

Stödinsatser för unga efter potentiellt traumatiserande händelser – centrala faktorer och förhållningssätt

Linda Loimijoki

Lärdomsprov

Social- och hälsovårdstjänster för framtidens välfärdssamhälle (HYH)

2025

Lärdomsprov

Linda Loimijoki

Stödinsatser för unga efter potentiellt traumatiserande händelser – centrala faktorer och förhållningssätt

Yrkeshögskolan Arcada: Social- och hälsovårdstjänster för framtidens välfärdssamhälle (HYH), 2025

Uppdragsgivare:

Ingå kommuns ungdomstjänster och Sjundeå kommuns ungdomsservice

Sammandrag:

Unga som utsatts för potentiellt traumatiserande händelser kan uppleva en rad psykologiska, sociala och emotionella utmaningar, vilket gör att behovet av adekvat stöd och trygga miljöer blir avgörande för deras återhämtning. Ingå och Sjundeå kommuners ungdomstjänster har identifierat ett behov av en beredskapsplan för att hantera situationer där barn och unga utsatts för sådana händelser. För att möta detta behov är syftet med denna studie att undersöka de centrala faktorer och förhållningssätt som är avgörande för effektiva stödinsatser för unga som har utsatts för en potentiellt traumatiserande händelse. Studien genomförs som en scoping review och det insamlade materialet består av 19 artiklar med olika forskningsdesign, som analyserats och presenterats med hjälp av en kvalitativ innehållsanalys med en induktiv ansats. Den teoretiska referensramen utgår från Baths (2015) teori om traumamedveten omsorg (TMO) samt begreppet resiliens enligt Bonannos (2004) definition. Resultaten presenteras enligt temana effekter av interventioner, betydelsen av kamratstöd och vårdnadshavares roll, vikten av samhälleliga stödåtgärder och ungas delaktighet samt interpersonell interaktion och professionellas bemötande som nyckelfaktorer för återhämtning hos unga som varit med om potentiellt traumatiserande händelser. Resultaten påvisar att en kombination av trygghet, delaktighet och ett lyhört bemötande är avgörande för att stärka ungas resiliens och välbefinnande. Dessa insikter utgör en central grund för utvecklingen av riktlinjer för stöd och bemötande inom beredskapsplanen för intensifierat ungdomsarbete i Ingå och Sjundeå kommuner.

Nyckelord:

Stödinsatser, trauma, resiliens, ungdomar, ungdomstjänster

Degree Thesis

Linda Loimijoki

Support measures for young people after potentially traumatizing events – key factors and approaches

Arcada University of Applied Sciences: Social and health care services for the welfare society of the future, 2025

Commissioned by:

Ingå municipality, youth services and Sjundea municipality, youth services

Abstract:

Young people who experience potentially traumatic events may face a range of psychological, social, and emotional challenges, making adequate support and safe environments crucial for their recovery. The youth services of Ingå and Sjundea municipalities have identified a need for a preparedness plan to manage situations where children and young people have been exposed to such events. To address this need, the aim of this study is to examine the key factors and approaches that are crucial for effective support interventions for young people who have been exposed to a potentially traumatic event. The study is conducted as a scoping review, and the collected material consists of 19 articles with various research designs, which have been analyzed and presented using a qualitative content analysis with an inductive approach. The theoretical framework is grounded in Bath's (2015) theory of trauma-informed care (TIC) and Bonanno's (2004) definition of the concept of resilience. The results are presented according to the following themes: the effects of interventions, the importance of peer support and the role of guardians, the significance of societal support measures and youth participation as well as interpersonal interaction and the approach of professionals as key factors in young people's recovery after potentially traumatizing events. The results demonstrate that a combination of safety, participation, and responsive interactions is essential for strengthening resilience and well-being. These insights form a central foundation for the development of guidelines for support and interaction within the contingency plan for intensified youth work in Ingå and Sjundea municipalities.

Keywords:

Support measures, trauma, resilience, youth, youth services

Opinnäyte

Linda Loimijoki

Tukitoimet nuorille potentiaalisesti traumatisoivien tapahtumien jälkeen – keskeiset tekijät ja toimintatavat

Ammattikorkeakoulu Arcada: Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskukselle (YAMK), 2025

Toimeksiantaja:

Inkoon kunnan nuorisopalvelut ja Siuntion kunnan nuorisopalvelut

Tiivistelmä:

Potentiaalisesti traumatisoivan tapahtuman kokeneet nuoret voivat kohdata monenlaisia psykologisia, sosiaalisia ja emotionaalisia haasteita, minkä vuoksi riittävä tuki ja turvalliset ympäristöt ovat ratkaisevan tärkeitä heidän toipumiselleen. Inkoon ja Siuntion kuntien nuorisopalveluissa on tunnistettu tarve näiden tilanteiden hallintaa tukevalle valmiussuunnitelmalle. Tämän tutkimuksen tavoitteena on vastata tähän tarpeeseen tarkastelemalla keskeisiä tekijöitä ja lähestymistapoja, jotka ovat ratkaisevia tehokkaiden tukitoimenpiteiden tarjoamiseksi potentiaalisesti traumatisoivan tapahtuman kokeneille nuorille. Tutkimus on toteutettu kartoittavana kirjallisuuskatsauksena ja siihen sisältyvä aineisto koostuu 19:stä eri tutkimusasetelmia sisältävästä artikkelista. Aineisto on analysoitu ja esitetty induktiiviseen lähestymistapaan perustuvan laadullisen sisällönanalyysin avulla. Teoreettinen viitekehys pohjautuu Bathin (2015) teoriaan traumatietoisesta huolenpidosta (TTH) sekä Bonannon (2004) resilienssi-käsitteen määritelmään. Tulokset esitetään seuraavien teemojen mukaisesti: interventioiden vaikutukset, vertaistuen merkitys ja huoltajan rooli, yhteiskunnallisten tukitoimien ja nuorten osallisuuden tärkeys sekä interpersoonallinen vuorovaikutus ja ammattilaisten kohtaaminen keskeisinä tekijöinä nuorten toipumisessa potentiaalisesti traumatisoivista tapahtumista. Tulokset osoittavat, että turvallisuuden, osallisuuden ja läsnäolevan kohtaamisen yhdistelmä on keskeinen nuorten resilienssin ja hyvinvoinnin vahvistamisessa. Nämä havainnot muodostavat tärkeän perustan tukitoimiin ja kohtaamiseen liittyvien ohjeiden kehittämiseksi Inkoon ja Siuntion kuntien nuorisotyön valmiussuunnitelmassa.

Avainsanat:

Tukitoimet, trauma, resilienssi, nuoret, nuorisopalvelut

Innehåll

Inledning	6
1. Bakgrund	7
1.1 Potentiellt traumatiserande händelser	8
1.2 Psykosocialt stöd och tjänster	9
1.3 Intensifierat ungdomsarbete	11
2. Teoretisk referensram	13
2.1 Traumamedveten omsorg	13
2.2 Resiliens	15
3. Problemformulering, syfte och frågeställning	17
4. Metod	17
4.1 Datainsamling	18
4.2 Innehållsanalys	20
4.3 Etiska överväganden	21
5. Resultat	22
5.1 Effekter av interventioner	23
5.2 Betydelsen av kamratstöd och vårdnadshavares roll	24
5.3 Vikten av samhälleliga stödåtgärder och ungas delaktighet	26
5.4 Interpersonell interaktion och professionellas bemötande som nyckelfaktorer	27
6. Diskussion	31
6.1 Resultatdiskussion	31
6.2 Metoddiskussion	36
6.3 Slutsats	38
Källor	40
BILAGA 1 Inkluderad litteratur	44
BILAGA 2 Exempel på analys	48
Figurer	
Figur 1 De tre pelarna i traumamedveten omsorg	15
Figur 2 Litteratursöknings- och urvalsprocessen	19
Figur 3 Sammanfattning av resultat	22
Figur 4 Samband mellan teori och resultat	32

Inledning

Var och en kan i sitt liv ställas inför en plötslig och skakande händelse som kraftigt rubbar känslan av trygghet i vardagen. En sådan händelse, med eventuell psykisk ohälsa som följd, kräver ibruktagning av nya resurser och anpassning till en plötsligt skedd förändring. Denna anpassningsprocess kallas för en traumatisk psykisk kris. Den utlösande händelsen eller situationen, krissituationen, kan exempelvis uppstå vid dödsfall, allvarliga olyckor eller i samband med självmord eller självmordsförsök. (Saari et al., 2009; Social- och hälsovårdsministeriet, 2019)

I Finland är ansvaret för organisering av social- och hälsovårdstjänster från och med 1.1.2023 förlagt till välfärdsområdena, medan kommunerna bär ansvaret för främjande av invånarnas hälsa och välfärd. Kommunerna ska samarbeta med välfärdsområdena och bistå med sin sakkunskap. (Lagen om ordnande av social och hälsovård 612/2021) I situationer där unga befinner sig i kris, är det kommunernas ungdomssektors ansvar att aktivt delta i krisarbetet genom intensifierat ungdomsarbete. En dramatisk händelse kan utlösa traumatiska reaktioner inte bara hos de direkt berörda, och genom att tillhandahålla adekvata stödåtgärder kan konsekvenserna mildras. Detta möjliggör en snabbare återgång till vardagen för de drabbade ungdomarna. (Allians rf, 2018)

Inom både Ingå och Sjundeå kommuns ungdomstjänster har det identifierats ett behov av en beredskapsplan för hantering av situationer där kommunens barn och unga har utsatts för en potentiellt traumatiserande händelse. Även om kommunerna inte har någon lagstadgad skyldighet att tillhandahålla intensifierat ungdomsarbete, har behovet framkommit genom praktisk erfarenhet i både Ingå och Sjundeå. Samarbetet kring intensifierat ungdomsarbete baseras på ett interkommunalt samarbetsavtal. En gemensam strategi för intensifierat ungdomsarbete är av central betydelse, eftersom de krissituationer som unga möter ofta påverkar ungdomar i båda kommunerna. Detta samarbete möjliggör tillgång till de resurser som krävs för genomförandet av intensifierat ungdomsarbete. Eftersom tid för överväganden ofta är begränsad vid krissituationer, är en tydlig struktur och ett väldefinierat arbetssätt avgörande för att kunna styra insatserna på ett effektivt sätt. För att utveckla en beredskapsplan för intensifierat ungdomsarbete krävs en gedigen

kunskap inom området. Denna kartläggande litteraturstudie etablerar den teoretiska grunden och referensramen för det påföljande utarbetandet av riktlinjer för stöd och bemötande inom planen för intensifierat ungdomsarbete hos Ingå och Sjundeå ungdomstjänster.

1. Bakgrund

Effektiva kliniska interventioner för offer av potentiellt traumatiserande händelser som utvecklar posttraumatiska stressreaktioner är utforskade, utvecklade och tillgängliga, men behovet av bredare interventioner som stöder primär- och sekundärprevention, psykologisk första hjälp, stöd för familj och samhälle samt stöd för samhällsfunktioner återstår. Dessa interaktioner måste vara tillgängliga för stora grupper av individer på nivåer som snabbt överstiger antalet tillgängliga terapeuter på individnivå. Hobfoll et al.(2007) beskriver fem nyckelprinciper för intervention efter katastrofer och massvåld som kan betraktas som centrala kärnelement och tillämpas på alla nivåer av intervention, från individinriktade insatser till mer omfattande samhällsbaserade åtgärder. Dessa riktlinjer är särskilt viktiga för dem som ansvarar för bredare folkhälsa och krishantering och går ut på främjande av känslan av trygghet och lugn, främjande av känslan av tillit till självförmåga och kollektiv förmåga, samt främjande av samhörighet och hopp. (Hobfoll et al., 2007)

I tidigare forskning poängteras betydelsen av mångprofessionellt samarbete vid katastrofer och masstrauma för att identifiera de individer som utvecklar posttraumatiska stressreaktioner och har behov av interventioner på individnivå, förbättra informations- och kunskapsutbyte samt maximera resurserna (Murray, 2006; Ala-Aho, 2011; Henriksson & Laukkala, 2010). Skolbaserade, lärarledda gruppinterventioner för barn och unga som utsatts för en potentiellt traumatiserande händelse har visat sig effektiva som stöd till stora grupper som påverkats av en potentiellt traumatiserande händelse (Wolmer et al., 2011; Chemtob, 2002). Exempelvis Bonanno et al. (2010) understryker, att många barn och unga som blivit utsatta för en potentiellt traumatisk händelse återhämtar sig med hjälp av de grundläggande insatser som kan genomföras i skolor eller andra sammanhang i näromgivningen.

Paralleller kan identifieras mellan skolmiljön och ungdomsverksamheten som kontexter för barn och unga, då både skolan och ungdomsverksamheten utgör en integrerad del av deras vardag. Dessa sammanhang erbjuder en miljö där barn och unga interagerar med trygga och bekanta vuxna, vilket bidrar till en känsla av stabilitet och tillhörighet. I och med bristen på forskning av interventioner och stödåtgärder inom ungdomsverksamhet vid potentiellt traumatiserande händelser, inkluderas skolbaserade interventioner som en relevant aspekt i denna studie, då insikter från skolbaserade interventioner kan främja effektiva strategier och tillvägagångssätt inom ungdomsverksamhetens kontext.

1.1 Potentiellt traumatiserande händelser

Med en potentiellt traumatiserande händelse avses en plötslig och oväntat kraftig händelse som involverar exempelvis död, skada, förlust av integritet eller hot om dessa. En person kan uppleva händelsen själv, den kan inträffa personens nära och kära, eller personen kan vara vittne till händelsen. Att uppleva en chockerande händelse betyder inte automatiskt att personen kommer att utveckla allvarliga posttraumatiska stressreaktioner. Traumatisering, eller traumatisk psykologisk kris, innebär en förlust av kontroll och en känsla av övermäktighet, där individens vanliga överlevnads- och anpassningsmekanismer inte är tillräckliga. Liknande fenomen kan förekomma inte bara på individnivå utan även på samhälls- eller organisationsnivå. (Social- och hälsovårdministeriet, 2019; Michel et al., 2018)

Inom modern traumaforskning föredras termen *potentiellt traumatiserande händelser* framför *traumatiska händelser* för att erkänna att samma händelse kan ha olika effekter beroende på individens unika förutsättningar. En händelse som orsakar djup psykisk skada för en person kan uppfattas som mindre påfrestande för en annan. Denna variation beror på en rad faktorer, inklusive individens tidigare erfarenheter, psykiska sårbarhet, tillgång till socialt stöd samt hur händelsen tolkas och bearbetas av den enskilda personen. (Socialstyrelsen, 2018) Termen *potentiellt traumatiserande händelse* understryker således att det är den subjektiva upplevelsen och den individuella reaktionen som avgör om en händelse får traumatiska konsekvenser, snarare än själva händelsen i sig.

