https://www.forskningsdagene.no/nyheter/traumer-setter-biologiske-spor/

# Traumer setter biologiske spor

Vår plastiske hjerne er fantastisk. Den kan trenes, formes og tilpasses i takt med nye erfaringer. Særlig frem til treårsalderen. Men hva hvis erfaringene preges av vold eller stadig frykt? Jo, da bruker hjernen all energi på å bygge opp fryktsentrene og har derfor liten mulighet til å følge det genetisk naturlige utviklingsforløpet.

AV LAURA JOHANNE OLSEN | PUBLISERT 4. SEP. 2018 | OPPDATERT 31. AUG. 2022



Ny hjerneforskning har vist hvordan fysiske hjernedeler blir angrepet av traumer i barndommen. Foto: Shutterstock

*Denne artikkelen ble skrevet og publisert i forbindelse med Forskningsdagene 2018, og et arrangement under festivalen som handlet blant annet om traumatiserte barn.*

Det skjer så mye spennende hjerneforskning for tida. Populærvitenskapelige bøker selges i store opplag og underholdende foredrag om hjernetrim og optimal hjerneutvikling leveres til både små og store kundegrupper. Dette er folkeopplysning på sitt beste. Ny hjerneforskning

er også grunnlaget for å forstå hvordan barns utvikling påvirkes av traumer. Kaja Næss Johannesen er psykologspesialist i arbeid med barn og unge og kommer til Forskningsdagene i Harstad for å fortelle om hvordan traumer kan endre barns genetikk og biologi.

- Ja, hjernen påvirkes av de erfaringene vi gjør oss. Hjernen utvikler seg etter ´use it or loose it-prinsippet'. Vi er alle disponerte for en viss type utvikling som mennesker, selv om vi har hvert vårt individuelle genmateriale, sier Kaja Næss Johannessen.

Hun beskriver traumatiserte barnehjerner som over-sensitive for fryktimpulser med over-stimulerte fryktsentre.
Det forskningen viser nå er at utviklingstraumatiserte barn har en svakere hjernebro mellom de to hjernehalvdelene, slik at denne og prefrontal cortex er fysisk mindre og svakere, med færre nervebaner, og svakere evne til å overføre kunnskap.

Det betyr igjen at hjernesentrene for blant annet konsentrasjon, impulskontroll, konsekvensforståelse og evner til å regulere seg selv er svakere utviklet hos traumatiserte barn.

Kaja Næss Johannessen tar ny kunnskap om traumatiserte barns hjerner inn i behandlingsmetodene på Østbytunet, hvor hun jobber til daglig. De tre siste årene har hun ledet et fagutviklingsprosjekt der målet er å implementere nyere kunnskap om konsekvenser av traumatisering og sviktende omsorg inn i behandlingen ved institusjon.

Østbytunet pekes på som en fremragende behandlingsinstitusjon. Behandlingsarbeidet her er mestrings- og utviklingsfokusert. De gir et helhetstilbud som legger vekt på barnets ressurser og muligheter, og hvordan barnet kan ta vare på sine interesser og talenter. Dette er et krevende endringsarbeid med tett terapeutisk kontakt og oppfølging fra skole og nære voksenpersoner.

En normalt utviklet barnehjerne har fått hjelp fra sine nærmeste omsorgspersoner til å regulere egne reaksjoner på opplevelser av frykt og fare. Barn som har vært utsatt for omsorgssvikt og overgrep fra sine nærmeste omsorgspersoner har bygd opp sterke fryktimpulser som overlevelsesstrategi. I tillegg har traumatiserte barn fått liten eller ingen hjelp til å regulere egne reaksjoner. Det betyr at utviklingstraumatiserte barn har tapt på to viktige områder i hjernens utvikling. De har levd under konstant frykt og dermed bygd opp alarmsystemet. Samtidig har de blitt frarøvet nødvendig hjelp til læring og mestring, og dermed underutviklet læringshjernen.

Psykologspesialist Kaja Næss Johannessen ser frem til å dele av sine metoder og suksesskriterier med et tverrfaglig publikum. Hun kommer til å presentere to aktuelle

problemstillinger:
1. Hvordan forstyrres barns utvikling av neglisjering og overgrep?
2. Hvilke følger kan dette gi for deres fungering senere i livet?

Målgruppen er først og fremst fagfolk innenfor skoleverket og helseinstitusjoner som driver forebyggende arbeid. Men vi har jo alle sterke ønsker om å ta vare på våre og naboens barn, så dette seminaret vil også være høyst interessant for et bredt publikum. Seminaret er åpent og kontaktperson Guro Rue Johnsen sier at hun opplever stor pågang og interesse allerede.

Og det er virkelig stor generell interesse for faget. Psykolog og forfatter Dag Ø. Nordanger er en Norges fremste formidlere av utviklingstraumer. Han opplever noe som er få forskere forunt; hans videoer om traumeterapi har blitt vist mer enn 80.000 ganger på YouTube.

Kom til Harstad og lær mer om hvordan fersk hjerneforskning kan anvendes i behandling av utviklingstraumatiserte barn. Fordi: - Det er ikke a-ha-opplevelser som former barnehjernen. Først og fremst formes den av gjentatte mønstre av samspillserfaringer, enten de er gode eller vonde. La oss se til at de blir gode (Dag Ø. Nordanger)

## Fakta

- I 2017 hadde vi i Norge 55 697 barn med barnevernstiltak. Dette tallet har økt jevnt de tre siste årene.
- Utviklingstraumer er en betegnelse for komplekse traumatiske belastninger fra vold eller overgrep i nære relasjoner som skjer tidlig i barns liv.
- Kunnskapen om komplekse traumer har utviklet seg svært raskt og har implikasjoner for mange tjenester for barn og unge. Mange norske kunnskaps- og kompetansesentre har slått sine ressurser sammen i et eget faglig nettverk kalt CACTUS – Child and Adolescent Complex TraUma Society.
- Østbytunet behandlingssenter arbeider etter prinsipper om å hjelpe traumatiserte barn til å erfare nye måter å forholde seg til voksne på, og slik bygge opp et tillitsforhold til stabile voksne.

## Les flere nyheter

→ Alle nyhetene




● 5. OKT. 2026

## Årets beste forskningsformidler er kåret!

Torsdag 24. september vant Victoria Vinje-Jakobsen årets nasjonale finale i grand prix for forskere. Vinneren er forsker ved Institutt for klinisk medisin ved universitetet i Oslo, og forsker på kreftbehandling som skader hjertet.




● 16. SEP. 2026

## Hvordan kan noe som er gøy og gratis styrke Norges motstandskraft?

Under Forskningsdagene møter rundt 1000 forskere barn, ungdom og voksne over hele landet. De åpner laboratorier, besøker skoler, står på forskningstorg, deltar i debatter, svarer på spørsmål og forteller om forskningen sin på nye og kreative måter. Slik viser de hvordan uavhengig og etterprøvbar forskning blir til og bidrar til å styrke kritisk tenkning og tillit til forskning.

---

Meldinger ved utskriftstidspunkt 17. november 2026, kl. 03.05 CET

> Det ble ikke vist noen globale meldinger eller andre viktige meldinger da dette dokumentet ble skrevet ut.