnapatuksi, esim. moraalinen vaurio tai epäselvät menetykset.

Sander et al., 2019; Soto et al., 2018; Huey et al., 2014; Rosellini et al., 2018

Traumaperäinen stressihäiriö Käypä hoito –suositus, Duodecim, 2020



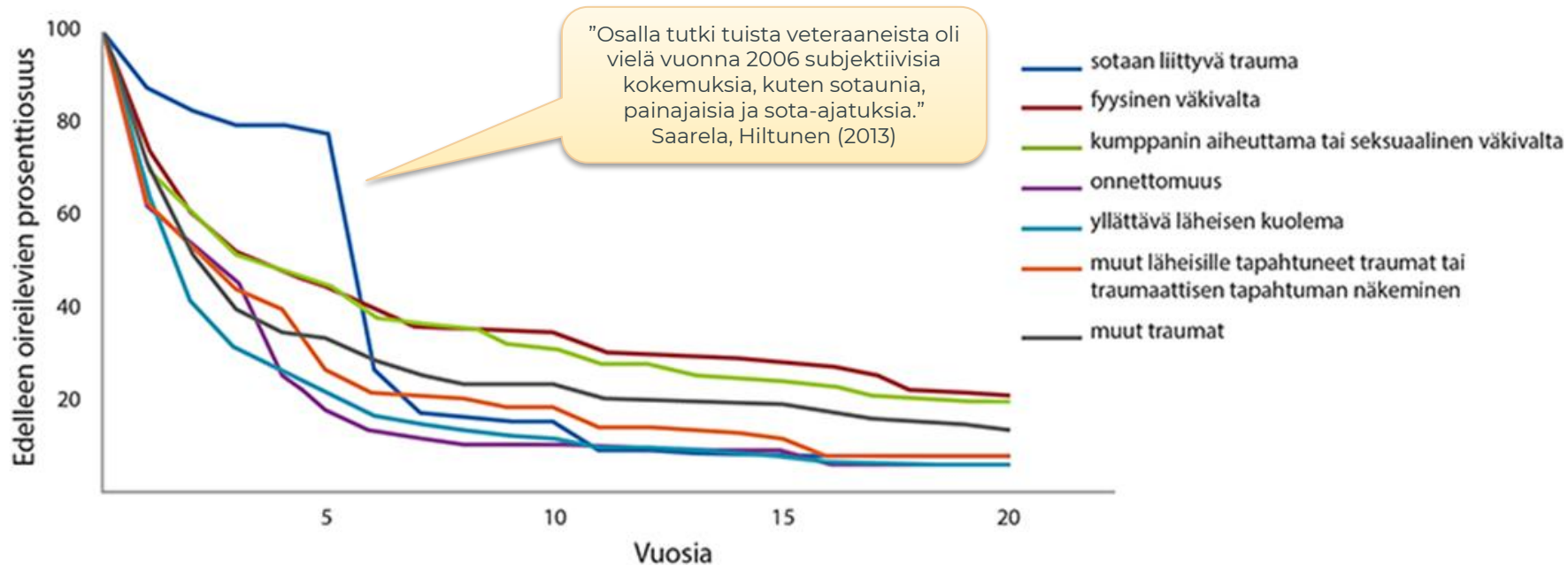


## KIDUTETTUJEN KUNTOUTUS JA HOITO

- IRCT arvioi vuonna 2010, että Euroopassa asuu vähintään 400 000 kidutettua ja että noin 20 % turvapaikanhakijoista on kokenut kidutusta.
- Kidutuskokemukset ennustavat vahvasti traumaperäistä stressihäiriötä myös konfliktialueilta tulevien keskuudessa (esiintyvyys 30,6 %, OR 2,01; 95 % CI, 1,52–2,65).
- Muut mielenterveysoireita ovat myös yleisiä, samoin sosiaaliset ja toimintakyvyn ongelmat.
- Kognitiivinen psykoterapia, erityisesti kulttuurisensitiivinen psykoterapia, ja narratiivinen altistusterapia (NET) saattavat vähentää traumaperäisen stressihäiriötä (PTSD) tai sen oireita kidutuksen uhreilla.

IRCT, 2009; Steel et al., 2009; Patel et al., 2016

## Aika aikuisten täyteen toipumiseen traumaperäisestä stressihäiriöstä traumatapahtuman luonteen mukaan <sup>1</sup>



<sup>1</sup>Traumaperäinen stressihäiriö on määritelty DSM-IV mukaan CIDI-haastattelulla maailman mielenterveys (WMH) -tutkimuksessa.





# KANSAINVÄLINEN ESIMERKKI





## CENTER OF VICTIMS OF TORTURE -HOITOMALLI

Ryhmähoitomallia sovellettiin 1999 alkaen Guineassa, sitten mm. Sierra Leonessa, Liberiassa, Kongon Demokraattisessa Tasavallassa, Keniassa, Etiopiassa ja Jordaniassa, lisäksi tarjottiin koulutusta ja ohjausta monessa muussa maassa.