Ett psykiskt trauma innebär en avsevärd psykisk påfrestning och leder ofta till känslor av hjälplöshet och sårbarhet. Vad som upplevs som traumatiskt av ett barn eller en ungdom är beroende av flera faktorer, som exempelvis kontext, utvecklingsnivå, temperament samt tidigare erfarenheter och utvecklingshistoria. För att bli traumatiserat behöver inte barnet själv vara offer för en händelse, även vittnande av svåra situationer, död eller skador kan utgöra en traumatisk upplevelse och medföra traumatiska efterreaktioner. Forskning påvisar att även indirekt exponering av en potentiellt traumatiserande händelse via media kan förorsaka posttraumatiska symptom. (Dyregrov, 2010; Michel et al., 2018)

En potentiellt traumatiserande händelse kan resultera i starka skuld-känslor, beteendestörningar och depression, samt rentav utveckling av en posttraumatisk störning (PTSD). Återupplevande av händelsen genom minnen, drömmar och hos barn ofta lek, obehag för liknande situationer, erfaran- de av kroppslig oro, undvikande beteende och apati, samt nervsystemets aktiveringsnivå (t.ex. sömnsvårigheter, irritation, ilska, hyperuppmärksamhet) är reaktioner som med beaktande av varaktighet, omfattning och mängden reaktioner kan vara ett tecken på PTSD (Dyregrov, 2010). En god omsorgsmiljö, tillräckliga inre resurser och en stabil livssituation stöder bearbetningen och kan resultera i att inga symptom och problem uppstår till följd av en potentiellt traumatiserande händelse. (Dyregrov, 2010; Almqvist et al., 2019)

Hos barn ökar risken för starka efterreaktioner och utveckling av PTSD vid komplexa trauma, d.v.s. upprepade traumatiska händelser (kumulativa trauman) eller ett ökat antal upplevda potentiella trauman (polytraumatisering). Dessa leder ofta till att mentala mekanismer som förnekande och bortträngning av starka känslor kopplas in, vilka kan påverka personen ännu i vuxen ålder som emotionell ytlighet och en förminskad förmåga att uppleva känslor. (Dyregrov, 2010; Michel et al., 2018)

1.2 Psykosocialt stöd och tjänster

Psykosocialt stöd och tjänster är den samlade termen för alla insatser som organiseras för att begränsa konsekvenserna för människor vid samhälls- eller storskaliga olyckor samt andra extraordinära situationer. Målet med dessa åtgärder är att bekämpa och lindra de psykiska stressreaktionerna som uppstår till följd av händelsen och samtidigt minska de

hälsomässiga och sociala skadorna som påverkar både individer och samhället som helhet. Ett adekvat arrangemang av psykosocialt stöd i samband med akuta traumatiska situationer förbättrar samhällets förmåga att hantera kriser samt hjälper medborgare att återhämta sig från potentiellt traumatiserande situationer och utveckla motståndskraft inför eventuella framtida trauman. (Social- och hälsovårdsministeriet, 2019)

Såväl de finländska, evidensbaserade God medicinsk praxis –behandlingsrekommendationerna (2022), som Social- och hälsovårdsministeriets (2019) rekommendationer för strukturerandet av psykosocialt stöd och akut krisarbete, bygger på internationella riktlinjer som bl.a. TENTS – nätverkets (2008) och NICE:s (2018) riktlinjer för krisstöd och bedömning och behandling av posttraumatiskt stressyndrom, WHO:s (2013) riktlinjer för tillstånd som specifikt är relaterade till stress, samt Hobfolls (2007) fem nyckelprinciper för intervention efter katastrofer och massvåld. Enligt Lagen om ordnande av social- och hälsovård (612/2021) och Socialvårdslagen (1301/2014) är det välfärdsområdenas ansvar att organisera social- och hälsovården, inklusive socialjourntjänster. Socialjouren har ansvaret för att leda och samordna psykosocialt stöd i akuta situationer i samarbete med hälso- och sjukvården (Socialvårdslagen 1301/2014). Ett nära och sömlöst samarbete mellan social- och hälsovården samt andra aktörer är nödvändigt för en korrekt implementering av stöd och tjänster. Tidigare forskning betonar även betydelsen av närtjänster och modeller för långsiktigt stöd. (Social- och hälsovårdsministeriet, 2019)

En krissituation som uppkommer då en allvarlig händelse inträffar påverkar ofta många människor. De som befinner sig i krisens kärna, de drabbades anhöriga och närstående samt de som indirekt drabbats (t.ex. vittnen till en potentiellt traumatiserande händelse) är berättigade till och erbjuds ofta krishjälp och socialt stöd. De drabbades övriga närkretsar och andra som berörs av situationen ingår inte i den krets som automatiskt erbjuds eller är berättigade till krishjälp eller samtalsstöd. Unga som hör till denna grupp har ofta behov av kamratstöd samt att bearbeta händelserna och utgör målgruppen för intensifierat ungdomsarbete. (Alliansi rf, 2018) Ungdomsarbete och ungdomspolitik ingår enligt Ungdomslagen (1285/2016) i kommunens uppgifter och fokuserar på att främja delaktighet, stödja utveckling och gemenskapskänsla samt förbättra ungas uppväxt- och levnadsvillkor. Genom intensifierat ungdomsarbete kan dessa målsättningar

nås under svåra omständigheter, då behovet av trygga, närvarande vuxna och kamratstöd är som störst.

1.3 Intensifierat ungdomsarbete

Vid potentiellt traumatiserande händelser är tidiga insatser av psykosocialt stöd värdefulla för förebyggande av utveckling och fördjupning av traumasymptom. Det stöd som rekommenderas för barn och unga utgår från de internationella rekommendationerna för psykologisk första hjälp som formulerats av Hobfoll et al. (2007) och beskrivs i kapitel 2. Principerna för psykologisk första hjälp till barn och unga bör anpassas enligt ålder och utvecklingsnivå genom exempelvis konkret och enkel information, möjlighet till lugn samvaro och aktivitet (spel, ritmaterial) och uttryckande av tilltro till att barnet eller den unga själv vet vad som är rätt och viktigt för dem. (Almqvist et al., 2019)

Då psykologisk första hjälp handlar om att erbjuda medmänskligt, praktiskt och socialt stöd krävs ingen speciell utbildning, men kunskaper om vanliga reaktioner efter en potentiellt traumatiserande händelse och träning i att bemöta drabbade rekommenderas. Att stödja barn och unga som utsatts för en sådan händelse är ett omfattande arbete som kräver ett samordnat bemötande och information. (Almqvist et al., 2019) Intensifierat ungdomsarbete är en form av psykosocialt stöd för barn och unga med utgångspunkt i principerna för psykologisk första hjälp. Målet är att stödja unga i hantering av krisen och att återfå balansen snabbare. (Allians rf, 2018)

Inom ramen för ungdomsarbetet är det möjligt att stödja resurser som främjar ungdomars psykiska hälsa och att vara proaktiv inför potentiellt utmanande situationer eller kriser. Dessutom strävar man efter att stärka den sociala resiliensen hos ungdomarna, det vill säga deras förmåga att anpassa sig och återhämta sig vid stressfyllda situationer. Då professionella ungdomsarbetare aktivt engagerar sig i ungas liv, skapas gynnsamma förutsättningar för ungdomar att bli sedda, hörda och bekräftade, vilket utgör en god grund för utveckling av färdigheter och erfarenheter som stärker självkänsla, självinsikt och resiliens. (Allians r.f., 2018)

Ungdomssektorns takorganisation i Finland Allians rf (2018) har utarbetat en pärm för krisberedskap inom ungdomssektorn som stöd och vägledning i krissituationer samt vid

utarbetande av en beredskapsplan och verkställande av intensifierat ungdomsarbete. Eftersom intensifierat ungdomsarbete och dess effekter är ett tills vidare outforskat område, ligger Allians rf:s Krispärm för ungdomssektorn (2018) som grund för beskrivningen av denna form av ungdomsarbete och psykosocialt stöd för unga. Intensifierat ungdomsarbete involverar åtgärder som ungdomssektorn vidtar både under och efter en potentiellt traumatiserande händelse för att stödja ungdomar som direkt eller indirekt påverkats. Dessa åtgärder syftar till att skapa en tillgänglig och stödjande miljö samt förbättrade förutsättningar för unga att söka och få stöd från vuxna genom initiativ som utökade öppettider, arrangemang av sammankomster, närvaro på olika platser där unga vistas samt engagemang i sociala medier. Stödåtgärderna sträcker sig även till samarbetsinstanser som gemensamt arbetar för att erbjuda stöd och hjälp till unga i krissituationer. (Allians rf, 2018)

För att effektivt hantera krissituationer inom ungdomssektorn är det avgörande att ha en förberedd beredskapsplan samt genomgå utbildning och praktiska övningar för tillämpning av den. Professionella ungdomsarbetare och eventuell annan personal som involveras i det intensifierade ungdomsarbetet erhåller handledning i hur de bör agera under krisen och hur uppföljningen ska genomföras. Det övergripande krishanteringsarbetet sker i samarbete med ungdomarnas föräldrar och olika samarbetspartners. Enligt Allians rf:s (2018) pärm för krisberedskap inom ungdomsarbetet är ingen beredskapsplan den andra lik och utformas enligt den ifrågavarande kommunens eller organisationens behov och särdrag. Ofta innehåller beredskapsplanen kontaktuppgifter till samarbetspartners och myndigheter, allmänna anvisningar och handlingsprinciper i nöd- och krissituationer, anvisningar gällande åtgärder i olika situationer samt riktlinjer för exempelvis kriskommunikation och säkerhet. Beredskapsplanen för intensifierat ungdomsarbete vid Ingå och Sjundea ungdomstjänster kommer att innehålla riktlinjer för stöd och bemötande av unga som upplevt en potentiellt traumatiserande händelse. Resultatet av denna studie kommer att ligga som grund för dessa riktlinjer i beredskapsplanen.

2. Teoretisk referensram

Denna litteraturöversikt utgår från Bath (2015) och Boswells modell för traumamedveten omsorg (TMO) samt begreppet resiliens enligt Bonannos (2004) definition som teoretisk referensram. Dessa har en stark koppling till varann, då den grundläggande förståelsen för trauma och ett bemötande av barn och unga som utsatts för en potentiellt traumatisk händelse enligt TMO-modellen kan stärka resiliensen och främja återhämtning hos de utsatta.

2.1 Traumamedveten omsorg

De australiensiska psykologerna Dr. Bath och Dr. Boswell har utvecklat modellen för Traumamedveten omsorg (TMO). Genom forskning inom olika discipliner har de samlat kunskap om trauma och identifierat avgörande faktorer som bör främjas i det dagliga arbetet och i relationen med barn och ungdomar som har utsatts för trauma. (Rädda Barnen, 2018) Traumamedveten omsorg är inte en behandlingsmetod, utan snarare en vägledning för förståelse, bemötande och attityd. Den bygger på grundläggande förståelse för trauma och utgörs av tre grundpelare: trygghet, relationer och hantering av svårigheter (coping). (Bath, 2015)

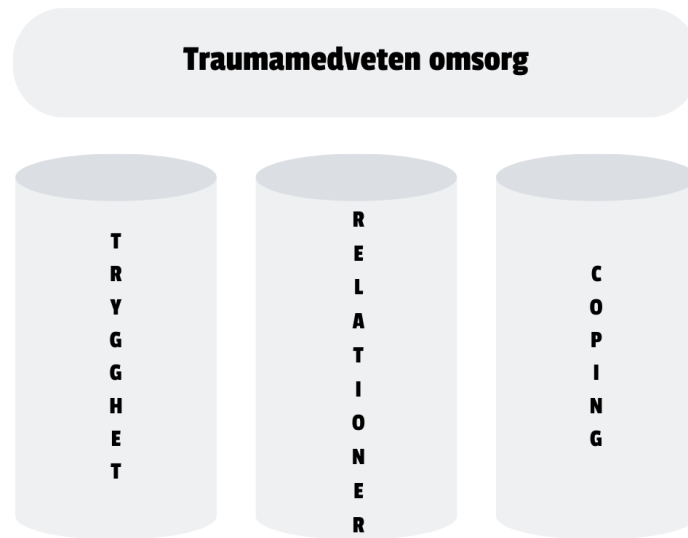
Trygghet utgör ett grundläggande behov för utvecklingen hos barn. Dessvärre präglas upplevelsen av trauma av en känsla av osäkerhet, speciellt vid komplexa trauman. I arbete med barn och unga som upplevt en potentiellt traumatiserande händelse bör fokus i första hand ligga på att genom att skapa en atmosfär av säkerhet säkerställa att barn är trygga och känner sig trygga. Detta innefattar inte bara fysisk säkerhet utan även social trygghet i relationer med jämnåriga och vuxna, emotionell trygghet genom acceptans, empati och medkänsla, samt kulturell trygghet i en värld där mångfald kan präglas av diskriminering. Konsekvens, pålitlighet, förutsägbarhet, tillgänglighet, ärlighet och öppenhet är nyckelfaktorer vid skapande av trygga miljöer för barn. (Bath, 2015) Den överväldigande stressen från ett trauma kan leda till svårigheter gällande emotionell kontroll och kognitiva förmågor som tar sig uttryck i ett utmanande, rastlöst och aktgivande beteende. Även om barnet eller den unga känner sig osäker, bör människorna inte utgöra ett hot. Istället bör de ha en lugnande effekt så att barnet eller ungdomen gradvis kan gå från reaktivt försvar till proaktivt engagemang med vuxna. Barn studerar noggrant vuxnas sätt att agera, deras

tonläge och kroppsspråk, och avgör vem som är en trygg person. Säkerhet är därför nära kopplat till kvaliteten på mellanmännsliga relationer, eftersom det endast är i relationen med andra som ett barn kan börja känna sig tryggt. (Bath, 2016)

