

# MAP

Møte med aggresjonsproblematikk

Nasjonalt opplæringsprogram i forebygging og håndtering av  
aggresjons- og voldsproblematikk

Kommunal versjon

HELSE  NORD

HELSE  MIDT-NORGE

HELSE  VEST

HELSE  SØR-ØST

SIFER

1

---

---

---

---

---

---

---

---

## Forventninger

- Hvilke forventninger har du til dette kurset?
- Hva ønsker du å lære?





2

---

---

---

---

---

---

---

---

## Bakgrunnen for MAP



HELSE  MIDT-NORGE

HELSE  NORD

HELSE  SØR-ØST

HELSE  VEST



3

---

---

---

---

---

---

---

---

## Visjon

- Bidra til økt trygghet og sikkerhet for personer og medarbeidere
- Redusere forekomsten av aggressive og voldelige episoder



4

---

---

---

---

---

---

---

## MAP-modellen



5

---

---

---

---

---

---

---

## Hvorfor er denne kompetansen viktig?

- Aggresjons- og voldsproblematikk er en utfordring for medarbeidere og personer
- Møte med aggresjonsproblematikk kan ha store konsekvenser for arbeidsplassen
- Behov for å ivareta person- og personalsikkerhet



6

---

---

---

---

---

---

---

## Grunnkurset

### Dag 1

0800-0900: Aggresjonsforståelse  
 0900-1000: Voldsrisikovurdering og  
 håndtering  
 1000-1100: Voldsforebygging  
 1100-1145: Lunsj  
 1145-1245: Forebyggende  
 kommunikasjon  
 1245-1315: Fysiske teknikker  
 1330-1530: Fysisk trening

### Dag 2

0800-0900: Deeskalering  
 0900-1000: Selvregulering  
 1000-1100: Samhandling  
 1100-1145: Lunsj  
 1145-1245: Etterarbeid  
 1245-1445: Fysisk trening  
 1445-1530: Gruppeoppgave



7

---

---

---

---

---

---

---

---

## Kapittel 1 Aggresjonsforståelse



8

---

---

---

---

---

---

---

---

## Læringsmål

### Kjenne til:

- Individuelle og situasjonelle årsaker for vold og aggresjon

### Ha kunnskap om:

- Ulike definisjoner, kategorier og former for aggresjon
- Ulike forklaringsmodeller

### Kunne anvende:

- Beslutningsteori

Basert på forelesningsnotat av Ragnar Uthaugen (2002)



