

KRUS Håndbok 1/2006

HÅNDBOK I STUDIEGRUPPER OM VOLD

Av Per Isdal

**i samarbeid med
Baar Bias Dammann, Kjersti Bergerud
og Halvor Killingstad**

Kriminalomsorgens utdanningscenter KRUS
Oslo, april 2006

Utgitt av:

Kriminalomsorgens utdanningssenter KRUS
Boks 6138 Etterstad
0602 Oslo

www.krus.no

© 2006 Copyright: Kriminalomsorgens utdanningssenter KRUS, Oslo
© 2006 Copyright til håndboka brukt utenfor kriminalomsorgen eller i
andre land enn Norge: Per Isdal, (per.isdal@sensewave.com)

I serien:

Håndbøker

Nr 1/2006

ISBN: 82-91910-53-7

Det må ikke kopieres fra denne bok i strid med åndsverkloven eller avtaler om kopiering inngått med KOPINOR, interesseorgan for rettighetshavere til åndsverk. Kopiering i strid med lov eller avtale kan medføre erstatningsansvar og inndragning og kan straffes med bøter eller fengsel.

Forord

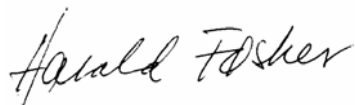
Psykolog Per Isdal har i samarbeid med Ila fengsel-, forvarings- og sikringsanstalt utviklet en ny metode for påvirkningsarbeid i forhold til innsatte og friomsorgsklienter med voldsproblematikk. Denne håndboken i studiegrupper om vold tar utgangspunkt i *Håndbok for samtalegrupper for voldsdømte* (Isdal & Dammann 2003) og er også en videreføring av denne metodikken. Målet med denne kursbaserte nye håndboken er at tilsatte i kriminalomsorgen som både tidligere har drevet samtalegrupper etter ATV-modellen og har gjennomgått spesialutdanning for samtalegruppeledere, kan igangsette en studiegruppe i vold.

Studiegruppene er en videreføring av samtalegruppene - ideelt sett et trinn II for gruppedeltagere som har gjennomført en samtalegruppe og som ønsker seg ny motivasjon til å jobbe med sine utfordringer. Denne motivasjonen gjelder også kurslederne i kriminalomsorgen når vi ser at det å arbeide sammen mot vold i en gruppe etter denne metoden ikke bare er krevende, utfordrende og komplisert, men at det også er givende og utviklende.

Hovedideen bak samtalegruppen og studiegruppen er *samtale mot vold*. Dette med bakgrunn i en forståelse om at det å kunne uttrykke tanker og følelser med ord er det viktigste alternativet til vold. Målsettingen med studiegruppen er at deltagerne gjennom en strukturert prosess skal få en større forståelse av vold, både volden som samfunnsfenomen og volden i eget liv. Studiegruppen retter seg altså ikke direkte mot endring av atferd, men er i stedet rettet mot forhold som vi tror kan påvirke voldelig atferd. Dette er basert på en tradisjon som kan benevnes som *mektiggjøring* (empowering).

Utgangspunktet der er troen på at alle mennesker kan forandre seg dersom de har kunnskaper, ferdigheter og motivasjon som er nødvendig for å kunne foreta andre valg.

KRUS, april, 2006



Harald Føsker
Direktør

Til Leseren

Dette er en håndbok i studiegrupper om vold.

Studiegruppene og denne håndboken tar utgangspunkt i *Håndbok for samtalegrupper for voldsdømte* (Isdal & Dammann 2003). For å kunne bruke studiegruppemetodikken og denne håndboken, forutsettes det at man har gått gjennom *Håndbok for samtalegrupper for voldsdømte*.

Kriminalomsorgens utdanningssenter arrangerer kurs i ”STUDIEGRUPPER”. For å kunne bruke metodikken er det ikke nok bare å ha gjennomgått håndboken, det kreves også at man må ha gjennomgått kurset for å lære å bruke både håndboken og metoden.

Både samtalegrupper og STUDIEGRUPPER er metoder som kan brukes av legfolk (mennesker uten profesjonell utdanning i klinisk arbeid), psykolog, psykiater eller lignende. Bokens forfatter har stor tro på at det blant kriminalomsorgens ansatte finnes engasjerte mennesker med store potensialer til å jobbe med medmennesker på denne måten. Gjennom mer enn 10 års arbeid innen kriminalomsorgen har jeg gang på gang blitt imponert av talentene til mange av de jeg har veiledet og kurset. Å arbeide med et tema som vold innenfor rammene av et så spesielt system som kriminalomsorgen, er både krevende og personlig utfordrende, og mange ganger vanskelig. Det er derfor et absolutt krav at de menneskene som går inn i arbeid med ledelse av STUDIEGRUPPER, følger jevnlig veiledning hos psykolog eller psykiater (eller annen fagperson godkjent av opphavsmann Per Isdal).