Den andra pelaren innebär att bygga eller återuppbygga sociala relationer. Såväl emotionellt tillfredsställande relationer med omsorgsfulla vuxna och andra barn och unga, som sammanhang i omgivningen, d.v.s. skola, hobbyer och andra fritidsaktiviteter, är sociala stöd som bidrar till positiv förändring och utveckling av resiliens. Engagemang i vardagliga, interpersonella aktiviteter, som exempelvis bollspel eller utövande av musik tillsammans, främjar positiva relationer och bidrar till att säkerställa en trygg miljö. (Bath, 2016)

Att som en betydelsefull vuxen lyckas skapa en förtroendefull relation med ett barn eller en ungdom som har upplevt en potentiellt traumatiserande händelse kan vara en utmaning som kräver både tid och tålamod. Barn och unga som har svårt att hantera stress samt reglera sina känslor och beteende, har ofta större framgång i att hantera utmanande situationer när en trygg vuxen finns till hands och en positiv relation har etablerats, vilket understryker vikten av relationsbyggandet. (Bath, 2015)

Coping handlar om förmågan att hantera yttre påfrestningar och inre känslor och impulser. Då barnets eller ungdomens egen förmåga att reglera känslor inte är tillräcklig, behövs en trygg vuxen som kan fungera som regleringsstöd och hjälpa till att hantera starka känslor genom att ge lugn, stabilitet och verbalisera samt bekräfta barnets känslor, både individuellt och i interaktion med andra. Eftersom känslor kan smitta över från en person till en annan och barn och unga som upplevt en potentiellt traumatiserande händelse kan vara speciellt känsliga för andras känslotillstånd, är det viktigt att vara medveten om och ha kontroll över sina egna känslor samt förmedla lugna och nedtonade känslor. (Bath, 2016)



Figur 1. De tre pelarna i traumamedveten omsorg (Bath, 2015)

1.1 Resiliens

I grund och botten syftar resiliens på positiv anpassning eller förmågan att bibehålla eller återvinna mental hälsa trots upplevda motgångar. Olika definitioner har utvecklats i takt med ökad vetenskaplig kunskap, då resiliens studeras av forskare från olika discipliner, inklusive psykologi, psykiatri, sociologi, och mer nyligen, biologiska discipliner som t.ex. genetik och neurovetenskap. Utgångspunkten för begreppet resiliens i detta arbete ligger i Bonannos (2004) teori om resiliens vid potentiellt traumatiserande händelser. George A. Bonanno, en framstående psykolog och forskare, har fördjupat förståelsen av hur människor reagerar på trauma. Hans teori om resiliens betonar att de flesta individer har en naturlig kapacitet att återhämta sig utan behov av omfattande terapeutiska insatser. Bonanno (2004) definierar resiliens som en dynamisk process där individer visar relativt stabila nivåer av psykologisk och emotionell funktion trots att de utsatts för potentiellt traumatiserande händelser. Detta skiljer sig från traditionella modeller av trauma, som ofta betonar patologiska reaktioner som posttraumatiskt stressyndrom (PTSD).

Bonanno (2004) identifierar flera nyckelfaktorer som bidrar till en individs resiliens vid potentiellt traumatiserande händelser. En av de mest centrala aspekterna av Bonannos teori är förmågan till flexibel anpassning. Detta innebär att individen kan justera sina beteenden och tankemönster baserat på den aktuella situationen. Exempelvis kan en person som förlorat en närstående välja att aktivt söka stöd från vänner samtidigt som de tillåter sig själva att sörja. Han betonar även vikten av att kunna upprätthålla positiva emotionella upplevelser även under svåra omständigheter (Bonanno, 2010). Humor, optimism och förmågan att se mening i livets utmaningar kan vara centrala resurser för att hantera trauma (Bonanno, 2004). Enligt Bonannos (2004) teori fungerar sociala relationer som en buffert mot stress och trauma, då tillgång till stödjande nätverk kan erbjuda emotionellt stöd, praktisk hjälp och validering av individens upplevelser. Slutligen belyser Bonanno (2010) individuella skillnader som en avgörande faktor i resiliensprocessen. Personlighetsdrag, erfarenheter och genetiska förutsättningar påverkar hur individer hanterar trauma. Till exempel tenderar personer med hög självkänsla och välutvecklad emotionell intelligens att ha lättare för att återhämta sig efter traumatiska upplevelser.

Enligt Bonanno (2004) är det viktigt att skilja mellan resiliens och patologiska reaktioner på trauma. Medan vissa individer utvecklar PTSD eller andra psykiska hälsoproblem, visar majoriteten av befolkningen tecken på resiliens. Detta är en av Bonannos mest banbrytande insikter: traumatisk exponering leder inte automatiskt till varaktiga psykiska problem. Bonanno (2010) betonar även att resiliens inte är en linjär process. Återhämtning kan innefatta perioder av intensiva känslor eller tillfälliga bakslag. Centralt är att individen återvänder till en fungerande nivå av emotionellt och socialt liv inom en rimlig tidsram. Bonannos (2004) teori har betydande implikationer för psykologiska interventioner. Istället för att automatiskt anta att individer behöver långvarig behandling efter trauma, föreslår hans forskning ett fokus på att identifiera och stärka befintliga resurser. Detta kan inkludera att främja socialt stöd, uppmuntra positiva copingstrategier och hjälpa individer att hitta mening i sina erfarenheter. Genom att betona flexibilitet, positiva emotionella strategier och socialt stöd ger denna forskning en grund för att förstå varför de flesta individer faktiskt återhämtar sig utan att utveckla allvarliga psykiska problem. Detta perspektiv skapar inte bara en mer nyanserad bild av trauma utan ger också viktiga insikter för hur vi kan stödja de som kämpar i dess efterdyningar.

2. Problemformulering, syfte och frågeställning

Som tidigare konstaterat bygger välfärdsområdenas hantering av krissituationer på lagstadgad beredskapsplanering och inkluderar även psykologiskt krisarbete (Social- och hälsovårdsministeriet, 2019). I praktiken kan det dock hända att en betydande grupp unga, som påverkas av krisen, inte inkluderas i krisarbetet. Här behövs ungdomssektorns insatser, eftersom dramatiska händelser kan framkalla traumatiska reaktioner även hos dem som inte direkt är inblandade. (Allians rf, 2018)

Denna studie syftar till att undersöka de centrala faktorer och förhållningssätt som är avgörande för effektiva stödinsatser för unga som har utsatts för en potentiellt traumatiserande händelse. Målet är att belysa de viktiga aspekter som bör beaktas vid utformningen av riktlinjer för stöd och bemötande i beredskapsplanen för intensifierat ungdomsarbete inom Ingå och Sjundea kommuners ungdomstjänster, med utgångspunkt i forskningsfrågan:

- Vilka faktorer är avgörande för ungas återhämtning efter en potentiellt traumatiserande händelse?

3. Metod

För att besvara forskningsfrågan och uppnå studiens syfte har en kartläggande litteraturoversikt i form av en scoping review valts som metod. En scoping review är en bred översiktsstudie som syftar till att identifiera och kartlägga befintlig evidens inom ett specifikt område. Denna metod är särskilt lämplig när forskningsfältet är omfattande, komplext eller heterogent och där en systematisk översikt inte är möjlig eller ändamålsenlig. Dessutom kan en scoping review användas för att sammanfatta och sprida forskningsresultat, identifiera kunskapsluckor och ge vägledning för framtida forskning (Arksey & O'Malley, 2005)

3.1 Datainsamling

Denna studie utfördes enligt riktlinjerna för genomförande av en scoping review, som enligt Arksey och O'Malley (2005) kan sammanfattas i följande steg: identifiering av forskningsfråga, identifiering av relevanta studier, val av inkluderade studier, kartläggning av data samt sammanställning, sammanfattning och rapportering av resultat. Ett sjätte steg, konsultation, är valfritt och har uteslutits då studien fokuserar på att sammanställa befintlig forskning, vilket bedömdes tillräckligt för att besvara forskningsfrågan.

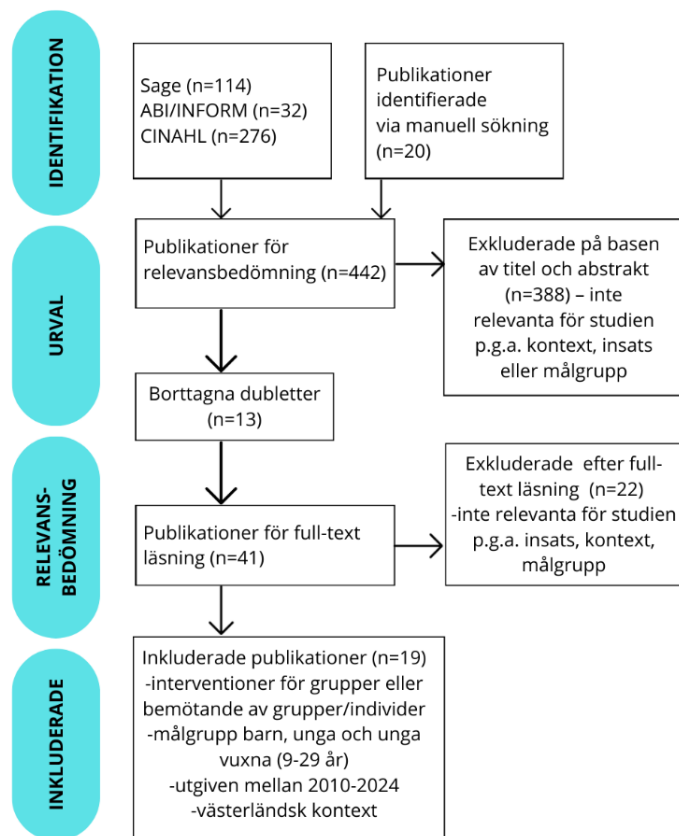
Sökningen av data för denna studie utfördes i såväl vetenskapliga databaser, tidskrifter, webbplatser på internet, litteratur som genom manuell undersökning av referenslistor. Sökstrategin strävade till att hitta både publicerade och opublicerade dokument genom att använda en sökstrategi i tre steg. En inledande sökning i Sage Journals identifierade nyckelord och en andra sökning utfördes i Sage Journals, ABI/INFORM och CINAHL. Sökningen i dessa databaser utgick från följande nyckelord i titel och/eller abstrakt:

1. disaster OR trauma
2. child OR youth OR young OR adolescent

Google och Google Scholar användes för att söka efter svåråtkomlig och opublicerad litteratur. Dessutom undersöktes referenslistor för att hitta material som kunde övervägas för inkludering. Sökningen resulterade i 442 publikationer, varav 388 exkluderades på basen av titel eller abstrakt. Efter borttagning av dubletter lästes de kvarblivande 41 publikationerna i full-text och ytterligare 21 publikationer, som inte mötte inklusionskriterierna, exkluderades. För att undvika dubbelrapportering uteslöts ytterligare en av dessa 20 artiklar eftersom två av de inkluderade litteraturstudierna innehöll delvis samma studier. 19 artiklar identifierades därmed som lämpliga för inkludering. Litteratursökningen utfördes i mars 2024.

Dokument screenades, valdes ut och extraherades på basen av inklusions- och exklusionskriterier. Följande inklusionskriterier användes för att få fram relevant litteratur: 1) Litteraturen behandlar stödåtgärder för eller bemötande av barn och unga som upplevt en potentiellt traumatiserande händelse 2) Litteraturen är publicerad mellan år 2010 och

2024 3) Litteraturen är skriven på engelska, svenska eller finska. Därtill användes följande exklusionskriterier: 1) Litteraturen behandlar interventioner riktade till individer som utvecklat PTSD 2) Litteraturen behandlar stödåtgärder riktade till vuxna eller barn under 9 år. Eftersom sociala och kontextuella faktorer, såsom kulturell och religiös praxis, sociala stödnätverk och mediekonsumtion, enligt Pfefferbaum et al. (2021) kan påverka mass-traumareaktioner och interventionseffektivitet hos barn, exkluderades även studier som inte utförts i en västerländsk kontext. Flödesschemat nedan (figur 2) illustrerar processens gång och en sammanfattning av den inkluderade datan presenteras som tabell (bilaga 1).



Figur 2. Litteratursöknings- och urvalsprocessen

3.2 Innehållsanalys

För presentation av och redogörelse över den insamlade datan krävs sammanställning och sammanfattning av innehållet enligt en analytisk ram. Den insamlade datan i denna scoping review analyserades enligt Elo och Kyngäs (2008) modell för innehållsanalys med en induktiv ansats. Innehållsanalys som metod möjliggör reproducerbara och giltiga slutsatser från data till deras sammanhang, med målet att generera kunskap, nya insikter, en representation av fakta och en praktisk vägledning för handling. Syftet är att uppnå en koncis och omfattande beskrivning av fenomenet, med begrepp eller kategorier som beskriver fenomenet, som resultat. (Elo & Kyngäs, 2008) Då resultaten av denna litteraturstudie utgör kunskapsbasen vid utformningen av riktlinjer för stöd och bemötande i beredningsplanen för intensifierat ungdomsarbete, stödjer metoden framställning av kunskap som vägledning för den praktiska handlingen.

En innehållsanalys med induktiv ansats tillämpas då det inte finns några tidigare studier som behandlar fenomenet eller då datan är fragmenterad. Kategorier enligt tema härleds från den insamlade datan och går således från det specifika till det generella, då särskilda fall observeras och sedan kombineras till en större helhet. (Elo & Kyngäs, 2008) Eftersom kunskapen inom det studerade området på basen av den inledande sökningen är fragmenterad i den bemärkelsen att forskningen i stor grad fokuserar på de direkt utsatta individerna och individuella krisinterventioner för dem, ansågs en induktiv ansats vara lämplig för utförandet av studien.