9

---

---

---

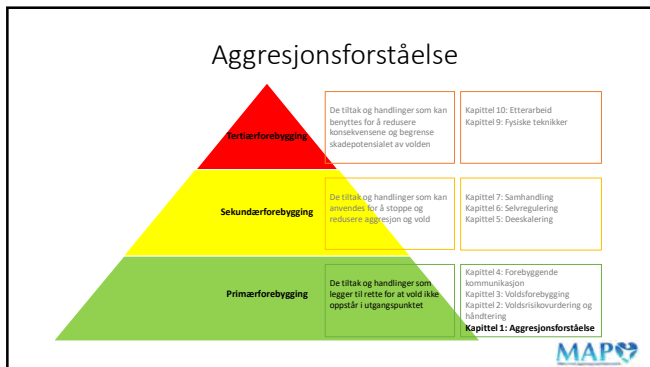
---

---

---

---

---



10

---

---

---

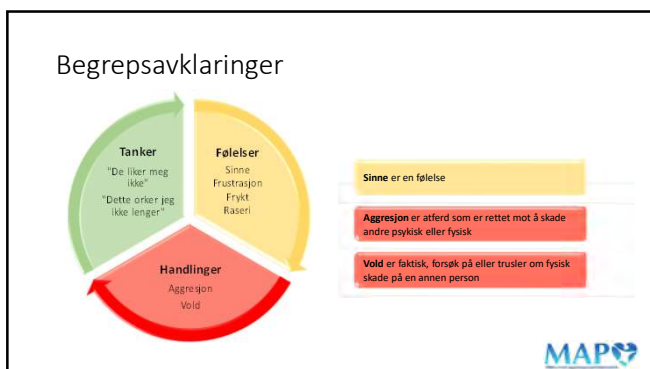
---

---

---

---

---



11

---

---

---

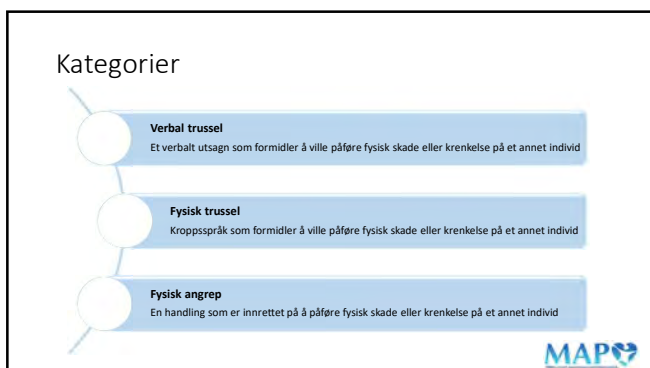
---

---

---

---

---



12

---

---

---

---

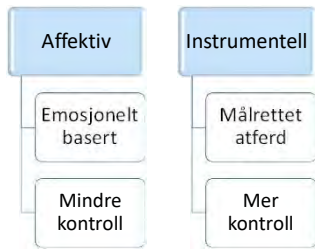
---

---

---

---

### Former for aggresjon



MAPO

13

---

---

---

---

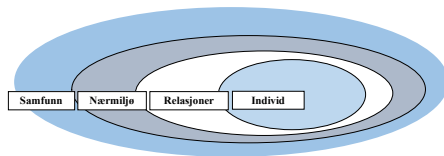
---

---

---

---

### Forklaringsmodeller



MAPO

14

---

---

---

---

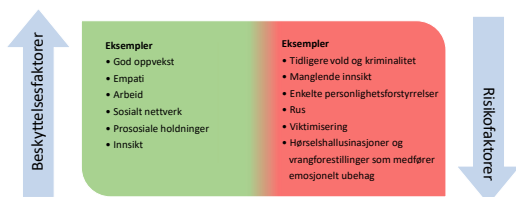
---

---

---

---

### Beskyttelsesfaktorer og risikofaktorer



MAPO

15

---

---

---

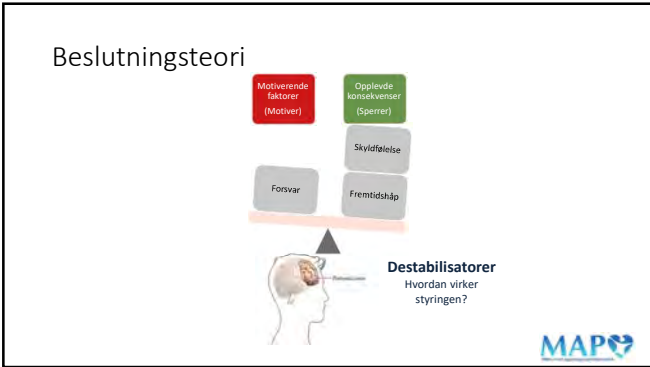
---

---

---

---

---



16

---

---

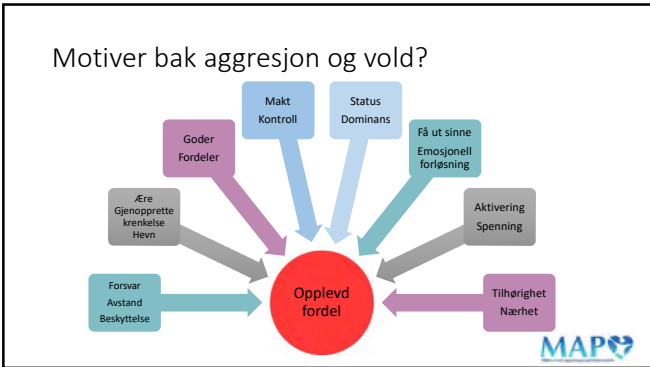
---

---

---

---

---



17

---

---

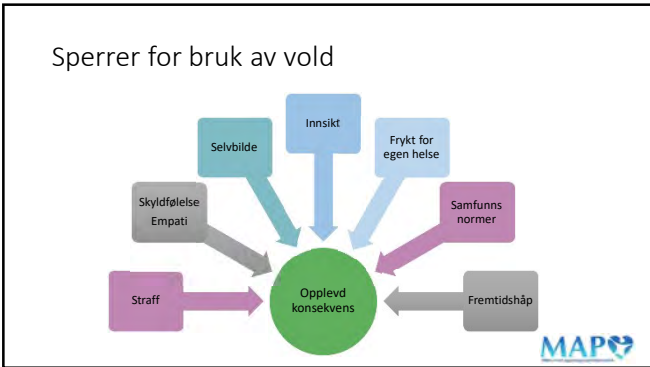
---

---

---

---

---



18

---

---

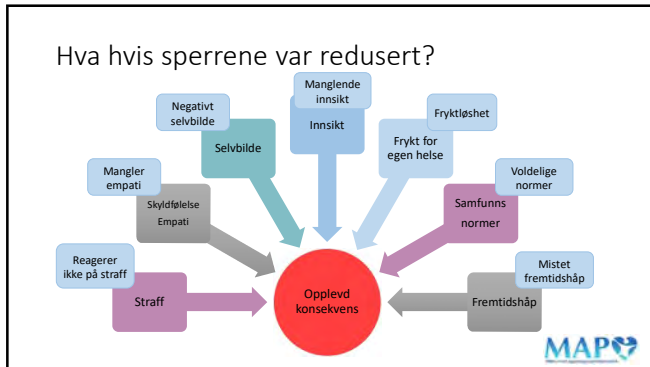
---

---

---

---

---



19

---

---

---

---

---

---

---

---



20

---

---

---

---

---

---

---

---



21

---

---

---

---

---

---

---

---

## Oppsummering

- Skille mellom følelser og handling
- Vær nysgjerrig på hva volden er et uttrykk for. Hvorfor er denne personen aggressiv eller voldelig?
- Beslutningsteori
  - Vår forståelse av volden gir retning for forebygging og håndtering



22

---

---

---

---

---

---

---

## Kapittel 2

### Voldsriskovurdering og håndtering



23

---

---

---

---

---

---

---

## Læringsmål

### Kjenne til:

- Det overordnede målet – forebygge vold
- Begrepene vold, risiko, voldsriskovurdering og voldsriskohåndtering

### Ha kunnskap om:

- Sentrale risikofaktorer på gruppenivå
- Hva voldsriskohåndtering innebærer:
  - Monitorering, restriksjoner, behandling og beskytte mulige offer
- Risiko- og vekstprinsippet

### Kunne anvende:

- Etterspørre risikoinformasjon
- Delta i arbeid med risikovurdering og risikohåndtering

Basert på kursgrunnlag av Helge Andreas Hoff (PHD)


24

---

---

---

---

---

---

---



25

---

---

---

---

---

---

---

---

**Sentrale begreper og definisjoner**

**Vold:** Faktisk, forsøk på eller trusler om fysisk skade på annen person.

**Risiko:** En trussel eller fare som vi ikke fullt ut forstår, og som vi derfor bare kan forutse og forebygge med usikkerhet.

**Vurdering:** Innsamling og analyse av informasjon for å kunne gjøre beslutninger om forebyggende tiltak.

**Håndtering:** Tiltak som kan forebygge vold eller redusere konsekvensene av volden.

**MAPS**

26

---

---

---

---

---

---

---

---

**Å jobbe med risiko**

Vold er et samspillsfenomen som påvirkes av en rekke skiftende faktorer i og rundt personen

Det er vanskelig å forutsi hva mennesker vil gjøre litt fram i tid og hva konsekvensene kan bli

Hvorfor?

- Intensjoner endrer seg
- Risiko påvirkes av hva som skjer rundt personen
- Mulighetene til å utøve vold endrer seg
- Effekten av forebyggende tiltak kan endre seg

**Risiko handler om fremtiden – som alltid er forbundet med usikkerhet**

**MAPS**

27

---

---

---

---

---

---

---

---

### Eksempler på risikofaktorer på gruppenivå

- Tidligere vold og kriminalitet
- Manglende innsikt
- Enkelte personlighetsforstyrrelser
- Rus
- Viktimisering
- Hørselshallusinasjoner og vrangforestillinger som medfører emosjonelt ubehag



MAPA

28

---

---

---

---

---

---

---

---

### Essensen av risikovurdering

Hva kan skje?

Hvorfor kan det skje?

Hva kan vi gjøre med det?



MAPA

29

---

---

---

---

---

---

---

---

### Case

Når du kommer på jobb en fredag ettermiddag får du høre at det er dårlig stemning i avdelingen.

Årsaken er at det «ryker ut av ørene» på Knut og han har vært irritert og mistenksom på nytt personale det siste døgnet. Han har også nektet å ta medisinene.

