

**NORCE**

Nasjonalt kompetansesenter for legevaktmedisin

# Tonisk immobilitet

Oppfølgingskurs 22.11.22

Grethe E. Johnsen, psykologspesialist, ph.d.

# Innhold

- Reaksjoner under overgrepet (peritraumatisk)
  - Tonisk immobilitet
  - Peritraumatisk dissosiasjon
- Forekomst
- TI kan gi selvbebreidelse/skyldfølelse for ikke å ha kjempet i mot
- Psykoedukasjon til pasienten

Jeg så for meg det verste  
som kunne skje

Jeg ropte  
og skrek

Jeg kjempet,  
sparket og  
slo

Det var vanskelig å  
tenke klart

Jeg forsøkte  
å komme  
meg unna

Jeg tryglet og ba

Jeg forsøkte å snakke  
meg ut av situasjonen

Jeg gjorde det jeg  
fikk beskjed om

Jeg holdt meg helt i ro

Jeg tenkte på hva  
som var lurt å gjøre



# Reaksjoner under overgrep

- 1/3 gjør aktiv motstand, enten ved kamp, flukt, skrike, argumentere/forhandle med overgriper eller rope om hjelp
- Vanlig å ikke aktivt sette seg til motverge.
- **Kognitive vurderingsstrategier** (mentalt vurdere situasjonen, fremstå rolig og legge en plan for å flykte)
- **Verbale strategier** (rope, skrike, argumentere, forhandle, trygle)
- **Fysiske handlinger** (f.eks. avverge, ta til motverge, flykte)

# Ingen enkel sammenheng

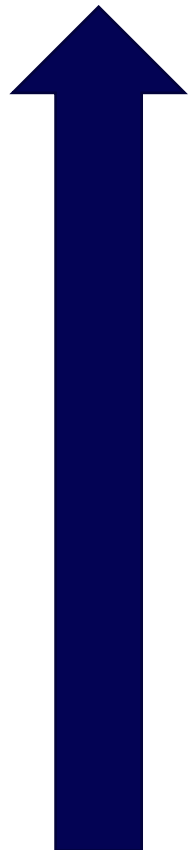
- Studier viser at om en gjør fysisk motstand kan det hindre en voldtekt
- Men dette kan **øke** sannsynlighet for fysiske skader
- Vanskelig forskningsfelt – mange faktorer virker inn
  
- En utsatt som ikke gjør motstand, møter reaksjoner fra
  - Rettssystemet
  - Mindre støtte fra partner, familie og venner
  - Mindre sannsynlighet at en søker hjelp

# Forsvarsstrategier

- Frys-reaksjoner øker sannsynlighet for at overgrepet eskalerer til voldtekt (Ullmann & Knight, 1993)
- Flere studier viser at alkoholinntak kan minske den utsattes evne til å forsvare seg (Davis et al., 2004; Nurius, 2000)
- Fysiske strategier er predikert av overgripers aggressivitet
- Kvinner som tidl har opplevd SO kan ha mindre fysisk forsvar (vansker med å gjenkjenne risikosituasjoner/tror ikke det nytter å forvare seg fysisk, lært hjelpeløshet, dissosiasjon, tonisk immobilitet)
- Det er en sammenheng mellom hvordan du tror du vil forsvare deg og hva du faktisk gjør

# Tilpasning til fare (forsvars-kaskaden)

**Intens trussel**



Tonisk immobilitet




Kamp

Flukt

Frys-reaksjon (øket og fokusert respons til stimuli)

Aktivering

**Helt trygt**

<p><b>A</b></p> <p><b>ATTENTIVE IMMOBILITY</b></p>	<p>Threat is detected</p> 
<p><b>B</b></p> <p><b>IMMOBILITY UNDER ATTACK</b></p>	<p>Escape is blocked</p> 
<p><b>C</b></p> <p><b>TONIC IMMOBILITY</b></p>	<p>Life is at extreme risk</p> 

Mindre sannsynlighet for å bli angrepet/drept ved immobilitet. Evulusjonsmessig adaptiv reaksjon.

