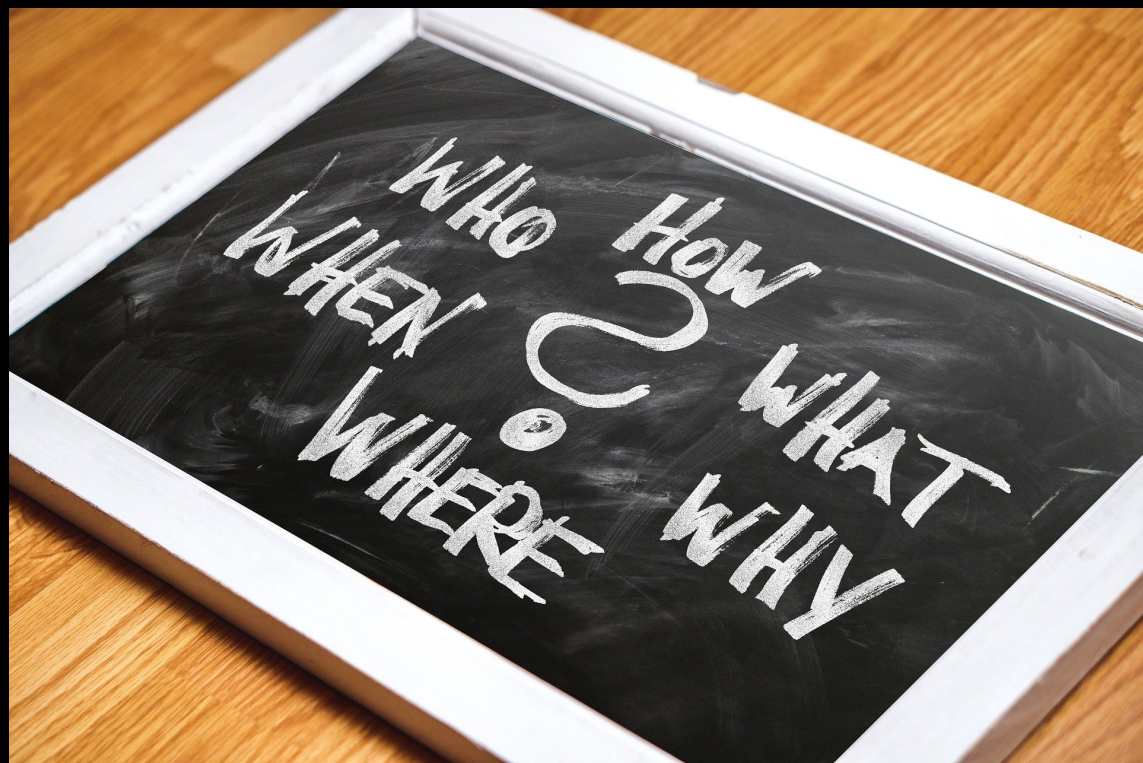
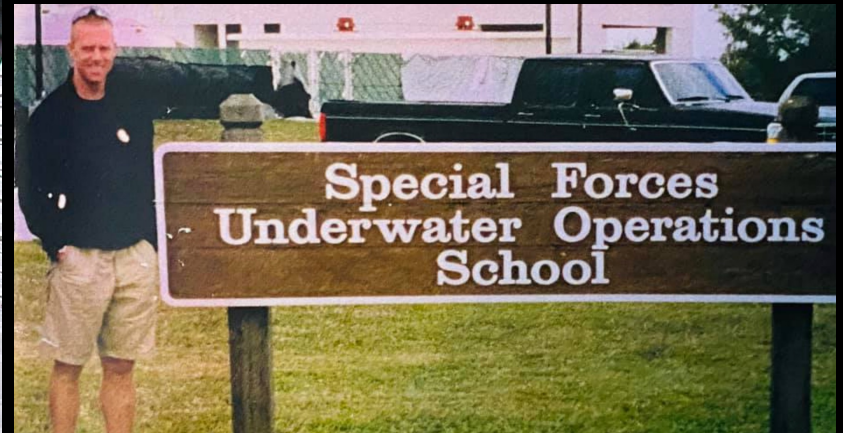


Förebygga och hantera hot och våld





Bakgrund



Basbehov

Tillit

Trygghet

Tro

Sammanhållning





Varför ?



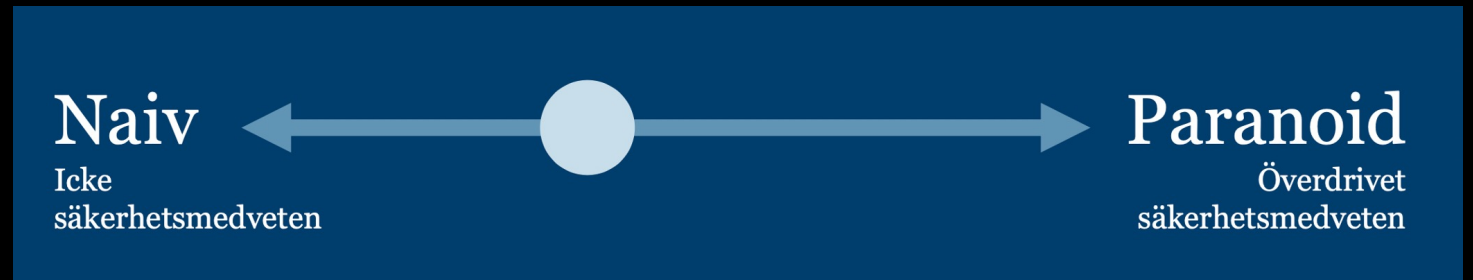
Balans i ditt nervsystem



Riskhantering



Medvetenhet



Vem är
förövaren?





Vem är förövaren?

- Någon som är arg, förbannad, besviken (kanske rädd, orolig innerst inne?)
- Någon som är van att få makt genom att hota
- Någon som är psykiskt instabil
- Kort stubin, låg impuls kontroll
- Du eller jag i ett pressat läge?
- Män överrepresenterade



Förhållningssätt och strategier

Att lyssna

”När människor är upprörda
hör dom ändå inte vad vi säger.
Låt dom prata först.”

(Tunnelhörsel)



Aktiv lyssning





Avledning

- **Via frågor** – Du bestämmer mjukt vad motparten pratar om
- **Gemensam nämnare** – Hitta det som gör er lika *utan* att eskalera situationen
- **Humor** – Det är fysiologiskt svårt att skratta och samtidigt behålla sin aggresivitet i topp



Värdera hot

- Är det ett hot eller ett ultimatum?
Finns möjligheten att göra till viljes?
- Kontext viktigare än ordval
- Affekt eller lugn och saklig?
- Uttalat eller subtilt?
- Riktas det mot *dig*, någon *annan* eller något *annat*?
- Impulsiv eller rationell situation?



Bemöta hot

- "Missa" eller "missförstå" hotet (...vad?)
- Med en upprepande fråga (...så du ska alltså?)
- Formulera dig med ett *jag-budskap*
- Ta fasta på personens goda egenskaper (nyttja att ni känner varandra)
- Beskriv konsekvenserna av att hota (kan kombineras med att vädja till personens egenintresse)

Stress och stressreaktioner





Tolkningen avgör reaktionen

- Samma händelse
- Olika tolkningar
- Helt olika händelseutfall

Stressreaktioner

Kroppsliga

Tankemässiga

Känslomässiga

Beteendemässiga



Stödtrappan

Kristerapi

Avlastningssamtal

Kamratstöd

Jag själv

Tack för mig!!

Torbjörn Hellmouth
th@lead4change.se
073-7079771