Du vet at Knut ofte blir mistenksom og utrygg på personalet i perioder hvor han opplever mye stress. Ved to tidligere tilfeller har han gått til angrep på personalet da han opplevde at de var ute etter han.

Mulige kilder til at han nå opplever seg stresset er at han er tom for røyk og venter besøk av sin søster som han ikke har møtt på et par år.



MAPA

30

---

---

---

---

---

---

---

---

### Eksempel på klinisk risikohåndtering

KLAR - ”Kliniske Alternativ til Risikohåndtering”

| Risikohåndteringsituasjon                                                                                                                                               | Handlingsalternativ 1                                                                                                                                                                             | Handlingsalternativ 2                                                                                                                                                                                                     | Handlingsalternativ 3                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Korte beskrivelser av atferd og situasjoner som tidligere er rapportert som problematiske.                                                                              | Kort beskrivelse av hva som vil være tiltak nummer 1 i situasjonen.                                                                                                                               | Kort beskrivelse av hva som vil være tiltak nummer 2 i situasjonen.                                                                                                                                                       | Kort beskrivelse av hva som vil være tiltak nummer 3 i situasjonen.                                                                                                                  |
| 1. Knut blir misenksom og irritert på sine omgivelser.<br><br>Forvarslar: går med hette og solbriller, stirrer på personalet og isolerer seg.                           | Knut ønsker selv at kjent personal kan se tryg på tar kontakt og spør hvordan han har det. Han ønsker hjelp til avledning fra vanskelige tanker. Avledning i form av aktiviteter kan fungere bra. | Dersom handlingsalternativ 1 ikke fungerer, har Knut bedt om at personalet gir han tid og rom. Han kan gjerne tilbys å få sitte alene i hagen eller på rommet. Fortell han at du er tilgjengelig når han måtte ønske det. | Eventuelmedikasjon kan tilbys. Samsom har sagt tidligere vist seg nyttig når Knut har det vanskelig. Minn han på dette og at det er forslag som han selv har nevnt kan være nyttige. |
| 2. Knut ønsker ikke å ta medisinen sin.<br><br>Dette er et forvarslar og Knut har selv fortalt at han raskt merker at han blir forvirret dersom han ikke tar medisinen. | Spør han om å utdype bakgrunnen for at han ikke ønsker medisiner. Anerkjenn at medisinen har virkninger og bivirkninger. Fortell ham bakgrunnen for at legen har ordnert medisinen.               | Minn han på at eventuelt seponering bør gjøres i samråd med behandler for å unngå bivirkninger.<br><br>Dersom samtale ikke lykkes, må vi unngå å mase på ham. Det kan gjøres et nytt forsøk om et par timer.              | Dersom han fortsatt ikke ønsker medisinen, nulls de ut i kurven og det rapporteres til behandler snarest.                                                                            |

31

---

---

---

---

---

---

---

---

### Risikohåndtering

| Monitorering                                                                                                                                                                           | Restriksjoner                                                                                                                                                                                                                               | Behandling                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Beskytte mulige offer                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Observasjon</li><li>• Forvarslar</li><li>• Samtalefrekvens</li><li>• Telefonkontakt</li><li>• Hjemmebesøk</li><li>• Pårørendekontakt</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Utgangsbegrensning</li><li>• Skjerming</li><li>• Begrensninger i kontakt med omverdenen</li><li>• Restriksjoner på bosted</li><li>• Restriksjoner på aktivitet</li><li>• Akuttelt lovverk</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Samtaleterapi</li><li>• Miljøterapi</li><li>• Rusebehandling</li><li>• Sinne-mestrering</li><li>• Jobbtrening</li><li>• Holdningsrettede behandlingstiltak</li><li>• Sosial ferdighetstrening</li><li>• Medikamenter</li><li>• Videre utredning</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Psykoedukasjon</li><li>• Kunnskap om forvarslar</li><li>• Varslingsrutiner/kriseplaner</li><li>• Voldsalarm</li></ul> |

32

---

---

---

---

---

---

---

---

### To grunnprinsipper i risikohåndtering

- **Vekstprinsippet**  
Tiltak som kan fremme trivsel, mening, mestrering, læring og fremtidshåp
- **Risikoprinsippet**  
Tiltak rettet mot de viktigste risikofaktorene for vold

33

---

---

---

---

---

---

---

---

## Oppsummering

- Nyttige hjelpespørsmål i det daglige arbeidet med risikovurdering:
  - *Hva kan skje?*
  - *Hvorfor kan det skje?*
  - *Hva kan vi gjøre med det?*
- Vekst- og risikoprinsippet
- Etterspør relevant risikoinformasjon på din arbeidsplass



34

---

---

---

---

---

---

---

---

## Kapittel 3 Voldsforebygging



35

---

---

---

---

---

---

---

---

## Læringsmål

### Kjenne til:

- Sentrale voldsforebyggende faktorer; statiske, organisatoriske, individuelle og relasjonelle faktorer
- Begrepet avmakt

### Ha kunnskap om:

- Tidlig identifikasjon av forvarslar
- Sårbarhetsområder

### Kunne anvende:

- Kliniske innfallsvinkler i å jobbe med forvarslar og sårbarhetsområder

Basert på teorigrunnlag av Frank Flubbart (PhD),  
Gunnar Solheim (PhD), Jacob Hvalbyen (PhD) og  
Ragnar Skovbak (PhD)