Metodikken kan med hell brukes av andre enn kriminalomsorgen, i andre situasjoner og med andre gruppedeltagere. Dette må imidlertid skje etter en overenskomst med opphavsmannen.

Denne boken er skrevet etter ett års utprøving med en ”pilotgruppe” på Ila fengsels-, sikrings- og forvaringsanstalt. Tre innsatte ved Ila og gruppelederne Halvor Killingstad og Kjersti Bergerud jobbet sammen med metoden i ett år. Denne gruppens arbeid og suksess ga opphavet

til utviklingen av håndboken. Tre andre støttespillere har vært avgjørende for utviklingen av metoden og håndboken. Programansvarlig 1. betjent Baar Dammann ved Ila, direktør Knut Bjarkeid ved Ila og direktør Harald Føsker ved KRUS.

Boken skal være enkel å bruke. Første del inneholder beskrivelse av form, innhold, målsetting, arbeidsmetode og teoretisk overbygging. Andre del er en konkret beskrivelse av innholdet i de enkelte gruppemøtene. Teori før praksis!

Å arbeide sammen mot vold i en gruppe etter denne metoden er ikke bare krevende, utfordrende og komplisert. Det er også givende, spennende og utviklende.

NB! TIL ALLE SOM JOBBER I FRIOMSORGEN:

Ha meg unnskyldt! Denne håndboken refererer hele tiden til ”studiegrupper i anstalt”. Dette betyr på ingen måte at jeg tenker at dette bare kan gjøres med innsatte i fengsler. Metoden kan sikkert med stort hell brukes også i friomsorgen. Metoden er utviklet i samarbeid med mennesker som arbeider i anstalt - det er derfra jeg har mine erfaringer. For enkelthetens skyld har jeg valgt å referere til arbeidet med grupper i anstalt.

Ideelt sett skal STUDIEGRUPPENE være en form for trinn II etter gjennomført samtalegruppe (etter ATV-modellen). Dette gjør det vanskelig for friomsorgen å tilby studiegrupper rett og slett fordi de ikke har klienter med lange nok dommer til å rekke begge deler. Jeg tenker at STUDIEGRUPPENE også kan være et godt alternativ til samtalegrupper. For friomsorgen tror jeg for eksempel at studiegruppene med sin noe mer strukturerte metode kan være et meget godt alternativ som et en-til-en tiltak.

LYKKE TIL!

Sammendrag

Håndbokens første del inneholder en beskrivelse av form, innhold, målsetting, arbeidsmetode og teoretisk overbygning. Andre del er en konkret beskrivelse av innholdet i de enkelte gruppemøtene. Håndboken forutsetter imidlertid kjennskap til bøkene *Meningen med volden* (Isdal 2000) og *Håndbok i samtalegrupper for voldsdømte* (Isdal & Dammann 2003).

ATVs behandlingsmodell har fire hovedprinsipper som er omsatt i 13 temaområder i studiegruppene:

1. Fokus på vold
2. Fokus på ansvar
3. Fokus på sammenheng
4. Fokus på virkning og konsekvens

Studiegruppene er en videreføring av samtalegruppene - ideelt sett et trinn II for gruppedeltagere som har gjennomført en samtalegruppe. Studiegruppen vil kunne gi ny motivasjon til dem som liker og er egnet for grupper av ATV-typen. Taushetsplikten for gruppedeltagere i studiegruppen skal være den samme som i samtalegruppene.

Kortversjonen av studiegruppen utgjør 15–18 gruppemøter, langversjonen utgjør 30–35 gruppemøter. Gruppens størrelse kan være på 3-10 deltagere - det ideelle er 4-5.

Studiegruppen følger en definert progresjonsplan gjennom de 13 temaområdene som bygger på hverandre. Studiegruppene bør derfor være lukkede grupper.

Hovedideen bak samtalegruppen og studiegruppen er *samtale mot vold* - på ATV betrakter vi det å kunne uttrykke tanker og følelser med ord som det viktigste alternativet til vold. Målsettingen med studiegruppen er at deltagerne gjennom en strukturert prosess skal få en større forståelse av vold, både volden som samfunnsfenomen og volden i eget liv. Studiegruppen retter seg altså ikke direkte mot endring av atferd, men er i stedet rettet mot forhold som vi tror kan påvirke voldelig atferd. Studiegruppene går inn i en tradisjon som kan

benevnes som *mektiggjøring* (empowering), og bak dette ligger det en tro på at alle mennesker kan forandre seg dersom de har de kunnskaper, ferdigheter og motivasjon som er nødvendig for å kunne foreta andre valg.