Bearbetningen av materialet i denna studie byggde på tre huvudfaser: förberedelse, organisering och redovisning. Under den förberedande fasen valdes materialet ut, avgränsades samt lästes igenom upprepade gånger för att få en helhets känsla av innehållet. Då analysenheterna studerats ingående inleddes abstraktionsprocessen. Under abstraktionsprocessen analyserades materialet genom ett induktivt tillvägagångssätt och påbörjades med en öppen kodning, då anteckningar fördes under upprepad genomläsning av analysenheten. Meningsbärande enheter som svarade på studiens syfte och frågeställning identifierades och fördes in i en kodningsmatris. Efter identifiering och kondensering av meningsenheter och jämförelser av likheter och skillnader mellan dem, kodades de och grupperades till subkategorier, som i sin tur grupperades enligt tema under följande kategorier: *effekter*

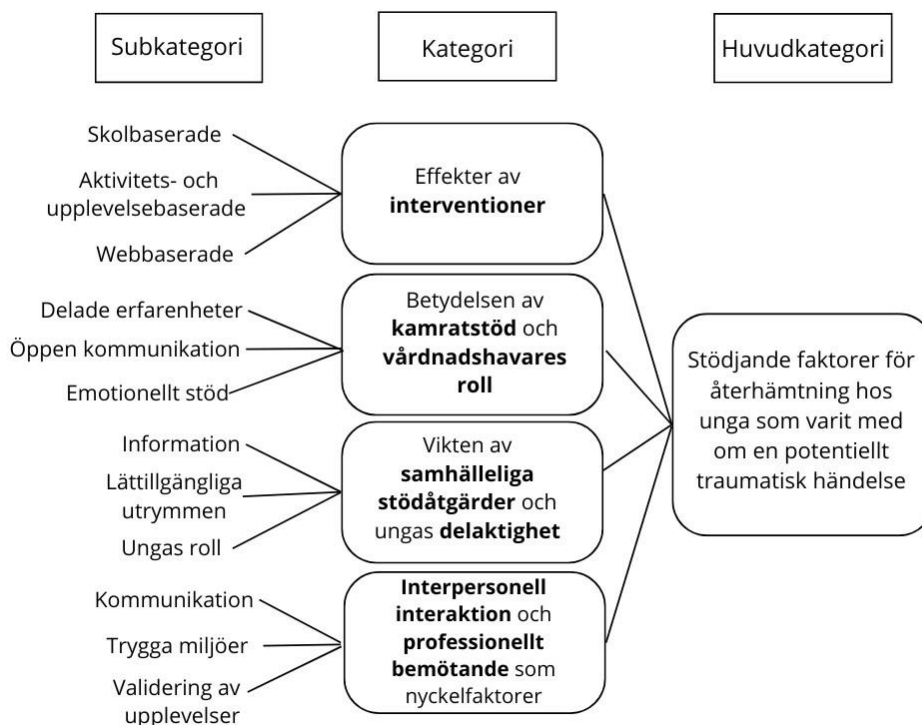
av interventioner, betydelsen av kamratstöd och vårdnadshavares roll, vikten av samhälleliga stödåtgärder och ungas delaktighet samt interpersonell interaktion och professionellas bemötande som nyckelfaktorer. Slutligen formulerades en övergripande huvudkategori: *Stödjande faktorer för återhämtning hos unga som varit med om en potentiellt traumatisk händelse*. Exempel på kodningsprocessen kan avläsas ur bilaga 2, där meningensheterna har bevarats på originalspråket för att säkerställa noggrannheten och undvika potentiella felaktigheter vid översättning. Analysprocessen utfördes i enlighet med Elo och Kyngäs (2008) anvisningar.

3.3 Etiska överväganden

I denna studie följs den forskningsetiska delegationens riktlinjer för god vetenskaplig praxis (Forskningsetiska delegationen, 2012). Förfaringssättet baserar sig på hederlighet, omsorgsfullhet och noggrannhet genom hela forskningsprocessen. I enlighet med god vetenskaplig praxis analyseras och presenteras den insamlade datan ärligt med respekt och erkännande till tidigare forskning och resultat genom att de tillmäts det värde som dem tillkommer och hänvisas till korrekt. Genom en korrekt presentation av data säkerställs att informationen som samlas in är tillgänglig och fri att kontrolleras, vilket ökar validiteten och reliabiliteten av studien. För att säkerställa litteraturstudiens transparens och tillförlitlighet är det avgörande att samtliga inkluderade artiklar redovisas och att resultaten presenteras i sin helhet, oavsett om de stödjer eller motsäger forskarens hypotes (Forsberg & Wengström, 2008). I denna litteraturstudie har alla identifierade resultat från analysprocessen redovisats, utan medveten förvrängning eller uteslutning av data. Vidare har samtliga inkluderade artiklar systematiskt dokumenterats i form av en tabell. Inget forskningslov krävs, då informanter inte används under genomförandet av studien.

4. Resultat

Resultatet av litteraturöversikten presenteras här i löpande text. En sammanfattning av resultaten, där de olika temana som kategorier och deras innehåll som subkategorier framgår, åskådliggörs i figuren nedan (figur 3). Denna figur utgör också resultatet av analysen som genomfördes under bearbetningen av det insamlade materialet. Resultatredovisningen utgår från de teman som identifierades vid analysen: effekter av interventioner, betydelsen av kamratstöd och vårdnadshavares roll, vikten av samhälleliga stödåtgärder och ungas delaktighet samt interpersonell interaktion och professionellas bemötande som nyckelfaktorer för återhämtning hos unga som varit med om potentiellt traumatiserande händelser. I tio artiklar låg fokus på interventioner, sex stycken behandlade socialt stöd och sju de samhälleliga stödåtgärdernas och delaktighetens betydelse vid potentiellt traumatiserande händelser. Interpersonell interaktion och professionellas bemötande av unga efter en potentiellt traumatiserande händelse beskrevs i åtta av de 19 inkluderade artiklarna. Nedan redogörs den kunskap om de studerade faktorerna för återhämtning hos unga som varit med om en potentiellt traumatiserande händelse med relevans för syftet av och forskningsfrågan i denna studie.



Figur 3. Sammanfattning av resultat

4.1 Effekter av interventioner

I flera av de inkluderade studierna har olika typer av interventioner riktade till barn och unga som upplevt en potentiellt traumatiserande händelse studerats. Effekterna av såväl skolbaserade, lärarledda gruppinterventioner och psykiska första hjälpen som natur- och aktivitetsbaserade interventioner samt expressivt skrivande och webbaserade interventioner beskrevs i dessa studier.

Skolbaserade interventioner utvärderades i fem studier (Cain et al., 2010; Carnes, 2023; Frydman & Mayor, 2017; Pfefferbaum et al., 2014; Witt et al., 2021) med positiva sociala, emotionella, beteendemässiga och akademiska resultat för barn och ungdomar. Pfefferbaum et al. (2014) poängterar, att det inte alltid finns tillgång till ett tillräckligt antal psykologiska experter efter en potentiellt traumatiserande händelse som påverkat en stor grupp människor. Lärare och annan skolpersonal ligger i en utmärkt position att hjälpa barn och unga efter katastrofer, eftersom de är förtrogna med utvecklingsprocesser och situationella kriser, har etablerade relationer med barnen och kommer sannolikt att märka känslomässiga, psykosociala och beteendemässiga förändringar samt prestationsproblem hos dem. Skolor utgör därmed en naturlig plats för genomförandet av insatser som psyko-education och socialt stöd, bedömning och övervakning av drabbade barn och unga samt identifiering av barn med problem som kräver mer intensiv professionell uppmärksamhet (Carnes, 2023; Frydman & Mayor, 2017; Pfefferbaum et al., 2014). Carnes (2023) utforskade expressivt skrivande som intervention vid skolor för att stärka empowerment och välbefinnande och fann även denna metod användbar för identifiering av elever i behov av kliniskt stöd. Skolbaserade gruppinterventioner har även möjlighet att bidra till minskad stigmatisering och den sociala aspekten av gruppbaserade interventioner kan anses fördelaktig (Pfefferbaum et al. 2014; Witt et al., 2021).

Enligt studien utförd av Cain et al. (2010) lider många barn och unga som utsatts för en potentiellt traumatiserande händelse av posttraumatiska symptom även om de inte direkt är berättigade till mer intensiv professionell uppmärksamhet. Många barn och unga som blivit utsatta för en potentiellt traumatiserande händelse återhämtar sig dock med hjälp av de grundläggande insatser som kan genomföras i skolor eller andra sammanhang i näromgivningen (Cain et al., 2010).

I tre av de inkluderade litteraturstudierna (Berger et al., 2023; Boddy et al., 2021; Mazzeo & Bendixen, 2023) låg fokus på natur- och aktivitetsbaserade interventioner. Såväl traumainformerade fysiska aktivitetsprogram (Berger et al., 2023), psykosociala interventioner som var belägna i eller utnyttjade den naturliga miljön (Boddy et al., 2021) som lek- och konstterapi samt utövande av joga och interventionsprogram med hästar (Mazzeo & Bendixen, 2023) kan minska posttraumatiska stressymptom och resultera i positiva sociala, emotionella, beteendemässiga och akademiska resultat för barn och ungdomar som blivit utsatta för en potentiellt traumatiserande händelse.

Två studier (Kenardy et al., 2015; Ruggiero et al., 2015) utvärderade effekterna av webbaserade interventioner riktade till barn och ungdomar. Även dessa webbaserade interventioner identifierades som gynnsamma för att förhindra förvärring av symptom och främja effektiv resursfördelning genom identifiering av ungdomar som bör hänvisas till mer intensiva stödåtgärder (Kenardy et al., 2015; Ruggiero et al., 2015). Teknologibaserade interventioner har potential att öka tillgången till nödvändiga resurser då de är kostnadseffektiva och kan distribueras på ett brett och privat sätt (Ruggiero et al., 2015).

Sammanfattningsvis visade interventionerna positiva resultat för barn och unga och kan stärka resiliens och välmående efter trauma. Skolbaserade program, natur- och aktivitetsbaserade interventioner samt webbaserade insatser bidrog till att minska posttraumatiska symptom och förbättra både sociala och emotionella aspekter. Dessa interventioner underlättade återhämtning och främjade copingstrategier, vilket resulterade i förbättrade akademiska prestationer och stärkt socialt stöd. Samtliga interventionstyper har visat sig vara effektiva för att ge barn och unga det stöd de behöver för att hantera och återhämta sig efter traumatiska upplevelser.

4.2 Betydelsen av kamratstöd och vårdnadshavares roll

Betydelsen av socialt stöd för barn och unga som upplevt en potentiellt traumatiserande händelse framkom i flera av de inkluderade studierna. Stöd från de naturliga sociala nätverken, som kamrater, vårdnadshavare samt övrig familj och närstående, framhölls som centralt för att förstärka resiliensen och stödja återhämtning.

Relationer med jämnåriga ger barn och unga möjligheter till öppen och ärlig kommunikation, vilket utgör en betydande källa till stöd och bidrar till att stärka resiliensen (MacDonald-Harker et al. 2021). Kamratstöd baseras på delande av liknande känslor, osäkerhet och gemensamma upplevelser (Turunen et al., 2014). Detta stöd präglas ofta av ömsidighet och kan föra med sig insikter i copingstrategier som andra jämnåriga med liknande erfarenheter använder sig av samt bekräfta barnets eller den ungas egna upplevelser. (MacDonald-Harker et al., 2021) Dessa relationer samt att hjälpa och stöda sina kamrater kan även fungera som en behövlig distraktion, då barnet eller den unga får möjligheten att fokusera på något annat än stressfaktorer förknippade med den potentiellt traumatiserande händelsen. Att aktivt hjälpa jämnåriga ger barn och ungdomar en känsla av kontroll i en annars instabil miljö, vilket kan bidra till en ökad känsla av självförtroende och ökad social kompetens. (MacDonald-Harker et al., 2021; Mooney et al., 2017).

Psykologiskt och emotionellt stöd från vårdnadshavare utgör en annan viktig form av socialt stöd som kan gynna återhämtning och stärka resiliensen hos barn och unga som utsatts för en potentiellt traumatiserande händelse. Genom att uppmuntra till och främja kommunikation och öppen dialog kan vårdnadshavare öka barnets känsla av stabilitet och trygghet samt stödja dem i att hantera och övervinna motgångar. (MacDonald-Harker et al., 2021; Mooney et al., 2017; Turunen et al., 2014). Forbes et al. (2012) fann i sin studie en obalans mellan unga vuxnas roll som autonoma individer och deras beroende av sina föräldrar för stöd, även om de upplevde familjens stöd som betydelsefull.

Dessa resultat antyder att ett starkt informellt stödnätverk, som inkluderar såväl vänner som familj, är en meningsfull faktor för främjande av trygghet och stabilitet samt resiliens och återhämtning för barn och unga som upplevt en potentiellt traumatiserande händelse. Kamratstöd ger möjligheter till öppen kommunikation och delande av erfarenheter, vilket stärker copingstrategier och självkänsla, medan vårdnadshavares emotionella stöd genom uppmuntran till dialog och öppen kommunikation ökar tryggheten och stabiliteten och därmed främjar hantering av svårigheter.

4.3 Vikten av samhälleliga stödåtgärder och ungas delaktighet

Sju av de inkluderade artiklarna behandlade olika aspekter av samhällets respons och hantering av katastrofer, samt betonade vikten av stödåtgärder och skapande av trygga utrymmen för barn och ungdomar efter potentiellt traumatiserande händelser. Även ungdomars aktiva roll i främjandet av samhällelig resiliens och betydelsen av att erkänna deras bidrag i denna process understryks.