36

---

---

---

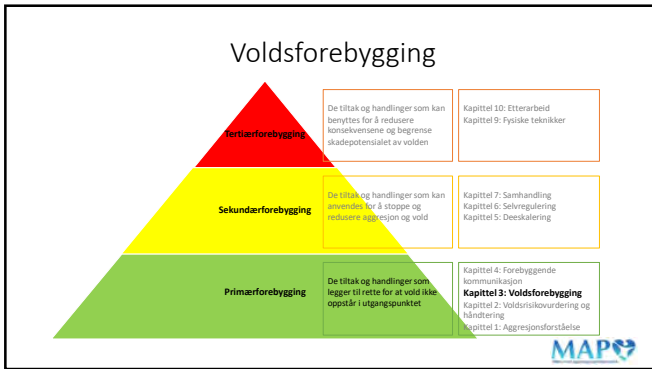
---

---

---

---

---



37

---

---

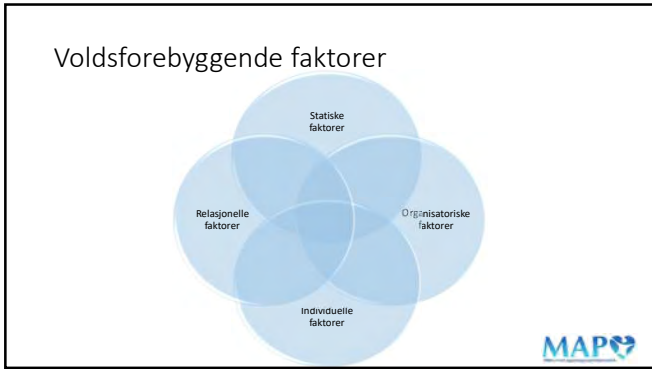
---

---

---

---

---



38

---

---

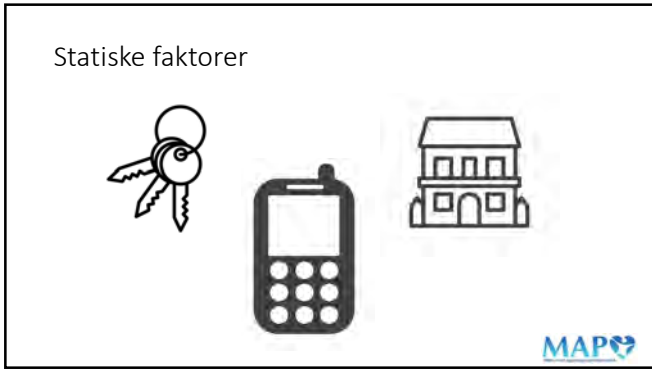
---

---

---

---

---



39

---

---

---

---

---

---

---

Organisatoriske faktorer



40

---

---

---

---

---

---

---

Individuelle faktorer hos personen

| Indre        | Motiverende        | Ytre             |
|--------------|--------------------|------------------|
| Empati       | Fritidsaktiviteter | Sosialt nettverk |
| Mestring     | Økonomi            | Hjelpeapparatet  |
| Selvkontroll | Livsmål            | Bosituasjon      |



41

---

---

---

---

---

---

---

Individuelle faktorer hos personalet



42

---

---

---

---

---

---

---

Relasjonelle faktorer



«Relasjonskonto»



43

---

---

---

---

---

---

---

Hva tror du mennesker kan oppleve som utfordrende i møte med din arbeidsplass?



Opplever at du ikke blir hørt og tatt på alvor?



Blir fortalt hva du kan gjøre og ikke gjøre?



44

---

---

---

---

---

---

---

Sårbarhetsområder

**Eksempler:**

- Fysisk kontakt
- Grensesetting
- Kommunikasjonsproblem
- Omstillinger
- Personer
- Risiko-kontakt
- Rusmidler
- Tilleggsområder





45

---

---

---

---

---

---

---

Forvarsler



Generelle ↔ Individuelle  
Tidlige ↔ Sene  
Indre ↔ Ytre



46

---

---

---

---

---

---

---

Brøset Violence Checklist (BVC)

Mer forvirret

Mer irritabel

Mer brautende atferd

Oftere fysiske trusler

Oftere verbale trusler

Oftere slag, spark etc mot inventar



|     |       |                                                                                                                |
|-----|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| SUM | = 0   | Liten risiko for vold                                                                                          |
|     | = 1-2 | Moderat risiko for vold. Preventive forholdsregler bør tas.                                                    |
|     | > 2   | Høy risiko for vold. Preventive forholdsregler skal tas og planer for hvordan møte et eventuelt angrep legges. |



47

---

---

---

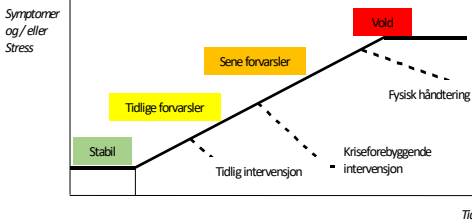
---

---

---

---

Tidlig intervensjon



The graph plots 'Symptomer og/eller Stress' on the y-axis against 'Tid' (Time) on the x-axis. A solid line shows a progression from a green box labeled 'Stabil' to a yellow box 'Tidlige forvarsler', then to an orange box 'Sene forvarsler', and finally to a red box 'Vold'. Dashed lines represent intervention points: 'Tidlig intervensjon' is shown as a dashed line from the 'Stabil' box down to the x-axis; 'Kriseforebyggende intervensjon' is a dashed line from the 'Tidlige forvarsler' box down to the x-axis; 'Fysisk håndtering' is a dashed line from the 'Vold' box down to the x-axis.



48

---

---

---

---

---

---

---

## Oppsummering

### • Voldsforebyggende faktorer

- Statiske
- Organisatoriske
- Individuelle
- Relasjonelle

### • Relasjonskonto - bli en person andre har tillit til

- Hva kan du gjøre for å redusere personens opplevelse av avmakt?
- Kartlegg og bruk forvarsler og sårbarhetsområder



49

---

---

---

---

---

---

---

---

## Kapittel 4

## Forebyggende kommunikasjon



50

---

---

---

---

---

---

---

---

## Læringsmål

### **Kjenne til**

- Begrepet forebyggende kommunikasjon
- Ulike kommunikasjonsmessige hensyn

### **Ha kunnskap om**

- Hvordan brukermedvirkning kan forebygge vold
- Formidling av avslag og regulering av atferd (grensesetting)
- Samtaleverktøyet «Samarbeidsdialog»

### **Kunne anvende:**

- Refleksjonsmodell for utvikling av egne kommunikasjonsferdigheter
- Spesifikke ferdigheter ved nonverbal kommunikasjon

Basert på teorigrunnlag av Caroline Løgen (PHD)