## CVT HOITOMALLIN RAKENNE

Paikalliset ammattilaiset  
Sama kieli ja kulttuuri  
Koulutus, työnohjaus  
Malliuskollisuus ja joustavuus

### Outreach

- Yhteistyörakenteet
- Tiedottaminen
- Koulutus
- Ohjaaminen

### Alkuarviointi

- Hoidon tarpeen arviointi
- Hoitosuunnitelma
- Psykoedukaatio
- Ryhmän muodostus

### Hoito

- Ryhmähoito (10x)
- Yksilöhoito
- Fysioterapiaryhmät (10x)
- Sosiaalityö

### Seuranta

- 1 / 3 / 6 / 12 kk

Ohjaus

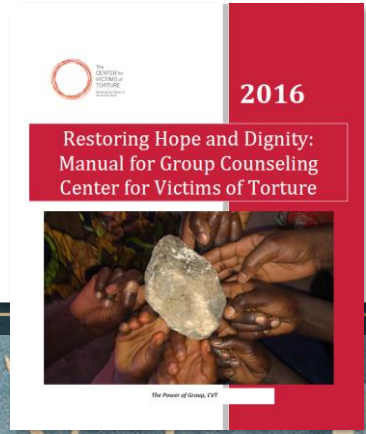
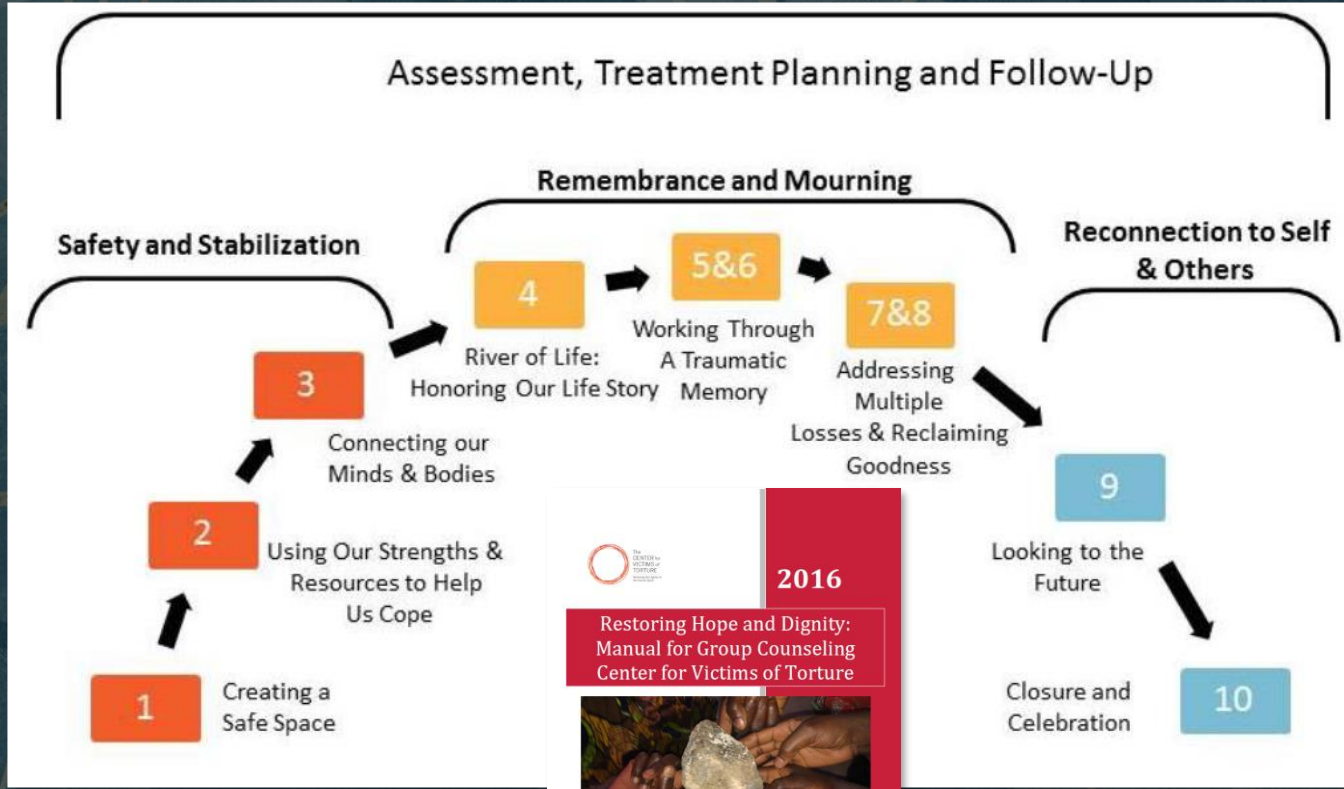
Ihmisoikeus-dokumentaatio

Ohjaus

Noin 1000  
kaikenikäistä  
kuntoutujaa  
vuodessa,  
hyvät tulokset  
seurannassa



CVT RYHMÄHOITOMALLI







AJATUKSIA

KYSYMYKSIÄ

KOMMENTTEJA





## LOPUKSI

Koulutuksia, työnohjausta, julkaisuja yms.

- <https://traumaterapiakeskus.com>

PALOMA verkosto ja koulutukset





# KIITOS

[ferdinand.garoff@traumaterapiakeskus.com](mailto:ferdinand.garoff@traumaterapiakeskus.com)