

GILLA 

ARBETSLIVETS MÖTESPLATS

JOBDET

Förebygg hot och våld

- Typer av aggression



Alexander Tilly, leg. psykolog

- När uppstår konfliktfyllda eller hotfulla situationer i ditt jobb?



Typer av aggression

Emotionell



Instrumentell



1. Emotionell aggression

Ökad risk:

- Stress, rädsla, ilska
- Fysiska behov
- Alkohol, droger
- Personlighetsdrag
- Funktionsnedsättning, sjukdom

Utlöses av:

- Nej
- Trängd
- Brist på kontroll
- Ansiktsförlust



Varför ökar risken för konflikt vid stark affekt?

- Fysiologisk reaktion
- Impulskontroll
- Ej konsekvenser
- Svårare att lyssna klart
- Svart-vit fientlighet
- Nedsatt empati

Normer påverkar känslouttryck



2. Instrumentell aggression

- Målmedveten påtryckning, vill skapa konsekvenser: *beslut, förmån, pengar, dominans, sex*
- Används om det verkar fungera: *söker sårbarhet hos individ, organisation eller system*
- Motverkas: *visa att det inte kommer lyckas, risk åka fast, motverka sårbarhet*



Vem använder instrumentell aggression?

- Ungdomar testar gränser
- Förhandling
- Dominans, härskartekniker
- Mobbning
- Antisociala normer
- Bedragare och rånare
- Kriminella miljöer
- Sexuella avvikelser
- Ideologiskt, religiöst, etniskt våld



När riktas instrumentell aggression mot oss?

- Verkar sårbar eller osäker
- Ensam eller färre
- Har maktposition: beslut, medicin, pengar
- Låter motpart gå för långt, testande beteenden...



Hur känner vi igen testande beteenden?

- Bryta sociala konventioner
- Invadera fysiskt revir
- Distraktioner - "säljprat"
- Stort krav = liten tjänst
- Skuld och medlidande
- Smicker, charm
- Hot, våld



Emotionell



- Känslostyrd
- Försök lugna
- Dialog räcker långt
- Gränser kan vara nödvändiga

Instrumentell



- Målstyrd
- Påverka konsekvensanalys
- Dialog = svaghet?
- Tidiga gränser nödvändiga

Summering

- Acceptera inte hotfulla beteenden
- Slut upp bakom den som utsätts
- Förstå olika drivkrafter
- Tydlighet behövs: *för att skydda tredje part, goda värderingar, av säkerhetsskäl*



Litteratur

Baumeister, (2001), *Evil - Inside human violence and cruelty*

Beck, (2000), *Prisoners of hate - the cognitive basis of anger, hostility and violence*

Sapolsky, (2017), *Behave - The biology of humans at our best and worst*

Shaver & Mikulincer, ed., (2011), *Human aggression and violence*

Smith, (2014), *Surviving aggressive people*

Tilly, (2014), *Förebygg hot och våld på jobbet*

Alexander Tilly, leg. psykolog

www.alexandertilly.se

alexander@alexandertilly.se

<https://www.linkedin.com/in/alexander-tilly-a7a868138/>

Relaterat material

Prevent

Ämnesområde: Förebygg hot och våld på jobbet

Suntarbetsliv

Verktyg: Förebygg hot och våld på jobbet