51

---

---

---

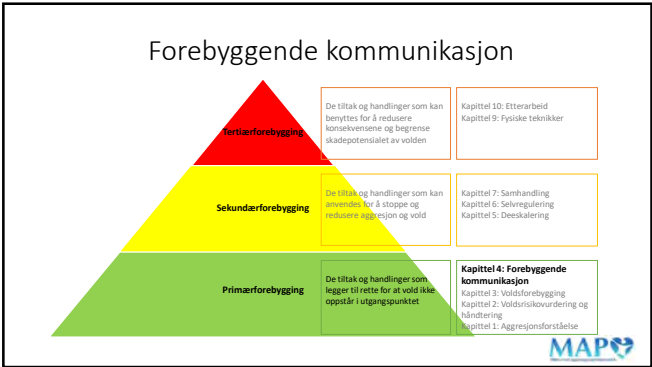
---

---

---

---

---



52

---

---

---

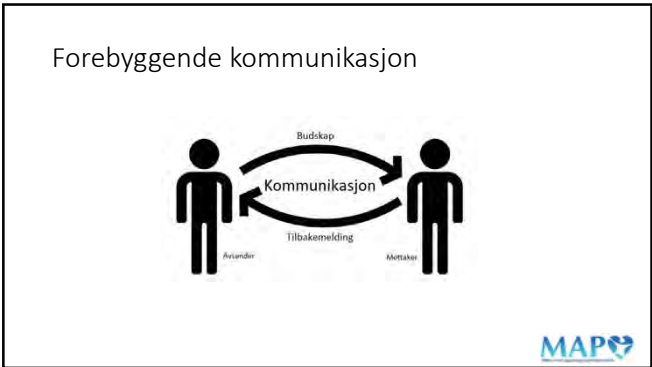
---

---

---

---

---



53

---

---

---

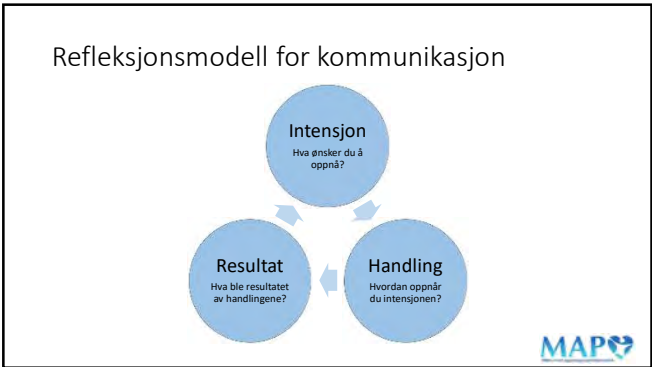
---

---

---

---

---



54

---

---

---

---

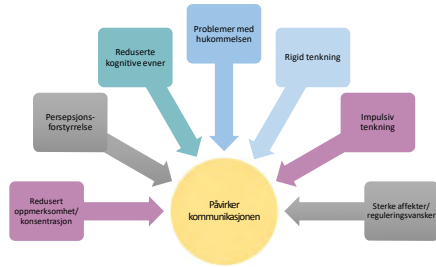
---

---

---

---

## Kommunikasjonsmessige hensyn



MAPS

55

---

---

---

---

---

---

---

---

## Brukermedvirkning



MAPS

56

---

---

---

---

---

---

---

---

## Samarbeidsdialog

- Hva er viktig for deg?
- Hvilke situasjoner kan du oppleve som vanskelige?
- Er det noen spesielle situasjoner som personalet bør ta hensyn til?
- Hvordan kan vi se på deg når du begynner å få det vanskelig?
- Hvordan ønsker du å bli møtt når du har det vanskelig?
- Hva kan gjøre at du blir provosert eller sint?
- Hva gjør du når du blir sint?
- Hvordan kan vi hjelpe deg når du blir sint?



MAPS

57

---

---

---

---

---

---

---

---

## Non-verbal kommunikasjon



58

---

---

---

---

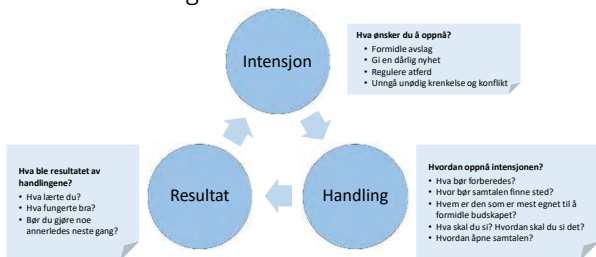
---

---

---

---

## Grensesetting



59

---

---

---

---

---

---

---

---

## Oppsummering



- Kommunikasjon er et av våre viktigste verktøy for å forebygge aggresjon og vold
- Refleksjonsmodellen er nyttig for å videreutvikle egne ferdigheter:
  - Intenjon:** Hva ønsker du å oppnå?
  - Handling:** Hvordan oppnår du intensjonen?
  - Resultat:** Hva ble resultatet av handlingene?
- Tilstrebe brukervedvirkning i alt du gjør – Redusert avmakt forebygger vold
- Samarbeidsdialogen – snakk om situasjoner som kan bli vanskelige og hvordan dere kan løse dem sammen



60

---

---

---

---

---

---

---

---

Kapittel 5

Deeskalering



Mote med aggresjonsproblematikk

61

---

---

---

---

---

---

---

Læringsmål

Kjenne til:

- Mål for kommunikasjonen
- Hva som kan eskalere og deeskalere en situasjon

Kunne anvende:

- Konkrete verbale og non-verbale deeskalerende intervensjoner i praksis

Basert på teorigrunnlag av Brodde Petersen (PHD)



62

---

---

---

---

---

---

---

Deeskalering

Tertierforebygging

De tiltak og handlinger som kan benyttes for å redusere konsekvensene og begrense skadepotensialet av volden

Kapittel 10: Etterarbeid  
Kapittel 9: Fysiske teknikker

Sekundærforebygging

De tiltak og handlinger som kan anvendes for å stoppe og redusere aggresjon og vold

Kapittel 7: Samhandling  
Kapittel 6: Selvregulering  
**Kapittel 5: Deeskalering**

Primærforebygging

De tiltak og handlinger som legger til rette for et godt miljø og en god rapport i utgangspunktet

Kapittel 4: Forebyggende kommunikasjon  
Kapittel 3: Voldsforebygging  
Kapittel 2: Voldsrisikovurdering og håndtering  
Kapittel 1: Aggresjonsforståelse



63

---

---

---

---

---

---

---

21

Hvordan  
ville du  
selv blitt  
møtt?



64

---

---

---

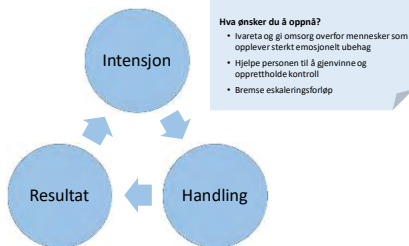
---

---

---

---

### Deeskalering



65

---

---

---

---

---

---

---

**«Det holder på å klikke for meg!  
Dere er noen forbanna idioter!»**



- A: Forsøk å finn roen.  
B: Det hjelper ikke å snakke på den måten!  
C: Hva er det som har skjedd?  
D: Dette går nok bra!  
E: Jeg forstår at du har det vanskelig nå.  
F: Det der høres virkelig ikke greit ut!



66

---

---

---

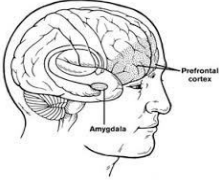
---

---

---

---

Anerkjenn følelsene først



MAP

67

---

---

---

---

---

---

---

Affektinntoning

«Jeg orker ikke mer av denne dritt-plassen!»