Samhälleliga stödåtgärder kan komplettera det informella sociala nätverkets stöd genom att erbjuda psykoedukation, stärka och bygga relationer mellan barn och ungdomar samt tillhandahålla trygga fysiska och sociala utrymmen. (MacDonald-Harker et al., 2021; Selfridge et al., 2021; Turunen et al., 2014) Vid potentiellt traumatiserande händelser som påverkar ett stort antal barn och unga bör stödåtgärder vara lättillgängliga och erbjudas kort efter händelsen samt under en tillräckligt lång tid (Turunen et al., 2014; Witt et al., 2022). En bred intervention som utförs i skolan eller annan närmiljö kan utgöra första steget i en rekommenderad ”stepped care-approach”, med syfte att stärka skyddsfaktorer som socialt stöd och erbjuda psykoedukation om trauma och traumareaktioner samt copingstrategier för att stödja resiliens och återhämtning hos alla som händelsen berört. (Witt et al., 2022).

Barn och ungdomar är dock inte endast passiva mottagare av socialt stöd, utan är kapabla att ge stöd och påverka förändring i sina egna samhällen. Ett aktivt deltagande i samhällsprocesser och att hjälpa andra förstärker känslan av kontroll, trygghet och gemenskap, resulterar ofta i ett ökat antal sociala kontakter samt ger barn och unga möjligheter att upptäcka sina egna styrkor. (Bokszczanin, 2012; MacDonald-Harker et al., 2021) Barn och ungas deltagande exponerar dem för positiva influenser och möjligheter till inläring och utveckling, vilket stärker resiliensen. Dessutom utvecklas beslutsfattande- och problemlösningsfärdigheter, vilket ytterligare förstärker förmågan att hantera motgångar. (MacDonald-Harker et al., 2021, Pfefferbaum et al., 2017) Det enskilda barnets eller ungas resiliens är tätt kopplad till den samhälleliga resiliensen och stöds av tillgången till samhällets resurser. Delaktighet i samhällets processer, aktiviteter och stödåtgärder efter en potentiellt traumatiserande händelse gynnar den personliga utvecklingen och stärker

det sociala nätverket, samtidigt som samhället gynnas av engagemanget från unga invånare. (Bokszczanin, 2012; MacDonald-Harker et al., 2021; Pfefferbaum et al., 2017)

Selfridge et al. (2021) beskriver ett samhällsprojekt där ungdomar var delaktiga i skapandet av en konstupställning till minne av unga som avlidit av överdos. Projektet genomfördes i samarbete mellan olika sociala nätverk med målet att skapa en trygg plats och alternativa möjligheter för stöd och dialog. Forbes et al. (2012) i sin tur understryker vikten av hur samhället definierar unga vuxna, då det påverkar tillhandahållandet av exempelvis ungdomstjänster och kan skapa brister i tillgång till tjänster och praktiskt stöd.

Direkt och utförlig kommunikation och information riktad till såväl barn och unga som unga vuxna förebygger marginalisering genom en ökad känsla av delaktighet, vilket i sin tur ökar engagemanget i återhämtningsprocessen (Forbes et al., 2012; Pfefferbaum et al., 2017). Även föräldrarnas roll i att delge information är betydelsefull, eftersom att vara underrättad om vad som pågår både hemma och i samhället hjälper barn och unga att erhålla den kunskap de behöver för att känna sig trygga (MacDonald-Harker et al., 2021).

Sammanfattningsvis tyder den inkluderade forskningen på att involvera barn och ungdomar som aktiva aktörer i samhällsprocesser efter en potentiellt traumatiserande händelse stärker deras känsla av kontroll, trygghet och gemenskap. Därtill utvecklas färdigheter för beslutsfattande och problemlösning. Detta engagemang gynnar både individuell och samhällelig resiliens, då delaktighet i återhämtningsarbetet stärker det sociala nätverket och samhällsstödet. För att undvika marginalisering är direkt och tydlig kommunikation till både unga och deras föräldrar viktig, eftersom den stärker känslan av delaktighet och engagemang i återhämtningsprocessen.

4.4 Interpersonell interaktion och professionellas bemötande som nyckelfaktorer

Interpersonell interaktion och professionellas bemötande av unga som ett stödjande element beskrivs i åtta av de 19 inkluderade artiklarna. Resultaten betonade betydelsen av

kommunikation, trygga miljöer och validering av den ungas upplevelser som stöd för återhämtning hos unga som har genomgått en potentiellt traumatiserande händelse.

I interaktion med barn och unga som upplevt en potentiellt traumatiserande händelse är kommunikationen en central aspekt för att bygga förtroende, säkerställa trygghet och möjliggöra en effektiv återhämtningsprocess. De inkluderade studierna lyfter fram vikten av att skapa en öppen dialog där information delges på ett ärligt och relevant sätt som anpassas efter barnets eller den unges ålder och utvecklingsnivå (Forbes et al., 2012; Hickle, 2020; McEachron, 2014). Ett återkommande tema i de inkluderade studierna är betydelsen av att involvera unga i beslutsfattande processer och erkänna deras upplevelser som giltiga och viktiga. Att ge unga möjlighet att göra informerade val stärker deras självbestämmande och känsla av delaktighet, vilket främjar återhämtning och välbefinnande. Hickle (2020) betonar vikten av trygghet och kontroll för att stödja unga efter trauma, då dessa faktorer bidrar till emotionell stabilitet, resiliens och posttraumatisk tillväxt. Att skapa utrymmen där unga kan påverka beslut som rör deras liv är därför centralt, eftersom valfrihet är nära kopplad till fysisk, emotionell och relationell trygghet. Genom att fokusera på det som den unge själv upplever som angeläget kan tjänster och stöd skraddarsys för att möta individuella behov. Detta innebär att vuxna i beslutsfattande roller aktivt delar makt och skapar en miljö där unga upplever verkligt inflytande över de beslut som fattas med eller för dem. (Forbes et al., 2012; Hickle, 2020; McEachron, 2014) Även fysisk aktivitet och idrott har identifierats som viktiga verktyg för att stödja unga i återhämtningsprocessen. För att vara effektiva måste dessa aktiviteter utformas så att unga känner sig trygga och stödda, samtidigt som de får möjligheter att påverka innehållet och delta i beslut rörande aktiviteterna. På detta sätt kan idrott och fysisk aktivitet fungera som en arena för både social inkludering och emotionellt välbefinnande. (Berger et al., 2023)

Ett annat centralt tema är vikten av att validera och erkänna deltagarnas upplevelser som autonoma individer. Upplevelsen av stöd från nätverk – vare sig det gäller familj, vänner, samhälle eller professionella aktörer – beror i hög grad på om stödet stärker känslan av tillhörighet, legitimitet och engagemang i återhämtningsprocessen. Deltagare som känner sig marginaliserade eller frånkopplade från dessa nätverk rapporterar ofta brister i kommunikationen, vilket förvärrar känslan av utanförskap och osäkerhet (Forbes et al.,

2012). Effektiv kommunikation kräver anpassning till de plattformar och verktyg som unga föredrar. Flerplattformsansatser, där både sociala medier, mobilapplikationer och traditionella kommunikationsverktyg används, har visat sig vara särskilt framgångsrika. Deltagare i studierna betonade att regeringar och tjänsteleverantörer kunde förbättra sin kommunikation genom att använda officiella kanaler på sociala medier för att sprida viktig återhämtningsinformation (Forbes et al., 2012).

Effektiva interventioner för att främja resiliens och motståndskraft kräver miljöer som erbjuder tydliga strukturer och rutiner. Till exempel har visuella tidsplaner och tydligt uttryckta förväntningar visat sig skapa stabilitet och underlätta individens förmåga att hantera sin omgivning (Mazzeo & Bendixen, 2023). Dessutom har framgång uppnåtts genom att skapa miljöer där individer fritt kan uttrycka sina känslor, som sorg och obehag, utan att känna sig pressade att anpassa sig (McEachron, 2014). Inom sport och andra aktiviteter har ett traumainformerat förhållningssätt visat stor potential för att stödja unga som utsatts för trauma. Detta arbetssätt fokuserar på individens styrkor, skapar struktur och uppmuntrar utveckling av positiva relationer. Vidare understryker Berger et al., (2023) vikten av att de aktiviteter som ordnas är anpassade till de ungas lokala kontext, behov och intressen, vilket kan vara mer avgörande för deras välmående än själva aktiviteten. Mazzeo & Bendixen (2023) i sin tur framhäver vikten av icke-verbal interaktion i form av lekterapi, konstterapi och hästterapi för att behandla trauma. Hästterapi erbjuder exempelvis en möjlighet att uppleva terapeutisk fysisk beröring genom att borsta eller klappa ett djur, vilket främjar återhämtning i en trygg miljö.

De inkluderade studierna poängterar vikten av att integrera individens behov och erfarenheter i stödprocessen. Unga som varit med om en potentiellt traumatiserande händelse föredrar att personal agerar som vanliga vuxna snarare än att inta en auktoritär eller distanserad roll, vilket återspeglar behovet av att bli behandlad som en vuxen individ och att uppleva en känsla av delad mänsklighet. Genom att undvika att "fixa" problemen och istället erbjuda ärligt, professionellt stöd skapas en känsla av respekt och förståelse för individens autonomi, vilket är avgörande för deras återhämtning (Hickle, 2020). Unga människor uppskattar när vuxna uttrycker äkta känslomässiga reaktioner och betonar deras styrkor. Att erkänna och validera ungdomars upplevelser som unika och verkliga bidrar inte bara till att de känner sig hörda, utan också validerade. Om de-

ras förluster inte erkänns på ett individuellt plan, utan endast ses genom föräldrarnas eller samhällets perspektiv, kan det leda till marginalisering och en känsla av att inte vara delaktig i den större gemenskapens återhämtningsprocess. Ett starkt socialt nätverk och erkännande av individens erfarenheter stärker ungas känsla av tillhörighet och engagemang i återhämtningsarbetet, vilket är avgörande för att motverka marginalisering och främja en positiv utveckling efter trauman. (Carnes, 2015; Forbes et al., 2012; MacDonald-Harker et al., 2021; Turunen et al., 2014)

I arbete med unga som varit med om en potentiellt traumatiserande händelse kan professionella vuxna även bidra till att stärka relationer och bygga förbindelser mellan barn och ungdomar samt deras jämnåriga. Ett social-ekologiskt tillvägagångssätt, som inkluderar föräldrar, vårdnadshavare, familjer och kamrater i den större miljön, kan främja motståndskraft bland barn och ungdomar. Det är därför nödvändigt att både professionellt stöd och kamratnätverk beaktas för att skapa ett sammanhängande stöd som stärker individens återhämtningskapacitet. (MacDonald-Harker et al., 2021; Turunen et al., 2014) Gemensamma upplevelser av sorg, en stabilitet och kontinuitet i stödtjänster samt en vuxens vilja att lyssna, erkänna och validera är betydelsefulla aspekter i främjande av återhämtning (McEachron, 2014; Turunen et al., 2014). Utöver detta betonar McEachron (2014) vikten av utbildning och stöd för professionella som arbetar med unga som upplevt potentiellt traumatiserande händelser. För att kunna möta de ungas behov effektivt är det avgörande att de professionella har tillgång till relevant kunskap, handledning och stöd i sitt arbete. Genom att vara lyhörda för barnens och familjernas behov samt använda sina egna erfarenheter i kombination med handledning från kollegor, kan de skapa en trygg miljö. Att erkänna sin sårbarhet och vara närvarande i stunden stärker deras förmåga att hantera komplexa känslor som sorg. Dessutom är det centralt att uppmuntra ungdomars personliga reflektioner och tillåta olika tolkningar av sorg, vilket kan minska ångest och bidra till återhämtning.

Sammanfattningsvis indikerar forskningen att en kombination av trygghet, handlingsutrymme och tydliga strukturer är avgörande för att stödja ungdomar i deras återhämtning från trauma. Genom att möjliggöra delaktighet, ge unga möjligheten att göra informerade val och erbjuda skraddarsydd stödinsatser kan samhället säkerställa ett effektivt psykosocialt stöd och ge dem förutsättningar att bygga en positiv framtid. Ett lyhört och

empatiskt bemötande spelar en central roll i att stärka individens känsla av tillhörighet och erkännande, särskilt i samband med traumatiska upplevelser. Unga människor värderar relationer med vuxna där genuin mänsklig kontakt och ömsesidig respekt står i fokus. Evidensen visar att ett autentiskt och individanpassat stöd, där ungdomars unika upplevelser erkänns och valideras, är centralt för att bygga motståndskraft och främja återhämtning. Detta stöd bör utformas med en förståelse för ungas behov av erkännande, tillhörighet och engagemang i sin egen återhämtningsprocess samt det sociala nätverkets betydelse. För att säkerställa detta krävs inte bara empati och lyhördhet, utan också strategiska val i hur stödstrukturer utformas och hur professionella utbildas för att möta ungdomars behov i en trygg och stöttande miljö.

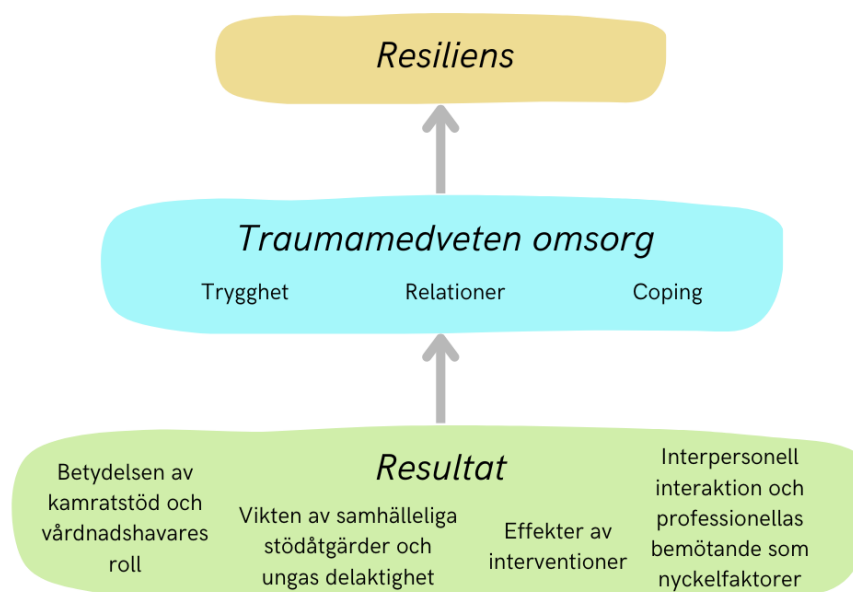
5. Diskussion

Nedan följer en vetenskaplig diskussion om studiens resultat och den valda metoden, med målsättningen att integrera studiens teoretiska bakgrund och referensram med de uppnådda resultaten, samt att kritiskt granska och reflektera över den metod som använts för genomförandet av studien.