Metodikken i studiegruppene er psykoedukativ - bevisstgjøring gjennom undervisning - og fokuserer direkte på problemområdet, i dette tilfelle volden (vi trekker imidlertid et skille ved den volden som er omfattet av sedelighetsparagrafene). Tilnærmingen tar utgangspunkt i at vold i stor grad er et holdnings- og bevissthetsproblem.

Studiegruppen ledes av to gruppeledere med en todelt rolle: som lærere skal de skape en pedagogisk prosess, og som ansvarlige ledere har de ansvaret for kontakten med anstalten, for registrering og rapportering. Gruppelederne skal arbeide som et team. Det er helt sentralt at gruppelederne klarer å være ikke-fordømmende, forståelsesfulle, varme, lyttende og støttende i sin måte å motta gruppedeltagernes historier på.

Det er en forutsetning at deltagerne behersker norsk godt, og det er nødvendig å vite at gruppedeltagerne kan følge hele prosessen. Det er ikke ønskelig med deltagere som bare kan delta et visst antall ganger, eller som går mye til og fra gruppen.

Timing er essensielt. Når en vellykket terapi med innsatte avsluttes flere år før den innsatte løslates, vil den gjenstående soningstiden kunne ødelegge effekten av behandlingen. Ideelt sett bør behandlingen fortsette også en periode etter løslatelse.

Valg av rom signaliserer hvor viktig anstalten mener studiegruppen er. Studiegruppen skal møtes i et egnet rom der gruppedeltagerne kan snakke i fred uten å risikere å bli forstyrret eller at andre har innsyn. Det anbefales ikke å bruke undervisningsrom.

Abstract

The first part of this manual gives a description of form, contents, objective, method and theoretical superstructure. The second part gives a concrete description of the contents of the different group-meetings. The manual presupposes familiarity with the books *Meningen med volden* (Isdal 2000) and *Håndbok i samtalegrupper for voldsdømte* (Isdal & Dammann 2003).

The ATV-model of treatment has four leading principals, which are realized in the 13 topics of the study-groups:

1. Focus on violence
2. Focus on responsibility
3. Focus on coherence
4. Focus on effect and consequence

The study-groups are a furthering of the conversation-groups – ideally a step II for participants who have already followed a conversation-group. The study-group can give new motivation to those who like and are suited for groups of the ATV-type. The observance of professional secrecy is the same for both groups.

The short version of the study-group constitutes 15-18 group-meetings, the long version 30-35 meetings. The size of the group can vary from 3-10 participants - the ideal being 4-5.

The study-group follows a defined plan of progress throughout the 13 topics, which build on each other. For this reason, the groups should be closed.

Conversation against violence is the principal idea behind both the conversation-groups and the study-groups – at ATV we consider ability to express thoughts and feelings in words as the most important alternative to violence. The objective of the study-group is for the participants to gain a larger understanding of violence, both as a phenomenon of society and in their own lives, through a structured process. Hence, the study-groups does not direct change of behavior,

but are instead directed towards conditions we think might have an impact on violent behavior. The study-groups are part of the empowerment-tradition, and behind this lies a belief in that everybody can change if they have the knowledge, skills and motivation necessary to make different choices.

The method in use is psycho-educative – awareness through education - and focuses directly on the area of problems, in this case violence (except for violence comprised by the law of sexual crime, although exceptions are made). The approach is based on the view that violence to a large degree is a problem of attitude and awareness.

The study-group is to be led by two group-leaders, who have a double function: as teachers they are to create a pedagogical process, and as leaders they are responsible for contact with the establishment as well as registration and reporting. The group leaders are to work together as a team. It is also a central point that the group-leaders are able to receive the participant's stories in a non-judgmental, understanding, warm, listening and supportive manner.

It is a presupposition that the participants master the Norwegian language well, and it is necessary to know that the participants are able to follow the whole process. It is not desirable with participants only partaking a few times, or participants who partake on an irregular basis.

Timing is essential. When a successful therapy with inmates is finished many years in advance of release, the remaining time of the serving might destroy the effect of the treatment. Treatment should ideally continue for a period after release.

Choice of room signals how important the establishment considers the study-group to be. The group should meet in a suitable room where the participants can talk undisturbed. It is not recommended to use classrooms.