A: Oi, hva er det som har skjedd?  
B: Det høres ikke godt ut!  
C: Det høres ut som du er skikkelig frustrert!



MAP

68

---

---

---

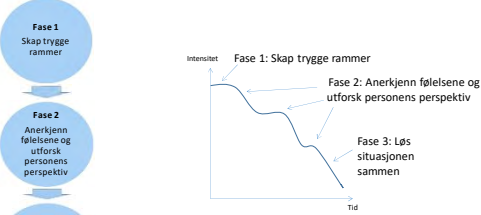
---

---

---

---

Deeskalering



MAP

69

---

---

---

---

---

---

---

## Deeskalering

- Selvregulering
- Åpenhet og ærlighet
- Tid



70

---

---

---

---

---

---

---

## Hvordan påvirker du samspillet?



71

---

---

---

---

---

---

---

## Konfliktdempende kroppsspråk



72

---

---

---

---

---

---

---

## Oppsummering

- Husk at en person som kanskje oppleves vanskelig, først og fremst *har* det vanskelig
- Husk rekkefølgen:
  - 1: *Skap trygge rammer*
  - 2: *Demp følelsene med empati og utforsk personens perspektiv*
  - 3: *Løs situasjonen sammen*
- Vær bevisst på hvordan du påvirker samspillet



73

---

---

---

---

---

---

---

---

## Kapittel 6 Selvregulering



74

---

---

---

---

---

---

---

---

## Læringsmål

### Ha kunnskap om:

- Kroppens fysiologi og aktivering i møte med aggresjon og vold
- Hvordan egne følelser og reaksjoner kan påvirke samspillet og utfallet av aggressive hendelser

### Kunne anvende:

- Prinsipper for selvregulering

Basert på forelesningsnotat av Anette Harris (2012)


75

---

---

---

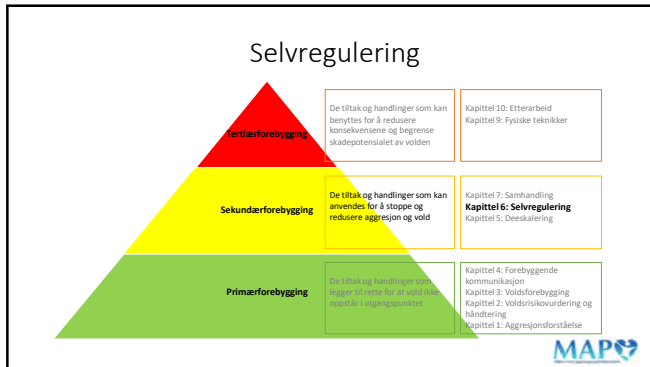
---

---

---

---

---



76

---

---

---

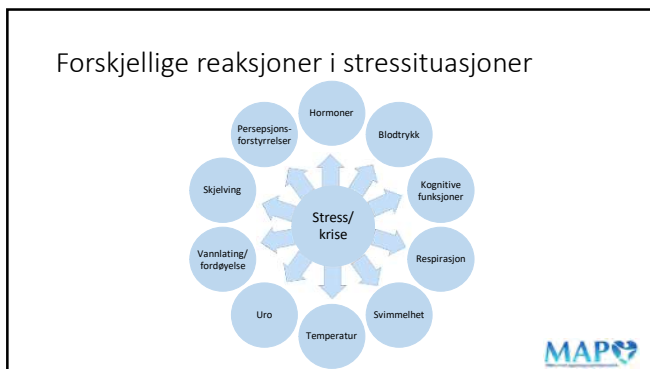
---

---

---

---

---



77

---

---

---

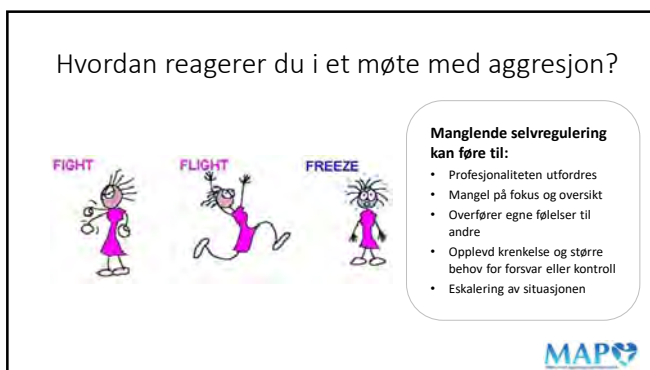
---

---

---

---

---



78

---

---

---

---

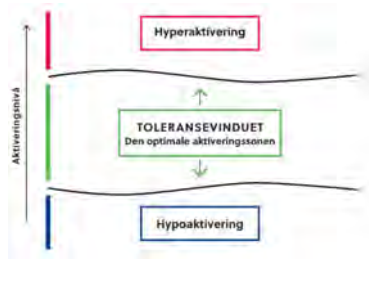
---

---

---

---

## Toleransevinduet



79

---

---

---

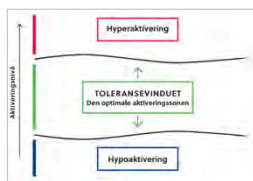
---

---

---

---

## Hva kan påvirke vårt toleransevindu?



- Erfaring
- Forberedelse
- Fysisk og mental beredskap
- Opplevelse av kontroll
- Tillit til sine kollegaer
- Kompetanse
- Oppfølging
- Opplevelse av fare
- Trening



MAPS

80

---

---

---

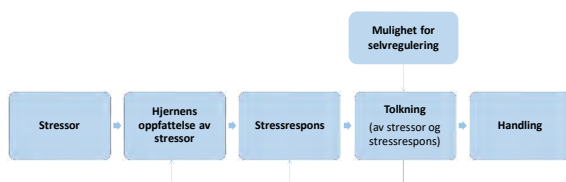
---

---

---

---

## Stressmodell



MAPS

81

---

---

---

---

---

---

---

### Selvregulerende teknikk - pusteøvelse



82

---

---

---

---

---

---

---

### God selvregulering kan bidra til at man:

- Er bevisst på å ha et ikke-truende og avspent kroppsspråk
- Bruker rolige og kontrollerte bevegelser
- Bruker god nok tid i situasjonen
- Unngår å respondere med uhensiktsmessig irritasjon, forsvar, krenkelse og sinne
- Unngår å gi løfter man ikke kan holde
- Klarer bedre å ha oversikt over situasjonen
- Klarer å ha et løsningsfokus i situasjonen