5.1 Resultatdiskussion

Syftet med denna studie var att undersöka centrala faktorer och förhållningssätt som är avgörande för effektiva stödinsatser för unga som har utsatts för en potentiellt traumatiserande händelse, med målsättningen att redogöra för de centrala aspekter som bör beaktas vid utformningen av riktlinjer för stöd och bemötande i beredskapsplanen för intensifierat ungdomsarbete inom Ingå och Sjundeå kommuners ungdomstjänster. Arbetet utgick från forskningsfrågan: Vilka faktorer är avgörande för ungas återhämtning efter en potentiellt traumatiserande händelse? I den insamlade datan identifierades centrala faktorer gällande det övergripande temat: Stödjande faktorer för återhämtning hos unga som varit med om en potentiellt traumatiserande händelse. De mest framträdande resultaten presenteras, förklaras och analyseras i ljuset av bakgrundslitteraturen och den teoretiska referensramen för studien. Avslutningsvis sammanfattas en slutsats med särskilt fokus på resultatets betydelse för det praktiska arbetet i utformningen av beredskapsplanen för intensifierat ungdomsarbete vid Ingå och Sjundeå ungdomstjänster.

Forskningsfrågan för denna litteraturstudie besvarades genom identifiering och analys av fyra framträdande teman baserade på den insamlade datan: effekter av interventioner, betydelsen av kamratstöd och vårdnadshavares roll, vikten av samhälleliga stödåtgärder och ungas delaktighet samt interpersonell interaktion och professionellas bemötande som nyckelfaktorer för återhämtning hos unga som varit med om potentiellt traumatiserande händelser. Studiens resultat korrelerar starkt med såväl Baths (2005) teori om traumamedveten omsorg som Bonannos (2004) teori om resiliens, vilka utgör den teoretiska referensramen i detta arbete. I dessa teorier läggs en stark betoning på bl.a. vikten av socialt stöd, trygghet och tillgänglighet av samhälleliga stödinsatser i näromgivningen. Dessa faktorer framkommer genomgående i den insamlade datan och de framställda resultaten. Kopplingen mellan den teoretiska referensramen och resultatet för denna studie åskådliggörs i figuren nedan (figur 4).



Figur 4. Samband mellan teori och resultat

De uppnådda resultaten överensstämmer även med de fem nyckelprinciperna för intervention efter katastrofer och massvåld som utarbetats av Hobfoll et al. (2007) och har använts som en stark referens i bakgrundslitteraturen. Tidigare forskning belyser effektiviteten hos skolbaserade interventioner som en strategi för att stödja större grupper (Wolmer et al., 2011; Chemtob, 2002). Dessutom framhålls att dessa grundläggande insatser inte bara möjliggör identifiering av individuella stödbehov (Murray, 2006; Al-Aho, 2011; Henriksson & Laukkala, 2010), utan också ofta är tillräckliga för att främja återhämtning hos barn och unga (Bonanno et al., 2010). Detta perspektiv förstärks av Bath (2016), som i sin teori om traumamedveten omsorg betonar vikten av en stödjande näromgivning. En sådan miljö främjar socialt stöd och bidrar till utvecklingen av resiliens hos unga. Dessa aspekter återspeglas även i denna studies resultat, då de analyserade gruppinterventionerna i olika sammanhang i näromgivningen visade sig vara effektiva i att tillhandahålla barn och unga det stöd som krävs för att hantera och återhämta sig efter potentiellt traumatiserande upplevelser (Berger et al., 2023; Boddy et al., 2021; Cain et al., 2010; Carnes, 2023; Frydman & Mayor, 2017; Kenardy et al., 2015; Mazzeo & Bendixen, 2023; Pfefferbaum et al., 2014; Ruggiero et al., 2015; Witt et al., 2021).

Betydelsen av socialt stöd för barn och unga som utsatts för potentiellt traumatiserande händelser framhålls både av Bonanno (2004) i hans teori om resiliens och av Bath (2015) i kontexten av traumamedveten omsorg. Enligt Bonanno (2004) fungerar sociala relationer som en buffert mot stress och trauma, där tillgång till stödjande nätverk kan erbjuda emotionellt stöd, praktisk hjälp och validering av individens upplevelser. Inom teorin om traumamedveten omsorg framhålls relationer som en av tre centrala pelarna, där emotionellt tillfredsställande relationer med omsorgsfulla vuxna och andra barn samt ett sammanhang i omgivningen utgör viktiga former av socialt stöd som främjar positiv förändring och utveckling av resiliens (Bath, 2016). I enlighet med dessa teorier indikerar resultaten av denna studie att ett starkt informellt stödnätverk, bestående av både vänner och familj, är en betydande faktor för att främja trygghet, stabilitet, resiliens och återhämtning hos barn och unga som upplevt potentiellt traumatiserande händelser. Kamratstöd erbjuder möjligheter till öppen kommunikation och erfarenhetsutbyte, vilket stärker både copingstrategier och självkänsla. Samtidigt bidrar vårdnadshavares emotionella stöd, genom att uppmuntra dialog och öppen kommunikation, till ökad trygghet och stabilitet,

vilket i sin tur underlättar hanteringen av svårigheter. (Forbes et al., 2012; MacDonald-Harker et al., 2021; Mooney et al., 2017; Turunen et al., 2014)

Resultaten av denna studie påvisar även att genom att involvera barn och ungdomar som aktiva deltagare i samhällsprocesser efter potentiellt traumatiserande händelser stärks deras känsla av kontroll, trygghet och gemenskap. Detta engagemang bidrar även till utvecklingen av färdigheter inom beslutsfattande och problemlösning. Sådan delaktighet främjar både individuell och samhällelig resiliens genom att stärka det sociala nätverket och samhällsstödet. För att motverka marginalisering framhålls vikten av direkt och tydlig kommunikation till både unga och deras föräldrar, vilket ökar känslan av delaktighet och engagemang i återhämtningsprocessen. (Bokszczanin, 2012; Forbes et al., 2012; MacDonald-Harker et al., 2021; Pfefferbaum et al., 2017; Selfridge et al., 2021; Turunen et al., 2014; Witt et al., 2021) Dessa resultat överensstämmer med Hobfoll et al.:s (2007) beskrivning av de fem nyckelprinciperna för interventioner efter katastrofer och massvåld, vilka bland annat framhäver vikten av att främja känslan av tillit till både individuell och kollektiv förmåga samt att stärka samhörigheten. Bath (2015) i sin tur poängterar vikten av att skapa lättillgängliga, trygga miljöer för barn och unga där såväl fysisk säkerhet och social trygghet säkerställs.

Resultatet av denna studie understryker ungas inklusion och delaktighet i beslutsprocesser, ärlig, relevant information samt möjligheter att göra informerade val som centrala aspekter för att säkerställa ett effektivt psykosocialt stöd för barn och unga. Vid bemötandet av barn och unga som har upplevt potentiellt traumatiserande händelser är kommunikationen avgörande för att bygga förtroende, skapa trygghet och stödja återhämtningen. Såväl Forbes et al. (2012), Hickle (2020) som McEachron (2014) betonar vikten av en öppen och ärlig dialog, anpassad efter individens ålder och utvecklingsnivå. Möjligheten att fatta informerade beslut stärker ungas känsla av självbestämmande och kontroll, vilket bidrar till att de känner sig värdefulla och delaktiga i samhället (Hickle, 2020). Dessa resultat överensstämmer med principerna för psykologisk första hjälp till barn och unga, som understryker vikten av att information anpassas enligt ålder och utvecklingsnivå (Almqvist et al., 2019). Inom teorin om traumamedveten omsorg betonas ärlighet och öppenhet i kommunikationen som en nyckelfaktor vid skapande av trygga miljöer för barn. (Bath, 2015)

Trygghet och kontroll är centrala för återhämtning från trauma och ungas välbefinnande, då trygghet skapar emotionell stabilitet, stärker resiliens och främjar posttraumatisk tillväxt. Resultaten påvisar att en balanserad kombination av trygghet, handlingsutrymme och tydliga strukturer är avgörande för att stödja ungdomars återhämtning från trauma. Det är viktigt att skapa utrymmen där unga kan påverka beslut och omständigheter i sina liv, eftersom valmöjligheter och kontroll stärker deras känsla av fysisk, emotionell och relationell trygghet (Hickle, 2020), samt där de fritt kan uttrycka sina känslor, som sorg och obehag, utan att känna sig pressade att anpassa sig (McEachron, 2014). Dessa resultat korrelerar med Baths (2015) teori om traumamedveten omsorg, då den hävdar att fokus i arbete med barn och unga som upplevt trauma bör vara att skapa en trygg och säker miljö. Detta omfattar inte bara fysisk säkerhet utan även social trygghet i relationer, emotionell trygghet genom acceptans och empati samt kulturell trygghet. Engagemang i vardagliga, interpersonella aktiviteter, som exempelvis bollspel eller utövande av musik tillsammans, främjar positiva relationer och bidrar till att säkerställa en trygg miljö. (Bath, 2016) Även Hobfoll et al.(2007) beskriver främjande av känslan av trygghet som en av de fem nyckelprinciperna för intervention efter katastrofer och massvåld.

Slutligen påvisar resultatet av denna kartläggande litteraturstudie vikten av ett individanpassat och autentiskt stöd, där ungdomars unika upplevelser erkänns och valideras. Stödet bör utgå från ungas behov av erkännande, tillhörighet och delaktighet i sin egen process. Ett stabilt socialt nätverk och bekräftelse av individens erfarenheter stärker ungas känsla av tillhörighet och delaktighet i återhämtningen. Detta är avgörande för att motverka marginalisering och främja en positiv utveckling efter trauma (Carnes, 2015; Forbes et al., 2012; MacDonald-Harker et al., 2021; Turunen et al., 2014). Utöver detta är utbildning och stöd för professionella avgörande för att skapa en trygg miljö och möta ungas behov (McEachron, 2014). Denna aspekt bestyrkes av såväl tidigare forskning som den teoretiska referensramen i denna studie. Almqvist et al. (2019) understryker vikten av uttryckande av tilltro till att barnet eller den unga själv vet vad som är rätt och viktigt för dem, medan Bonanno (2004) i sin teori betonar validering av individens upplevelser. I Hobfoll et al.:s (2007) teori betonas starkt betydelsen av främjande av känslan av tillit till självförmåga och kollektiv förmåga, samt främjande av samhörighet och hopp i bemötandet av en person som upplevt en potentiellt traumatiserande händelse. Även teorin om

traumamedveten omsorg är starkt anknuten till denna aspekt, då en av de tre centrala pelarna fokuserar på vikten av relationsbyggande. Att skapa en förtroendefull relation med barn och unga som upplevt trauma kräver tid och tålmod. En positiv relation till en trygg vuxen kan hjälpa dem att hantera stress och reglera känslor, vilket understryker vikten av relationsbyggande (Bath, 2015). När barn saknar förmåga till självreglering blir vuxnas stöd avgörande genom att erbjuda lugn, stabilitet och bekräftelse. Eftersom traumatiserade unga är särskilt känsliga för andras emotionella tillstånd är det viktigt att vuxna har kontroll över sina egna känslor och förmedlar trygghet (Bath, 2016).

5.2 Metoddiskussion

I denna studie användes scoping review som metod och den insamlade datan analyserades enligt Elo & Kyngäs (2008) modell för innehållsanalys med en induktiv ansats. Nedan följer en diskussion kring genomförandet, de valda datainsamlings- och analysmetoderna samt tillförlitligheten av studien.

För att uppnå studiens syfte och besvara forskningsfrågan valdes en omfattande översiktsstudie i form av en scoping review som metod. Enligt Arksey och O'Malley (2005) är denna metod särskilt lämplig för att identifiera och kartlägga tillgänglig evidens inom ett specifikt forskningsområde, särskilt när litteraturen ännu inte har granskats heltäckande eller kännetecknas av stor komplexitet, heterogenitet eller en omfattning som gör en mer preciserad systematisk översikt mindre ändamålsenlig. Scoping reviews kan även användas för att sammanfatta och sprida forskningsresultat, vilket gjorde metoden relevant för denna studie. Målsättningen för studien var att identifiera och kartlägga tillgänglig evidens inom ett område med befintliga forskningsluckor och fragmenterad data, för att skapa en kunskapsbas som stöd för utformningen av riktlinjer för stöd och bemötande inom ramen för beredskapsplanen för intensifierat ungdomsarbete vid Ingå och Sjundeå kommuners ungdomstjänster.

Under datainsamlingen genomfördes databassökningarna med begränsning till enbart akademiska tidskrifter med fulltext tillgänglig samt en avgränsning till åren 2010–2024 och språket engelska, svenska eller finska. Detta innebär att studier på andra språk och

publikationer som inte var peer-reviewed exkluderades i databassökningen. Vid den manuella sökningen fanns det möjlighet att inkludera även denna typ av data. Dessutom uteslöts eventuella relevanta studier från före år 2010. Urvals- och exkluderingskriterierna fastställdes enbart av författaren, vilket kan ha begränsat studiens omfattning och lett till att vissa relevanta artiklar förbises. Baserat på testsökningen ansågs begreppet "resiliens" som sökterm vara för begränsande för litteratururvalet och uteslöts därför vid datainsamlingen.