Innhold

DEL 1.....	12
1 Bakgrunnen for studiegruppene	13
2 Hva er en studiegruppe? - Rammene for gruppen.....	18
2.1 Gruppeleders rolle	18
2.2 Sted og utstyr	19
2.3 Tid.....	20
2.4 Lengde – kort versjon eller lang versjon	21
2.5 Størrelse og form - lukket vs. åpen gruppe.....	22
2.6 Rekruttering	22
2.7 Taushetsplikt.....	23
3 Målsetting.....	28
3.1 Evaluering.....	35
3.1.2 Selvevaluering.....	37
3.2 Registrering	37
4 Teorien bak studiegruppen	38
4.1 Det erfaringsbaserte utgangspunkt	39
4.2 Psykoedukativ tilnærming	41
4.3 Humanistisk psykologi	43
4.4 Avmaktsperspektiv og ATV-psykologi.....	43
4.5 Hva virker? – evidensbasis	44
5 Samtale mot vold	50
5.1 Voldens mange sider	52
5.2 Om å få mennesker til å snakke.....	56
5.3 Hvordan få mennesker til å snakke om vold?.....	59
5.3.1 Spørreteknikker.....	61
5.4 Å snakke om vold i et fengsel	63
5.5 Hvordan kan gruppen hjelpe til?	64
5.6 Fallgruver og vansker	65
6 Hvem kan delta i en studiegruppe?	68
6.1 Hvem kan være gruppeleder?	68
6.1.1 Hvem kan være gruppeledere sammen?	71
6.2 Hvem kan være gruppemedlemmer?	72
7 Samarbeid	74
7.1 Studiegrupper og samarbeid	75
7.2 Hva skal vi samarbeide om?	76
7.3 Bygging av kompetanse.....	79

7.4 Samarbeid og taushetsplikt.....	80
7.5 Er samarbeid den riktige veien å gå?.....	82
8 Arbeidsform.....	84
Trinn 1: Åpningsrunde.....	84
Trinn 2: Introduksjon.....	85
Trinn 3: Brainstorming.....	85
Trinn 4: Innlegg.....	87
Trinn 5: Diskusjon.....	87
Trinn 6: Oppgaver.....	88
Trinn 7: Refleksjon.....	89
Trinn 8: Avslutningsritual.....	91
DEL 2.....	92
Om temaene.....	93
FORPROSJEKT.....	96
TEMA 1: HVA ER VOLD?.....	102
TEMA 2: HVOR MYE VOLD?.....	109
TEMA 3: VOLD SOM UNDERTRYKKELSE OG KRENKELSE.....	114
TEMA 4: VOLDENS NATUR.....	121
TEMA 5: VOLD ER INTELLIGENT.....	127
TEMA 6: HVA ER ÅRSAKENE TIL VOLD?.....	132
TEMA 7: HVORDAN STYRE ATFERD?.....	138
TEMA 8: HVORDAN STYRE TANKER?.....	143
TEMA 9: HVORDAN STYRE FØLELSER?.....	150
TEMA 10: VIRKNINGENE AV VOLD.....	155
TEMA 11: Å VÆRE VITNE TIL VOLD.....	162
TEMA 12: HVA GJØR VOLDEN MED UTØVEREN?.....	167
TEMA 13: ANSVARET FOR VOLDEN.....	173
ETTERPROSJEKT.....	179
Litteraturliste.....	186

DEL 1

1 Bakgrunnen for studiegruppene

”BAKMENNENE”:

Alt starter med enkeltmennesker og deres engasjement. Tre menn innsatt ved Ila forvaringsanstalt hadde gått i samtalegruppe (ATV-gruppe) hos Oddvar Handeland og Kjersti i flere år. ”Problemet” med denne gruppen var at ingen ønsket å slutte i den, de ønsket mer og de ønsket å gå dypere inn i forståelsen av egen og andres vold. Sammen med sine gruppeledere begynte de å diskutere om de kunne gjøre noe mer ut av gruppen og hvordan dette skulle se ut. Som gruppeledernes veileder ble jeg (Isdal) og Baar Dammann (ansvarlig for programvirksomheten på Ila) aktive parter i denne diskusjonen. Gruppen tente på mitt forslag om en studiegruppe hvor sammen kunne gå mer systematisk til verks for å forstå vold, dens virkninger og dens røtter. En engasjert og offensiv direktør ga sin umiddelbare støtte til prosjektet og gikk inn for det med ”hud og hår”. Direktør Føsker på KRUS ga også sin uforbeholdne støtte til et utviklingsprosjekt.

Første trinn i utviklingsprosessen ble en **pilotgruppe**. De tre mennene sammen med gruppelederne Halvor og Kjersti, sa seg villige til å være ”forsøkskaniner” og produktutviklere. I et år (2003 – 2004) jobbet de sammen med Isdal om å prøve ut den første studiegruppen. I over 40 gruppemøter gikk de gjennom de tematrinn som studiegruppen inneholdt. Og fullførte med stil! Et vellykket pilotprosjekt er årsaken til at denne håndboken skrives, og til at studiegrupper i vold vil spre seg til andre deler av kriminalomsorgen.