83

---

---

---

---

---

---

---

### Oppsummering



- Bevissthet rundt egne tanker og følelser er et nødvendig utgangspunkt for selvregulering i møte med aggresjon og vold
- God selvregulering bidrar til hensiktsmessig og profesjonell samhandling
- Nødvendig utgangspunkt for omsorg og ivaretagelse
- Evne til selvregulering kan bedres og utvikles ved bevisstgjøring og trening



84

---

---

---

---

---

---

---

Kapittel 7

Samhandling



Mote med aggresjonsproblematikk

85

---

---

---

---

---

---

---

Læringsmål

Ha kunnskap om:

- Ledelse, kommunikasjon og ulike roller i kritiske situasjoner
- Simuleringsbasert trening for bedre samhandling

Kunne anvende:

- Planlegging av risikosituasjoner
- Hensiktsmessig posisjonering og sikkerhetstenkning i risikosituasjoner

Basert på kursgrunnlag av Olav Kjøllewold Olsen (PHS)

86

---

---

---

---

---

---

---

Samhandling

Tertierforebygging

De tiltak og handlinger som kan benyttes for å redusere konsekvensene og begrense skadepotensialet av volden

Kapittel 10: Etterarbeid  
Kapittel 9: Fysiske teknikker

Sekundærforebygging

De tiltak og handlinger som kan anvendes for å stoppe og redusere aggresjon og vold

Kapittel 7: Samhandling  
Kapittel 6: Selvregulering  
Kapittel 5: Deeskalering

Primærforebygging

De tiltak og handlinger som legger til rette for en godt tilpasset og trygg utøvelse av vold

Kapittel 4: Forebyggende kommunikasjon  
Kapittel 3: Voldsforebygging  
Kapittel 2: Voldsrisikovurdering og håndtering  
Kapittel 1: Aggresjonsforståelse



87

---

---

---

---

---

---

---

Hvem bør ta ledelsen i en kritisk situasjon?



88

---

---

---

---

---

---

---

Ledelsesprinsipper i kritiske situasjoner

Kun leder i situasjonen snakker

Alle andre trygger situasjonen

Forespørsler henvises leder



89

---

---

---

---

---

---

---

Hvilke oppgaver finnes det i en kritisk situasjon?



90

---

---

---

---

---

---

---

Planlegging

Ved vaktstart

Når situasjoner oppstår





91

---

---

---

---

---

---

---

Sikkerhetstenkning i miljøet

Tertiærnivå  
Fokus på skadebegrensning

Sekundærnivå  
Økt tilstedeværelse med fokus på å etablere trygge rammer

Primærnivå  
Generell tilstedeværelse med fokus på forebygging



92

---

---

---

---

---

---

---

Posisjonering i kritiske situasjoner

person

B Person

A Person

B Person

Dialog

B person gir støtte til A person og skal være klar til å kunne fysisk intervenere

B person gir støtte til A person og skal være klar til å kunne fysisk intervenere



93

---

---

---

---

---

---

---

## Simuleringsbasert treningsmetode



En strukturert evidensbasert metode for vedlikeholdsoplæring  
ved hjelp av teori og praktiske øvelser



94

---

---

---

---

---

---

---

---

## Oppsummering

- Ledelse i kritiske situasjoner
- De ulike rollene i kritiske situasjoner
- Planlegging fører til bedre forebygging og håndtering
- Hensiktsmessig posisjonering i risikosituasjoner



95

---

---

---

---

---

---

---

---

## Kapittel 9 Fysiske teknikker



96

---

---

---

---

---

---

---

---

### Læringsmål

**Ha kunnskap om:**

- Ulike risikomomenter ved bruk av de ulike fysiske teknikkene
- Fagetiske prinsipper ved bruk av fysiske teknikker i praksis
- Hvorfor og hvordan en bør trene

**Kunne anvende:**

- Ulike fysiske teknikker for å ivareta sin egen og personens sikkerhet (praktisk trening)

Basert på treningsnett av Jølleub Lockmeier (PHD)

97

---

---

---

---

---

---

---

### Fysiske teknikker

|                                                                                                                                           |                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tertiærforebygging</b><br>De tiltak og handlinger som kan benyttes for å redusere konsekvensene og begrense skadepotensialet av volden | Kapittel 10: Ettertryk<br><b>Kapittel 9: Fysiske teknikker</b>                                                                                              |
| <b>Sekundærforebygging</b><br>De tiltak og handlinger som kan anvendes for å stoppe og redusere aggressjon og vold                        | Kapittel 7: Samhandling<br>Kapittel 6: Selvregulering<br>Kapittel 5: Deeskalering                                                                           |
| <b>Primærforebygging</b><br>De tiltak og handlinger som legges til rette for at vold skal oppstå i utgangspunktet                         | Kapittel 4: Forebyggende kommunikasjon<br>Kapittel 3: Voldsforebygging<br>Kapittel 2: Voldsriskovurdering og håndtering<br>Kapittel 1: Aggresjonsforståelse |



98

---

---

---

---

---

---

---

### Modulbasert oppbygning

**Modul 1:** Unnvikelsesteknikker

**Modul 2:** Frigjøringsteknikker

**Modul 3:** Fastholdningsteknikker





99

---

---

---

---

---

---

---

Grunnleggende fagetske prinsipp ved bruk av fysiske teknikker

| For personen:           | For personalet:        |
|-------------------------|------------------------|
| Ikke påføre skade       | Unngå skader           |
| Minst mulig smerte      | Effektive              |
| Unngå unødige krenkelse | Enkle å lære           |
| Trygg opplevelse        | Enkle å bruke          |
| Tilpasse fysisk kraft   | Tillit til ferdigheter |

MAPS

100

---

---

---

---

---

---

---

Hvorfor trene regelmessig?