Eftersom en scoping review inte inkluderar en systematisk kvalitetsgranskning av insamlad data kan detta påverka både studiens trovärdighet och generaliserbarhet. Den breda ansatsen medför även en potentiell risk för subjektiv tolkning av resultaten samt att relevanta aspekter kan förbises. Datainsamlingen genomfördes i enlighet med de riktlinjer som fastställts av Arksey och O'Malley (2005) och redovisas utförligt för att öka studiens transparens och tillförlitlighet. Arksey och O'Malley (2005) understryker även att då scoping reviews primärt syftar till att kartlägga befintlig forskning snarare än att genomföra en detaljerad analys av effektstorlek eller evidensstyrka, kan användbarheten för policybeslut och praktiska insatser vara begränsad. På grund av de ovan nämnda begränsningarna kunde denna scoping review kompletteras med andra metoder, såsom systematiska litteraturöversikter, för att utvärdera evidensens styrka och kvalitet mer ingående.

Innehållsanalys som metod möjliggör för forskaren att dra reproducerbara och giltiga slutsatser från data och deras kontext, med syftet att generera ny kunskap, insikter, en representation av fakta samt praktisk vägledning för handling (Elo & Kyngäs, 2008). I denna studie, som utgör den teoretiska grunden och referensramen för utvecklingen av en beredskapsplan för intensifierat ungdomsarbete, används innehållsanalys som metod för att skapa kunskap som kan fungera som vägledning i praktiska sammanhang. Enligt Elo och Kyngäs (2008) kan en begränsning med kvalitativ innehållsanalys vara att resultaten bygger på forskarens tolkningar, vilket kan påverka objektiviteten. För att öka studiens trovärdighet har analysprocessen beskrivits noggrant och skribenten har strävat till att minimera påverkan av sina tidigare erfarenheter, värderingar och antaganden vid tolkning och analysering av data genom att kontinuerligt ifrågasätta och kritiskt granska sina egna perspektiv under forskningsprocessen.

Eftersom den existerande forskningen främst fokuserar på de direkt drabbade individerna och deras individuella krisinterventioner, ansågs det vara lämpligt att använda en induktiv ansats för att hantera den fragmenterade kunskapen inom området. Den induktiva ansatsen främjade en öppenhet för nya insikter och möjliggjorde framväxten av oväntade mönster och teman som inte skulle ha blivit tydliga genom användning av förutbestämda kategorier. Elo och Kyngäs (2008) påpekar dock, att även den induktiva ansatsen kan medföra en risk för subjektivitet i studien, då forskaren spelar en aktiv roll i kategorisering och tolkning av data. Detta innebär att forskarens förförståelse kan påverka resultaten. Skribenten har under analysprocessen gång tagit denna aspekt i beaktande och strävat till objektivitet och transparens genom att utföra analysarbetet enligt Elo och Kyngäs (2008) anvisningar samt redovisa processen utförligt. Resultatet av en induktiv innehållsanalys kan ha begränsad generaliserbarhet, eftersom metoden innebär en djupgående och kontextspecifik analys av särskilda data. I denna studie har dock en strävan att öka generaliserbarheten genomförts genom noggrant dokumenterande av hela processen för datainsamling, urval och analys. Dessutom har en mångsidig och representativ datainsamling genom olika källor använts för att stärka studiens överförbarhet. Inklusions- och exklusionskriterier har tillämpats för att säkerställa relevans och öka resultatens överförbarhet till den aktuella kontexten.

5.3 Slutsats

I enlighet med tidigare forskning visar resultaten av denna litteraturstudie att grundläggande insatser i näromgivningen både möjliggör identifiering av individuella stödbehov och ofta är tillräckliga för att främja återhämtning hos barn och unga efter en potentiellt traumatiserande händelse. Detta indikerar att intensifierat ungdomsarbete är av stor betydelse och har potentialen att nå och stödja många unga som annars skulle ha blivit utan adekvata stödinsatser och stödjer därmed behovet av att utarbeta en beredskapsplan för Ingå och Sjundeå ungdomstjänster inför dessa situationer. De erbjudna stödinsatserna bör ge möjligheter till socialt umgänge i en fysiskt, psykiskt och emotionellt trygg miljö samt stödja de ungas sociala nätverk för att främja trygghet, stabilitet, resiliens och återhämtning. I den aktuella kontexten kan detta genomföras genom att utöka ungdomsgårdarnas öppettider, aktivt uppehålla goda relationer till och öppen kommunikation med vårdnads-

havare samt säkerställa tillräckliga personalresurser för att skapa en trygg miljö, där ungdomar får möjlighet till samtal och stöd från både jämnåriga, familj och andra trygga vuxna. För att försäkra ett individanpassat och autentiskt stöd som utgår från de ungas behov av erkännande, tillhörighet och delaktighet, bör utbildning och stöd för de anställda erbjudas. Inom Ingå och Sjundeå ungdomstjänster förverkligas en del av detta stöd i form av de riktlinjer gällande stöd och bemötande som utarbetas utgående från resultatet av denna studie.

Det finns i dagsläget begränsad kunskap om hur potentiellt traumatiserande händelser hanteras inom ungdomstjänsters verksamhet, vilket motiverar behovet av vidare forskning för en fördjupning av förståelsen inom detta fält. Framtida forskning skulle med fördel kunna fokusera på såväl ungdomars som professionellas erfarenheter av hur intensifierat ungdomsarbete påverkar återhämtningsprocessen. Dessutom kunde betydelsen av en tydlig beredskapsplan och konkreta riktlinjer för bemötande av unga i sådana situationer undersökas närmare, särskilt med avseende på hur dessa verktyg kan stödja yrkesverksamma i deras arbete.

Källor

- Ala-Aho, S., Turunen, T., & Penttala, M. (2011) *Kauhajoki-hankkeen loppuraportti. Psykososiaalisen tuen organisointi ja toteutus Kauhajoen koulusurmien jälkeen*. EteläPohjanmaan sairaanhoitopiiri, Seinäjoki. https://www.researchgate.net/publication/275026975_Kauhajoki-hankkeen_loppuraportti_Psykososiaalisen_tuen_organisointi_ja_toteutus_Kauhajoen_koulusurmien_jalkeen
- Allians r.f. (2018). *Krispärm för ungdomssektorn*. <https://mieli.fi/wp-content/uploads/2022/12/Krisparm-for-ungdomssektorn.pdf>
- Almqvist, K., Norlén, A., & Tingberg, B. (2019). *Barn, unga och trauma. Att uppmärksamma, förstå och hjälpa*. Natur & Kultur.
- Arksey, H. & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: Towards a methodological framework. *International journal of social research methodology*, 8(1), s.19-32.
- Bath, H. (2015). The Three Pillars of TraumaWise Care: Healing in the Other 23 Hours, *Reclaiming Children and Youth*, 23(4), s.5-11.
- Bath, H. (2016) *The Three Pillars of Transforming care: Healing in the 'other 23 hours'*. <http://www.twi.org.au/3PHealingInTheOther23Hours.pdf>
- Berger, H., O'Donohue, K., Jeanes, R., & Alfrey, L. (2023). Trauma-informed practice in physical activity programs for young people: A systematic review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 25(4), s.2584–2597. doi: 10.1177/15248380231218293
- Bisson, J. & Tavakoly, B. (2008). *The TENTS guidelines for psychosocial care following disasters and major incidents*. The European Network for Traumatic Stress. <https://www.estss.org/uploads/2011/04/TENTS-Full-guidelines.pdf>
- Boddy, J., Slattery, M., Liang, J., Gallagher, H. L., Smith, A., & Agllias, K. (2021). Psychosocial interventions situated within the natural environment with young people who have experienced trauma: A scoping review. *British Journal of Social Work*, 51(3), 1018–1040. doi: 10.1093/bjsw/bcaa093
- Bokszczanin, A. (2012). Social support provided by adolescents following a disaster and perceived social support, sense of community at school, and proactive coping. *Anxiety, Stress, & Coping*, 25(5), 575–592. doi: 10.1080/10615806.2011.622374
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20–28.
- Bonanno, G. A. (2010). *The Other Side of Sadness: What the New Science of Bereavement Tells Us About Life After Loss*. Basic Books.

- Cain, D. S., Plummer, C. A., Fisher, R. M., & Bankston, T. Q. (2010). Weathering the storm: Persistent effects and psychological first aid with children displaced by Hurricane Katrina. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 3(4), 330–343. doi: 10.1080/19361521.2010.523063
- Carnes, S. (2022). Porque me desahogué: Expressive writing as a tool for school-based trauma treatment in Central American adolescents. *Child Welfare*, 100(4), 21–42.
- Dyregrov, A. (2010). *Barn och trauma* (2 uppl.). Studentlitteratur.
- Elo, S. & Kyngäs, H. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing*, 62(1), s. 107–115. doi: 10.1111/j.1365-2648.2007.04569.x
- Folkhälsomyndigheten. (2017). *Handledning för litteraturoversikter* (Version 2.0). <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/94c7c7cd41ca43b4be207c9b8c78df07/handledning-litteraturoversikter.pdf>
- Forbes, J., Jones, R., & Reupert, A. (2012). In the wake of the 2009 Gippsland fires: Young adults' perceptions of post-disaster social supports. *Australian Journal of Rural Health*, 20(3), 158–163. doi: 10.1111/j.1440-1584.2012.01271.x
- Forsberg, C. & Wengström, Y. (2016) *Att göra systematiska litteraturstudier: värdering, analys och presentation av omvårdnadsforskning* (4 uppl.). Natur & Kultur.
- Forskningsetiska delegationen. (2012). *God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland*. https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf
- Frydman, J. S., & Mayor, C. (2017). Trauma and early adolescent development: Case examples from a trauma-informed public health middle school program. *Children & Schools*, 39(4), 238–247. doi: 10.1093/cs/cdx017
- God medicinsk praxis-rekommendation. (2022). *Traumaperäinen stressihäiriö*. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Psykiatriyhdistys ry:n ja Suomen Lastenpsykiatriyhdistys ry:n asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. www.kaypahoito.fi
- Hickle, K. (2020). Introducing a trauma-informed capability approach in youth services. *Children & Society*, 34(6), 537–551. doi: 10.1111/chso.12388
- Hobfoll, S., Watson, P., Bell, C., Bryant, R., Brymer, M., Friedman, M., Friedman, M., Gersons, B., de Jong, J., Layne, C., Maguen, S., Neria, Y., Norwood, A., Pynoos, R., Reissman, D., Ruzek, J., Shalev, A., Solomon, Z., Steinberg, A., & Ursano, R. (2007). Five Essential Elements of Immediate and Mid-Term Mass Trauma Intervention: Empirical Evidence. *Psychiatry*, 70(4), s. 283–315. doi: 10.1521/psyc.2007.70.4.283

- Kenardy, J. A., Cox, C. M., & Brown, F. L. (2015). A web-based early intervention can prevent long-term post-traumatic stress reactions in children with high initial distress following accidental injury. *Journal of Trauma & Stress*, 28(4), 366–369. doi: 10.1002/jts.22025
- Lag om ordnande av social- och hälsovård (612/2021). <https://www.finlex.fi/sv/laki/alkup/2021/20210612>
- Mazzeo, G. & Bendixen, R. (2023). Community-based interventions for childhood trauma: A scoping review. *OTJR: Occupation, Participation and Health*, 43(1), s.14–23. doi: [10.1177/15394492221091718](https://doi.org/10.1177/15394492221091718)
- McDonald-Harker, C. L., DuMont, K., & Sullivan, L. (2021). A strength-based approach to exploring factors that contribute to resilience among children and youth impacted by disaster. *British Journal of Social Work*, 51(5), 1756–1775. doi: 10.1093/bjsw/bcaa220
- McEachron, G. (2014). Compassion for the young experiencing the trauma of death. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 7(1), 63–72. doi: 10.1007/s40653-014-0005-0
- Michel, P-E. (red.), Lundin, T., Bergh Johannesson, K., Nilsson, D. & Arnberg, F. (2018). *Psykotraumatologi* (3 uppl.). Studentlitteratur.
- Murray, J. (2006). Addressing the psychosocial needs of children following disasters. *J Spec Pediatr Nurs*, 11(2), s.133-7. doi: 10.1111/j.1744-6155.2006.00055.x.
- NICE. (2018). *Post-traumatic stress disorder*. NICE guidelines. National Institute for Health and Care Excellence. <https://www.nice.org.uk/guidance/ng116>
- Pfefferbaum, B., Nitiéma, P., & Newman, E. (2021) A critical review of effective child mass trauma interventions: What we know and do not know from the evidence. *Behavioral Sciences*, 11(2). doi: 10.3390/bs11020025
- Pfefferbaum, B., Pfefferbaum, R. L., Van Horn, R. L., & Klomp, R. W. (2017). Involving adolescents in building community resilience for disasters. *American Behavioral Scientist*, 61(3), 240–257. doi: 10.1177/0002764217690701
- Pfefferbaum, B., Sweeton, J., Newman, E., Varma, V., Noffsinger, M., Shaw, J., Chrisman, A & Nitiéma, P. (2014). Child disaster mental health interventions, part II. *Disaster Health*, 2(1), s.58-67. doi: 10.4161/dish.27535
- Ruggiero, K. J., Price, M., Adams, Z., Stauffacher, K., McCauley, J., Danielson, C. K., Knapp, R., Hanson, R., Davidson, T. M., Amstadter, A. B., Carpenter, M. J., Saunders, B. E., & Kilpatrick, D. G. (2015). Web intervention for adolescents affected by disaster: Population-based randomized controlled trial. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 54(8), 652-660. doi: 10.1016/j.jaac.2015.06.009

- Rädda Barnen. (2018). *Traumamedveten omsorg. Att möta barn och unga som varit med om svåra påfrestningar och trauma*. https://www.raddabarnen.se/globalassets/dokument/rad--kunskap/arbetar-forbarn/tmo/rb_tmo_2018_a5_22nov_k1.pdf
- Saari, S., Kantanen, I., Kämäräinen, L., Parviainen, K., Valoaho, S., & Yli-Pirilä, P. (red.). (2009). *Hädän hetkellä – psykkinen ensiavun opas* (1-2 uppl.). Duodecim, Suomen Punainen Risti.
- Selfridge, M., Robinson, J. C., & Mitchell, L. M. (2021). heART space: Curating community grief from overdose. *Global Studies of Childhood*, 11(1), 2043610621995838. doi: 10.1177/2043610621995838
- Socialstyrelsen. (2018). *Krisstöd vid allvarlig händelse*. Artikelnummer 2018-10-9. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2018-10-9.pdf>
- Socialvårdslag (1301/2014). <https://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/2014/20141301>
- Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. (2019). *Äkillisiin traumaattisiin tilanteisiin liittyvän psykososiaalisen tuen kehittäminen. Työryhmän loppuraportti*. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön raportteja ja muistioita 2019:46.
- Turunen, T., Haravuori, H., Pihlajamäki, J. J., Marttunen, M., & Punamäki, R.-L. (2014). Framework of the outreach after a school shooting and the students' perceptions of the provided support. *European Journal of Psychotraumatology*, 5, 23079. doi: 10.3402/ejpt.v5.23079
- Ungdomslag (1285/2016). <https://www.finlex.fi/sv/laki/alkup/2016/20161285>
- Witt, A., Sachser, C., & Fegert, J. M. (2024). Scoping review on trauma and recovery in youth after natural disasters: What Europe can learn from natural disasters around the world. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(3), 651–665. doi: 10.1007/s00787-022-01983-y
- World Health Organization. Department of Mental Health and Substance Abuse. (2013). *Guidelines for the management of conditions specifically related to stress*. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/85119/9789241505406_eng.pdf?sequence=1
- Wolmer, L., Hamiel, D., & Laor, N. (2011). Preventing children's posttraumatic stress after disaster with teacher-based intervention: a controlled study. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 50(4), s. 340-348. doi: 10.1016/j.jaac.2011.01.002.