Bakgrunnen for studiegruppen har vokst ut fra de erfaringer som ti år med samtalegrupper om vold har gitt. I februar 1995 tok Ila landsfengsel og sikringsanstalt kontakt med psykolog Per Isdal med

en forespørsel om hjelp til å komme i gang med påvirkningsvirksomhet for innsatte som var volds- eller sedelighetsdømte. Kort tid etter startet vi de første samtalegruppene, to grupper for voldsdømte og en gruppe for sedelighetsdømte. Samtalegruppemodellen har vokst kraftig i disse ti årene. I 2004 ble det registrert 352 fullførte deltagelser (min. 12 gruppemøter) i samtalegruppe, og disse ble tilbudt i åtte forskjellige fengsler og ved åtte friomsorgskontorer. I friomsorgen (med utspring i Friomsorgskontor Haugesund) har samtalegruppemetoden også blitt konvertert til et en-til-en faglig tiltak.

Samtalegruppene har blitt evaluert på oppdrag fra Justisdepartementet, og kom ut med et positivt resultat. Evalueringsrapporten uttaler at det er grunnlag for å tro at samtalegruppene virker etter sin hensikt, og at brukerne av samtalegruppene ser ut til å være fornøyde med tilbudet. Forskerne Jan Ketil Arnulf og Bjørn Lau presenterte sine resultater av evalueringen i en rapport som ble utgitt ved KRUS i 2002. I denne sammenheng og med utgangspunkt i at påvirkningstiltak kan deles i faglige tiltak og program, skal det presiseres at samtalegruppene og de nye studiegruppene er faglige tiltak, men ikke program etter kriminalomsorgens definisjon basert på flere kriterier som bl.a. ”endring av domfeltes fremtidige handlingsmønstre” (jf. Strategiplanen 2004-2007).

Samtalegruppene for voldsdømte utgjorde sammen med flere andre faglige tiltak og programmer en ny retning innen kriminalomsorgen på 90-tallet. Stortingsmelding nr. 23 (1991 – 1992) var utgangspunktet for en fengsels- og kriminalpolitisk trend der behandlingstanken kom tilbake i fengselsvesenet. Påvirkningstanken ble sentral, og det ble i de neste årene utviklet en rekke faglige tiltak og programmer innen fengselsvesenet. Kriminalomsorgen betraktet det som sin oppgave å prøve å påvirke eller utvikle mennesker til et liv uten kriminalitet. Anstaltene i kriminalomsorgen fikk pålegg fra sentralt hold om å jobbe målrettet med innsatte. I tildelingsbrevet sendt anstaltene i 1997, sto det presisert at anstaltene skal: *”tilføre kunnskaper, ferdigheter og positive holdninger under straffegjennomføringen for å bidra til den domfeltes tilpasning til samfunnet og motvirke ny kriminalitet”*.

Da den nye loven om straffegjennomføring kom i 2002, ble nødvendigheten av et påvirknings- eller behandlingsinnhold i kriminalomsorgen forsterket. Gjennom ordningen med forvaring stilles det krav til at forvaringsdømte må dokumentere endring og endringsarbeid. De anstalter som har forvaringsdømte må derfor være i stand til å tilby sine innsatte muligheter til å arbeide med seg selv og sin kriminalitet. I friomsorgen ble også behovet for faglige tiltak og programmer forsterket.

Kriminalomsorgen har i de siste 15 år utviklet og startet en rekke faglige tiltak og programmer for straffedømte, både generelle programmer og spesifikke programmer. Et generelt program retter seg ikke direkte inn mot kriminaliteten, men søker å utvikle ferdigheter i livs- eller atferdsmestring som man antar er sentrale i forhold til å skulle mestre et liv uten kriminalitet. Det mest kjente programmet på dette området er "NY START" - et strukturert kognitivt program med fokus på selvkontroll gjennom tankekontroll. De spesifikke programmene retter seg direkte mot kriminaliteten eller "problematferden". "RIF" (rus), promilleprogram i friomsorgen og de kognitive programmene i forhold til vold og sedelighet (Bergen fengsel) er eksempler på slike programmer.

Mange av de programmene som er innført i norsk kriminalomsorg, er importert fra fagmiljøer utenfor Norge (England, Canada, USA, Sverige) og oversatt til norsk. Kriminalomsorgens utdanningscenter har i forhold til programutvikling vært opptatt av at det legges til rette for en norsk tradisjon i utviklingen av nye programmer og faglige tiltak. KRUS har vært førende i at samtalegruppene for voldsdømte har blitt et faglig tiltak (påvirkningstiltak), utviklet, utprøvd og evaluert i Norge. De har sørget for at både grunnutdanning og spesialutdanning av samtalegruppeledere er et fast tilbud i kriminalomsorgens utdanningsprogram. KRUS har vært en aktiv støttespiller i videreføringen av samtalegruppene til studiegrupper.