- Sikkerhet
- Teamarbeid
- Forberedt på situasjoner
- Erfaringsutveksling
- Grunnlag for refleksjoner

MAPS

101

---

---

---

---

---

---

---

Prinsipper for trening



- Lokal og jevnlig trening
- Trene uten skade
- En teknikk per fare
- Teknikkstruktur
- Veiledning underveis

MAPS

102

---

---

---

---

---

---

---

## Oppsummering

- Grunnleggende fagetiske prinsipper
- Regelmessig trening er nødvendig for å utvikle og vedlikeholde kompetansen til å forebygge og håndtere kritiske situasjoner



103

---

---

---

---

---

---

---

## Kapittel 10 Etterarbeid



104

---

---

---

---

---

---

---

## Læringsmål

### Kjenne til:

- Faktorer som påvirker vår opplevelse av stress og kriser
- Hvordan en kan bruke aggressive episoder til læring og forebygging
- Hvordan aggressive episoder kan brukes i forbedrings- og kvalitetsarbeid

### Ha kunnskap om:

- Normale og mulige reaksjoner i etterkant av aggressive episoder
- De ulike tiltak som kan brukes i etterkant av hendelser
- Hva som bør etterspørres av rutiner og planverk

Basert på læringstrinnlag av Øyvind Skjerve (PHD)


105

---

---

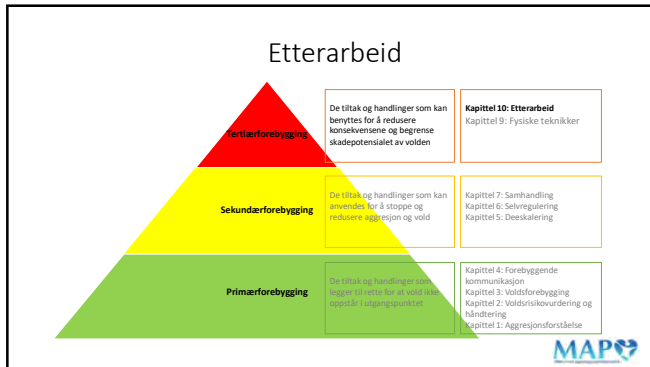
---

---

---

---

---



106

---

---

---

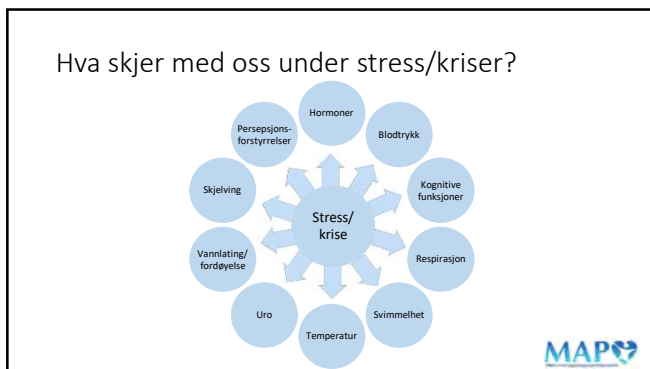
---

---

---

---

---



107

---

---

---

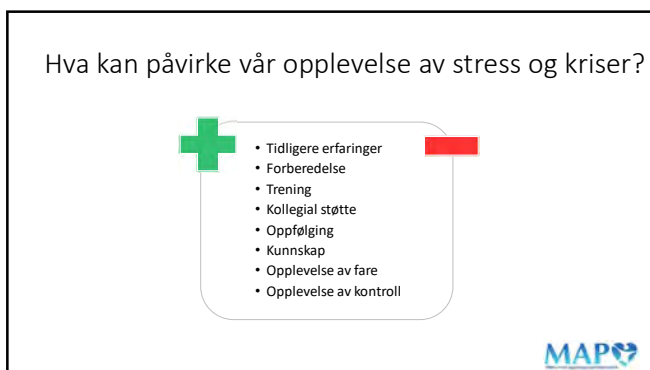
---

---

---

---

---



108

---

---

---

---

---

---

---

---

Ulike reaksjoner

- Stressreaksjon
- Krisereaksjon
- Overdeterminert reaksjon





109

---

---

---

---

---

---

---

Stressreaksjon

- Normal reaksjon
- Avtar gradvis av seg selv
- Langvarig stress:
  - Fysiske plager
  - Psykiske plager som alarmberedskap og utbrenthet



Ved akutt overbelastning kan stresset føre til en krisereaksjon



110

---

---

---

---

---

---

---

Krisereaksjon





111

---

---

---

---

---

---

---

## Overdeterminert reaksjon – Urimelig forhold mellom traumet og reaksjonen

- Sterk reaksjon på en forholdsvis mild stressor
- En reaksjon med et skjult moment fra fortiden
  - Parallell stressor
  - Analog stressor (avtar ikke gradvis)



112

---

---

---

---

---

---

---

---

## Alvorligere former for stress/krisereaksjoner

- Utvikling av PTSD
- Utbrenthet
- Sekundærtraumatisering



113

---

---

---

---

---

---

---

---

## Ulike typer oppfølgingstiltak

- Ettersamtale med person
- Kollegastøtte
- Psykologisk førstehjelp
- Defusing
- Debriefing



Verktøyene finner dere på: [www.sifer.no/map](http://www.sifer.no/map)

114

---

---

---

---

---

---

---

---

## Ettersamtale med person

- Hensikt
- Samtalen(e)s innhold



115

---

---

---

---

---

---

---

---

## Kollegastøtte

### Hensikt:

- Gi støtte og omsorg
- Bearbeiding av belastende opplevelser
- Redusere psykisk slitasje, helseplager og sykefravær
- Avdekke eventuelle behov for videre oppfølging og hjelp



116

---

---

---

---

---

---

---

---

## Psykologisk førstehjelp

### Hensikt:

- Gi støtte og omsorg umiddelbart etter en hendelse
- Vurdere behov for videre oppfølging



117

---

---

---

---

---

---

---

---

## Defusing

### Hensikt:

- Forebygge konsekvensene og begrense skadepotensialet etter alvorlige hendelser
- Skape felles forståelse av det som har skjedd
- Vurdere behov for videre oppfølging



118

---

---

---

---

---

---

---

## Debriefing

### Hensikt:

- Forbedring og læring
- Evaluere og eventuelt revidere interne prosedyrer og personens behandlingsplan
- Øke person og personalsikkerheten
- Utarbeide forbedringspunkter



119

---

---

---

---

---

---

---

## HMS-arbeid og rutiner

- Lederansvar
- Rutiner for oppfølging
- Dokumentasjon



120

---

---

---

---

---

---

---

## Oppsummering

- Vi reagerer ulikt på stressende situasjoner
- Å jobbe i møte med aggresjon og vold er krevende – derfor må vi ha rutiner og kultur for å redusere denne belastningen
- Situasjoner vil oppstå – i etterkant må vi sette oss ned og evaluere og lære av hendelsene – både personer og personalet
- Husk å etterspør rutiner på egen arbeidsplass!



121

---

---

---

---

---

---

---

---

## For mer informasjon

- Nettside: [www.sifer.no/map](http://www.sifer.no/map)
- Facebook: <https://www.facebook.com/groups/mapnorge>



122

---

---

---

---

---

---

---

---

## Oppsummering



Hva har vært det mest nyttige for deg i løpet av kurset?

Hvordan kan du videreføre kunnskap fra MAP til din arbeidsplass?



123

---

---

---

---

---

---

---

---