(Volchan et al., 2017)



Jeg kjente lite  
smerte

Jeg trodde jeg kom  
til å dø

Jeg var lammet  
og paralyisert

Jeg ristet og  
skalv



Jeg klarte ikke  
skrike eller si i  
fra

Jeg var kald

Jeg klarte ikke  
bevege meg

Jeg var  
nummen

# Tonisk immobilitet (TI)

- Tonisk immobilitet har vært mye studert i dyreverdenen
- Evolusjonsmessig nedarvet respons (adaptiv)
- Forsvarsreaksjon
- Fryktrespons (reaksjon på intens frykt)
- Ikke det samme som en frysreaksjon (oppdager faren, alert, skanner)
- Først beskrevet hos voldtektsutsatte, men ser det og ved andre typer traumer
- Skjer som et resultat av ekstrem frykt, angrepet, tvang, en opplevelse av du ikke kan flykte, komme unna, eller forsøket ikke lykkes

# Tonisk immobilitet (TI)

- Er bevisst og husker
- Kalles også «rape paralysis»
- Ufrivillig respons, ikke viljestyrt
- Immobilisert – kan ikke forsvare deg
- Et kontinuum
- Kan ha ulik varighet

# Reaksjoner ved TI

- «Kataton»
- Motorisk hemmet
- Nedsatt evne til ytre seg
- Skjelver
- Svekket reaksjonsevne
- Endret respirasjon, hjerterate og kroppstemperatur
- Nedsatt smerteopplevelse

# Tonisk immobilitet (TI)

- Mange synes det er veldig skremmende opplevelse å ha TI
- Vil kunne oppleve skyldfølelse for ikke å forvare seg
- Prediktorer er tidligere seksuelt overgrep og seksuelt overgrep i barndom
- TI er funnet å kunne bidra til selvbebreidelse og skyldfølelse
- TI er funnet å predikerer mer alvorlig forløp (PTSD)

# Peritraumatisk dissosiasjon

- Kognitiv reaksjon
- Overlevelsesstrategi
- Endret persepsjon tid, sted og person
- Opplevelse av uvirkelighet, nummenhet, frakoblet/dissosiert, desorientering (reduisert bevissthet)
- Endret smerte
- Amnesi, fragmentert hukommelse for den traumatiske hendelsen
- Forstås som en beskyttelsesreaksjon fra den overveldende følelsesmessige/fysiske smerten som pågår under den traumatiske hendelsen

# Reaksjoner under overgrep

- Grader av overveid / viljestyrt atferd og instinktiv / ikke viljestyrt atferd
- Flere reaksjoner og måter å reagere på kan forekomme under overgrep og etterpå

# Forekomst

- 37% utsatt for voldtekt rapporterte TI (Burgess & Holmstrom, 1976)
- 42% signifikant og 13% stor grad TI (Fusé et al., 2007)
- Relativt vanlig respons ved voldtekt (70% signifikant og 48% ekstrem, Möller et al., 2017)
- SO barndom 52% (Heidt, Marx & Forsyth, 2005)
- Oppsummert: mange voldtektsutsatte har en TI reaksjon under overgrepet



# Påvirker TI tilhelingsforløpet?

- Kognitive teorier – vi prøver å forstå hva vi opplever og sette det inn i en sammenheng
- TI øker sannsynlighet for selvbebreidelse, skyld og skam, som igjen har vist seg å gi mer alvorlig forløp. Andres reaksjoner viktig.
- TI hindrer andre adaptive forsvarsreaksjoner
- TI i seg selv kan være så skremmende at det påvirker forløpet

# Alkohol og rus

- Alkohol/rus påvirker annen hemmende og beskyttende atferd
- Personer som har inntatt alkohol eller andre beroligende midler vil i mindre grad reagere med TI

# Implikasjoner

- Passivitet under det seksuelle overgrepet/voldtekt er assosiert til skyldfølelse, skam og selvbebreidelse
- Utsatte som har hatt TI bør få psykoedukasjon om at TI er ufrivillig/ noe de ikke har viljemessig kontroll over. Da kan du ikke kjempe eller forsvare deg. Forklare reaksjonen.
- I oppfølging viktig å fange opp og utfordre pasientens negative tanker om deres rolle i overgrepet. Få tak i skyldfølelse, skam og selvbebreidelser.

# Oppsummering

- Forsvarsreaksjon
- Både dyr og mennesker / responsen lik
- Ikke viljestyrt reaksjon på opplevd fare
- Frykt, oppleve seg fanget, holdt, overmakt
- Truende uløselig situasjon

Spørsmål og kommentarer