Justiskomiteen på Stortinget ser voldskriminalitet som en av samfunnets store utfordringer og går sterkt inn for en aktiv og påvirkende kriminalomsorg. De ønsker at påvirkningstiltak (faglige tiltak og programmer) mot voldskriminalitet skal styrkes, og presiserer at kriminalomsorgen skal satse på både kognitive programmer

(sinnemestring og voldsprogrammer) og faglige tiltak som er utviklet ved fagmiljøet på "Alternativ til Vold" (samtalegrupper og studiegrupper).

Det konkrete initiativet til studiegruppene kom fra Ila forvaringsanstalt og Per Isdal. Det som karakteriserer Ila, er en stor og stabil innsattgruppe med lange dommer og med mye alvorlig voldsproblematikk. Samtalegruppene må sies å ha vært en suksess på Ila - mange innsatte har deltatt over lang tid i gruppene. En gruppe innsatte gikk særlig lenge i gruppe (3-4 år) fordi de opplevde det som et godt tilbud. I denne gruppen, hos gruppelederne og hos veilederen (Isdal) oppsto det en diskusjon om å lage en videreføring av samtalegruppene, et såkalt trinn II. Drivkreftene på Ila i denne prosessen var programansvarlig I. betjent Baar Dammann og direktør Knut Bjarkeid.

BEHOVET FOR ET ALTERNATIV TIL SAMTALEGRUPPENE:

På Ila soner det mange innsatte med lange dommer. Erfaring har vist at rekrutteringen til samtalegruppene er svært god. Samtalegruppene oppleves som positive, og mange gruppedeltagere fortsetter i gruppene både to og tre år. For noen er det slik at nettopp formen i samtalegruppene (åpen, støttende osv.) passer dem langt bedre enn andre programformer. Samtalegruppens dilemma er at den skaper motivasjon, samtidig som det å gå i samme type gruppe for lenge kan skape en demotiverende følelse av å ikke komme videre. En studiegruppe vil kunne gi ny motivasjon til de som liker og passer for ATV-type grupper. Samtidig gir erfaringen med samtalegrupper en fortrolighet og trygghet som kan gjøre det mulig å gjennomføre en mer fokusert og krevende gruppe.

På Ila er det utviklet et bredt spekter av programtilbud. Dette gjør at det oppstår konkurranse om å rekruttere gruppedeltagere. I praksis betyr dette at nyinnsatte gjerne kommer inn i et program (for eksempel samtalegruppe) helt i starten av et langt soningsforløp. Dette kan være uheldig. For noen vil det kunne bety at de har "brukt opp" sitt aktuelle programtilbud lenge før de er gjennom halve soningstiden, og at deres utvikling dermed stopper opp. I terapi med menn som sitter i fengsel på grunn av alvorlig voldskriminalitet, er vi opptatt av **timing**. Fengsel er nedbrytende dersom det ikke har et personlig utviklende innhold. Her tror vi at dersom vi gjennomfører en vellykket terapi med menn som sitter i fengsel, og at denne behandlingen avsluttes flere år før mannen løslates, så vil den avsluttende soningstiden kunne bryte ned effekten av behandlingen. Ideelt sett bør behandlingen fortsette en periode etter løslatelse.

Samtalegruppene skal motivere gruppedeltagerne til å jobbe videre med seg selv, for eksempel gjennom å oppsøke profesjonelle terapeuter. Det er ikke alltid praktisk mulig å finne en profesjonell terapeut (spesielt når det gjelder voldsproblematikk). I disse tilfellene kan studiegruppe være et godt alternativ. Dette må ikke bety at kriminalomsorgen slutter å legge til rette for at straffedømte får hjelp og støtte til å finne en psykolog.

Det som karakteriserte de gruppedeltagerne som ble med i prosessen, var en sterk motivasjon til å lære noe i gruppen og gjennom dette utvikle seg selv. Denne motivasjonen og det ønsket om å lære, ga inspirasjonen til å skape det som nå har blitt en studiegruppe. Tanken bak studiegruppen var at den skulle være en fokusert læringsprosess i utforskningen av fenomenet vold og alle dets sider. Videre skulle både prosessen og kunnskapen som ble tilført gruppen i neste omgang, endre grunnleggende holdninger i forhold til vold og i forhold til gruppedeltagerens personlige etikk.

Fra sommeren 2003 og fram til sommeren 2004 gjennomførte tre menn og gruppelederne Kjersti og Halvor en pilotgruppe på Ila. De gikk ukentlig i veiledning hos Isdal, og arbeidet sammen med ham med å utforme og utprøve detaljinnholdet i studiegruppen. Arbeidet ble finansiert med midler fra Ila og KRUS.