BILAGA 1 Inkluderad litteratur

Forskare, publiceringsår,land	Titel	Typ av studie	Studiepopulation	Studiens syfte	Väsentliga resultat	Databas
Bokszczanin (2012), Polen	Social support provided by adolescents following a disaster and perceived social support, sense of community at school, and proactive coping	Longitudinell kvantitativ studie	266 unga i åldern 13-21	Undersöka unga personers engagemang i att bistå sitt samhälle efter en katastrof samt fastställa om detta korrelerar med deras senare uppfattningar av relationer med andra samt uppfattningar av sig själva	Ökad grad av stöd som erbjöds efter över svämningen kunde associeras med högre nivåer av upplevt socialt stöd, en stärkt känsla av gemenskap i skolmiljön samt en ökad benägenhet att engagera sig i proaktiv hantering av svårigheter.	CINAHL
Berger et al. (2023), Australien	Trauma-informed practice in physical activity programs for young people: A systematic review.	Systematisk litteraturöversikt	-	Utforska evidensbaserade, traumainformerade fysiska aktivitetsprogram för unga	De flesta av de granskade programmen visade sig ha positiva effekter på barns och ungdomars sociala, emotionella, beteendemässiga och akademiska utveckling.	Sage
Boddy et al. (2021), Australien	Psychosocial Interventions Situated Within the Natural Environment with Young People Who Have Experienced Trauma: A Scoping Review	Scoping review	-	Undersöka hur naturen används i psykosociala interventioner med unga människor i åldrarna tio till tjugofyra år som har upplevt trauma, och vilken påverkan dessa interventioner har på unga människors mentala hälsa.	Positiva förändringar över ett brett spektrum av mentala hälsoutfall för unga människor uppnåddes i psykosociala interventioner som var belägna i eller utnyttjade den naturliga miljön	CINAHL
Cain et al. (2010), USA	Weathering the Storm: Persistent Effects and Psychological First Aid with Children Displaced by Hurricane Katrina	Icke-sannolikhetsbaserad, bekvämlighetsurval med pre-test-post-test-gruppsdesign	99 barn och unga i åldern 5-15	Undersöka användningen av en 6-veckors PFH-gruppintervention bland barn i åldrarna 5 till 15 år	En statistiskt signifikant förbättring av PTSD-symtom bland barn i interventionsgruppen.	Manuell
Carnes (2023), USA	Porque Me Desahogué: Expressive Writing as a Tool for School-based Trauma Treatment in Central American Adolescents	Explorativ studie, gruppintervention	80 unga i åldern 17-21	Framhäva den potentiella kraften av expressivt skrivande som intervention vid skolor för att stärka empowerment och välbefinnande.	Användbar metod för att identifiera de elever som var i behov av kliniskt stöd. Deltagarna upplevde huvudsakligen en positiv inverkan.	CINAHL

Forbes et al. (2012), Australien	In the wake of the 2009 Gippssland fires: Young adults' perceptions of post-disaster social supports	Kvalitativa halvstrukturerade intervjuer	10 unga vuxna i åldern 18–27 år	Utforska unga vuxnas erfarenheter av både formella och informella sociala stödnätverk	Vikten av erkännande och validering av ungas erfarenheter som autonoma individer	CINAHL
Frydman & Mayor (2017), USA	Trauma and Early Adolescent Development: Case Examples from a Trauma-Informed Public Health Middle School Program	Fallstudie	Två kliniska fall från en högsta-dieskola i Connecticut	Beskriva och diskutera Animating Learning by Integrating and Validating Experience (ALIVE) -programmet, en skolbaserad, trauma-informerad intervention som grundar sig i en folkhälsostruktur.	En folkhälsoinriktad skolinterventionsmodell ger möjligheter att hantera de psykosociala och beteendemässiga problem som uppstår till följd av traumautlösning.	CINAHL
Hickle (2020), Storbritannien	Introducing a trauma-informed capability approach in youth services	Kvalitativ sekundäranalys	Sekundäranalys baserad på 10 fokusgrupperintervjuer med deltagande av 9 chefer, 22 medlemmar av personal och 18 unga människor	Fylla kunskapsgap gällande traumainformerat närmelesätt inom ungdomstjänster, bl.a. utforska Sen's Capability Approach som ett distinkt ramverk för att förstå traumainformerad-praktik som en reparativ, personcentrerad metod.	Valmöjligheter, kontroll och trygghet är kopplade till känslor av fysisk, emotionell och relationell trygghet och nyckelkomponenter i återhämtning från trauma	Manuell
Kenardy et al. (2015), Australien	A Web-Based Early Intervention Can Prevent Long-Term PTS Reactions in Children With High Initial Distress Following Accidental Injury	Kvalitativ sekundäranalys	Sekundäranalys på enkätsvar från en randomiserad kontrollerad studie med 85 barn i åldrarna 7 till 16 år	Utforska en förebyggande informationsgivningsintervention riktad till barn efter olycksfalls-skador genom att bedöma effekten av initial traumatiskt lidande på behandlingsresponsen	Interventionen var effektiv för att minska traumasymptom, för att optimera dess effektivitet skulle interventionen bäst riktas mot barn som uppvisar hög distress snart efter skadan.	Manuell
MacDonald-Harker et al. (2021), Kanada	A Strength-based Approach to Exploring Factors that Contribute to Resilience Among Children and Youth Impacted by Disaster	Blandad metod (enkät + intervju)	83 barn och unga i åldern 5-17	Undersöka på vilka sätt resiliens kan främjas hos barn och ungdomar som drabbats av katastrofer	Hög nivå av resiliens är förknippad med individuella faktorer, speciellt kamratstöd och vårdgivarfaktorer.	CINAHL

Mazzeo & Bendixen (2023), USA	Community-Based Interventions for Childhood Trauma: A Scoping Review	Scoping review	-	Sammanställa forskning om samhällsbaserade interventioner för barn som har upplevt trauma för att belysa ergoterapeuters roll inom traumainformerad vård.	Psykoterbaserade interventioner (t.ex. traumainformerad kognitiv beteendeterapi), lek- och konstterapi, yoga och interventionsprogram med hästar minskade posttraumatiska stressymtom.	Sage
McEachron (2014), USA	Compassion for the Young Experiencing the Trauma of Death	Fallstudie	Tre kliniska fall med barn i låg- och högstadieåldern	Analysera läger- och skolbaserade åtgärder och interventioner vid traumatisk sorg	Lärare och handledare har en unik position och möjlighet att erbjuda stöd till ungdomar som har upplevt trauma genom att integrera den formella läroplanen med barns och ungdomars mellanmänniska liv.	CINAHL
Mooney et al. (2017) Nya Zeeland	Getting through: Children's effective coping and adaptation in the context of the Canterbury, New Zealand, Earthquakes of 2010-2012	Kvalitativ med semi-strukturerade intervjuer	38 barn och unga i åldern 5-16 år, 31 föräldrar och 11 lärare och rektorer	Undersöka barns upplevelser av hantering av trauma ur barnens eget perspektiv.	Barn kan lära sig effektiv coping och drar nytta av interventioner som stödjer och leder till effektiva copingstrategier.	Manuell
Pfefferbaum et al. (2017), USA	Involving Adolescents in Building Community Resilience for Disasters	Litteraturoversikt	-	Presentera en teoretisk motivering och tillvägagångssätt för att involvera ungdomar i att förstärka samhällets motståndskraft mot katastrofer.	Ungdomar besitter kunskap, färdigheter, initiativ och förmåga att göra meningsfulla bidrag till sina samhällen. Ungdomar gynnas även utvecklingsmässigt av deltagande i samhällsförbättringsprocesser.	Manuell
Pfefferbaum et al. (2014), USA	Child disaster mental health interventions, part II: Timing of implementation, delivery settings and providers, and therapeutic approaches	Litteraturoversikt	-	Sammanfatta aktuell kunskap om tidpunkten för leverans av interventioner för mental hälsa hos barn efter katastrofer, de platser där interventioner levereras, experter som tillhandahåller dem och terapeutiska metoder.	Skolor utgör en naturlig plats för genomförandet av insatser som psykoedukation och socialt stöd, bedömning och övervakning av drabbade barn och unga samt identifiering av barn med problem som kräver mer intensiv professionell uppmärksamhet.	Manuell
Ruggiero et al. (2015), USA	Web Intervention for Adolescents Affected by Disaster: Population-Based Randomized Controlled Trial	Randomiserad kontrollerad studie	2000 ungdomar, medelålder 14,5 år	Bedöma effektiviteten av Bounce Back Now (BBN), en modulär, webbaserad intervention för ungdomar drabbade av katastrofer och deras föräldrar.	Resultaten stödde genomförbarheten och den initiala effektiviteten av BBN som en skalbar intervention för ungdomar.	
Selfridge et al. (2021), Canada	heART space: Curating community grief from overdose	Forskningsprojekt	Unga inblandade i gatulivet	Utforska hur projektet möjliggjorde för ungdomar att välkomna och stödjande personer som upplever sorg	Projektet erbjöd stöd under opioidkrisen och bidrog till att omvandla hjälplöshet och fränkoppling, samt gav människor ett konkret sätt att hjälpa till.	SAGE

Turunen et al. (2014), Finland	Framework of the outreach after a school shooting and the students perceptions of the provided support	Kvalitativ sekundäranalys	Sekundäranalys på enkätsvar från en 2-årig uppföljningsstudie utförd av Institutet för hälsa och välfärd med 236 unga vuxna (medelålder 24,9 år).	Beskriva ramverket för stödmodellen som togs i bruk efter skolskjutningen samt analysera de överlevande elevernas behov av stöd och deras uppfattningar om användbarheten och de helande elementen i det erbjudna stödet.	Förstärkning av de naturliga sociala nätverken samt erbjudande av ytterligare professionellt stöd för dem som har störst behov är viktiga aspekter för återhämtning efter en traumatiserande händelse.	Manuell
Witt et al. (2022), Tyskland	Scoping review on trauma and recovery in youth after natural disasters: what Europe can learn from natural disasters around the world	Scoping review	-	Sammanställa litteratur gällande barns utveckling under omedelbar stress, långvariga reaktioner, trauma och återhämtning efter naturkatastrofer.	Ett stepped care-tillvägagångssätt verkar vara användbart för behandlingen av offer för naturkatastrofer. Detta kan stödja offren i deras återhämtning och stärka deras motståndskraft.	CINAHL

BILAGA 2 Exempel på analys

Meningsenhet	Meningskondensering	Subkategori	Kategori	Huvudkategori
".. groups have advantages in terms of efficiency and reduced costs and the potential to lessen stigma associated with mental health services. The social component of group interventions also may be beneficial." (Pfefferbaum et al., 2014)	Gruppinterventioner kan bidra till minskad stigmatisering och även den sociala aspekten kan anses fördelaktig.	Skolbaserade interventioner	Effekter av interventioner	Stödande faktorer för återhämtning hos unga som varit med om en potentiellt traumatisk händelse
".. the engagement of youth in community resilience programming may introduce them to individuals and organizations that provide positive influences, encourage collaboration, foster interpersonal trust and provide opportunities to learn and practice skills that build both social and cognitive processes." (Pfefferbaum et al., 2017)	Engagemang i samhällets processer gynnar delaktighet och interpersonella relationer samt möjliggör utveckling av såväl sociala som kognitiva färdigheter.	Ungas roll	Vikten av samhälleliga stödåtgärder och delaktighet	
"Many child/youth participants discussed on how interactions with their peers during and after the flood gave them an outlet in which to have open and honest discussions about the circumstances contributing to the flood, how they were coping and what the future held, issues they did not always discuss with adults." (MacDonald-Harker et al. 2021).	Många barn och unga ansåg att samtal med sina kamrater under och efter översvämningen gav dem en chans att öppet diskutera ämnen som de inte alltid delade med vuxna.	Öppen kommunikation	Betydelsen av kamrattöd och vårdnadshavares roll	
".. the creation of a safe space, which included clear expectations and a visual schedule to help build routines and structure." (Mazzeo & Bendixen, 2023)	Exempelvis visuella tidsplaner och tydligt formulerade förväntningar kan bidra till ökad stabilitet och struktur, vilket i sin tur främjar en trygg miljö	Trygga miljöer	Interpersonell interaktion och professionellas bemötande som nyckelfaktorer	
"Central to participants was the importance of acknowledgement and validation of their experience. The results showed that if they were not acknowledged as autonomous individuals and as having suffered real personal loss, they felt excluded from key supports." (Forbes et al., 2012)	Vikten av att erkänna och validera ungdomars upplevelser som unika och verkliga.	Validering av upplevelser	Interpersonell interaktion och professionellas bemötande som nyckelfaktorer	