I perioden 2004 og til 2005 ble denne håndboken utformet og publisert som et samarbeidsprosjekt mellom KRUS og Ila.

Desember 2005 ble det første innføringskurset for studiegruppeledere ved Kriminalomsorgens utdanningssenter holdt.

2 Hva er en studiegruppe? - Rammene for gruppen

En studiegruppe er en samling mennesker ledet av to gruppeledere som sammen studerer fenomenet vold for å forstå mer om vold, både volden i samfunnet og volden i eget liv.

Studiegruppen er en videreføring av samtalegruppene, ideelt sett et trinn II for gruppedeltagere som har gjennomført samtalegruppe, og inneholder derfor mange av de samme rammene som samtalegruppen. Det er en forutsetning at de som skal lede en studiegruppe har gjort seg kjent med innholdet i *Håndbok i samtalegrupper for voldsdømte* (Isdal & Dammann 2003).

Gruppeleders væremåte, spørreteknikker og responsform er lik den som beskrives for samtalegruppene (se Isdal & Dammann 2003, kap. 5). På noen områder er studiegruppen forskjellig fra samtalegruppen; disse områdene beskrives i dette kapittelet.

Studiegruppene innebærer en læringsprosess, og læring fordrer trygghet. Rammene for gruppen er et hovedvirkemiddel for å skape trygghet.

2.1 Gruppeleders rolle

Gruppeleders rolle i studiegruppene er tosidig.

For det første er gruppeleder en **lærer** som skal stå for utvikling og presentasjon av undervisningsmateriale. Videre har han/hun som oppgave å skape en pedagogisk prosess der gruppedeltagerne oppfordres til refleksjon og til å knytte teoriundervisningen opp til sine personlige erfaringer. Som lærer har gruppeleder oppgaven med å fremheve og støtte opp under gruppemedlemmenes prestasjoner og

utvikling. En god lærer bruker en kombinasjon av utfordring og oppmuntring overfor gruppemedlemmene.

For det andre er gruppeleder **ansvarlig leder** for gruppen. Det er hans/hennes ansvar å forberede gruppemøtene, følge håndboken, styre prosessen, fordele tiden mellom gruppemedlemmene og sørge for at alle deltar og føler seg vel i gruppen. Som leder er han/hun ansvarlig for kontakten med anstalten, for registrering og rapportering.

I en studiegruppe er det alltid to gruppeledere. Gruppelederne skal arbeide som **et team**. Med dette menes at begge har ansvar for gruppen og undervisningen som skjer i den. Gjennom å være et team, i motsetning til en leder og en assistent, økes den pedagogiske variasjon i gruppen samtidig som gruppeledere blir gode modeller for kommunikasjon og samarbeid. I grupper der en gruppeleder er erfaren og en annen gruppeleder er helt ny, vil det være naturlig at den erfarne gruppelederen bærer hovedansvaret for gruppeinnholdet og -prosessen, mens den nye får muligheten til å ta rollen som ”lærling”. En slik arbeidsfordeling bør ha maksimum varighet av et halvt år.

2.2 Sted og utstyr

Studiegruppen skal finne sted på et egnet rom der gruppedeltagerne kan snakke i fred uten å risikere å bli forstyrret og uten at andre har innsyn. Elementer som lydisolering, gode dører, god luft og pene fysiske omgivelser skaper et godt grupperom. De fleste anstalter har etter hvert laget egne rom for programvirksomhet. Valg av rom signaliserer hvor viktig anstalten mener studiegruppen er. Det er uheldig dersom gruppen i løpet av prosessen må bytte rom, eller at grupperommet ellers brukes til aktiviteter gruppedeltagerne assosierer med noe negativt eller ubehagelig. Studiegruppen er noe helt annet enn skole, så det anbefales ikke at det brukes undervisningsrom.

Studiegruppene krever et minimum av utstyr:

- FLIPPOVER
- ARK TIL Å NOTERE PÅ
- TAPE TIL Å HENGE ARK PÅ VEGGEN MED
- TUSJER OG BLYANTER/PENNER TIL GRUPPELEDERE OG GRUPPEMEDLEMMER
- 1 RINGPERM TIL HVERT GRUPPEMEDLEM
- HULLEMASKIN
- SKRIVEUNDERLAG FOR OPPGAVELØSING

I tillegg kan grupperommet gjerne være utstyrt med (eller ha tilgjengelig):

- OVERHEAD PROJEKTOR, OVERHEAD ARK OG OVERHEAD TUSJER
- VIDEOSPILLER (DVD eller VHS)
- ET GRUPPESETT AV BOKEN "MENINGEN MED VOLDEN"
- KOPIMASKIN

2.3 Tid

Gruppene skal finne sted til samme tid hver gang. Den ideelle gruppen møtes en gang i uken og varer i 90 minutter hver gang (alternativt 2 x 45 minutter med en pause i mellom).

Læring krever kontinuitet, derfor vil jeg på det sterkeste advare mot å ha grupper der det går mer tid enn en uke mellom hvert gruppemøte. Studiegruppens omfang (min. 15 gruppemøter) kan gjøre det vanskelig å gjennomføre dem i mange anstalter. Her kan tiden mellom gruppemøtene komprimeres, for eksempel ved at man har to gruppemøter i uken. En endringsprosess gjennom undervisning kombinert med oppgaver fordrer at gruppemedlemmene får tid til å fordøye inntrykkene. Det bør av den grunn være minimum en dags pause mellom hvert gruppemøte.

Læring krever våkenhet, samtidig skal anstalten signalisere til gruppedeltagerne at gruppen er noe viktig. Gruppene skal derfor legges på dagtid, og ikke for sent på dagen når folk er mer trøtte og uopplagt.

2.4 Lengde – kort versjon eller lang versjon

Da vi prøvde ut studiegruppen, så ble dette gjort på Ila. Gruppedeltagerne var alle menn som sonet lange dommer og som ønsket å bruke tid på studieprosessen. Dette var opphavet til at studiegruppen er laget i to versjoner, en kort og en lang. Ut over dette kan studiegruppen gjerne utvides i lengde, dvs. antall møter.

Studiegruppen er som et **trekkspill**. Den kan være kort eller lang, eller alt midt i mellom.

Kortversjonen av studiegruppen utgjør 15–18 gruppemøter. Langversjonen utgjør det dobbelte, 30–35 gruppemøter. Pilotgruppen gjennomgikk 40 gruppemøter og varte i ett år. Ett år er etter min mening veldig bra. Ting tar tid! Det må være opp til den enkelte anstalt å beslutte hvilken versjon som skal brukes. I mange anstalter er 15 gruppemøter ideelt av hensyn til praktiske forhold og rekruttering. I anstalter der mange innsatte soner lengre dommer for vold, vil jeg anbefale den lange versjonen. Samtidig utgjør studiegruppelæreboken en mal for hvilke temaer gruppen skal gjennomgå. Denne malen kan med hell strekkes ut over mer enn 35 gruppemøter.

2.5 Størrelse og form - lukket vs. åpen gruppe

Bruken av undervisningsformen gjør at vi får noe videre rammer for antall gruppedeltagere enn det samtalegruppene har. Jeg antyder en gruppestørrelse på 3-10 personer. Mange menn som soner straffer i fengsel, er både utrygge og har mye uro i seg. I praksis betyr det at det vanligvis er best å operere med mindre grupper på for eksempel 4-5 personer.

Studiegruppen følger en progresjon gjennom en rekke temaer. Temaene bygger på hverandre og det gruppen tidligere har gått gjennom. Studiegruppene bør derfor være lukkede grupper, det vil si at alle gruppe-medlemmer begynner samtidig og avslutter samtidig. Dersom noen slutter i gruppen underveis bør ikke plassen fylles av et nytt medlem.

2.6 Rekruttering

Studiegruppene skal generelt nå innsatte med voldsdommer/voldsproblemer som ønsker å jobbe med voldstemaet. I tillegg skal studiegruppene spesielt søke å rekruttere menn med lengre dommer som har gjennomført samtalegruppe eller annet program i forhold til volds- og aggresjonsproblematikk (NY START, sinnemestring og lignende).

Rekruttering og motivering for å delta i en studiegruppe må være en aktiv prosess som finner sted på flere arenaer i anstalten:

- **INFORMASJON TIL ALLE INNSATTE:** Studiegruppene må nå ut med informasjon til alle innsatte og ansatte gjennom for eksempel:

- oppslag på alle avdelinger (inkludert konkret informasjon om påmelding)
 - egne ”brosjyrer” som forteller om innholdet i gruppene
 - ”annonser” eller oppslag i internavis
- **REKRUTTERING GJENNOM KONTAKTBETJENT:**
Program- eller fagansvarlig på hver anstalt bør ha en rådgivningssamtale med alle kontaktbetjenter omkring hvilken type program kontaktbetjenten skal prøve å motivere sin kontaktinnsatte til. Kontaktbetjenten skal sammen med sin kontaktinnsatte ha mulighet til å få et møte med en gruppeleder for en studiegruppe.
 - **REKRUTTERING GJENNOM SAMTALEGRUPPER ELLER ANDRE FAGLIGE TILTAK/PROGRAMMER:** Alle gruppe- eller programledere som har gruppedeltagere som soner lengre dommer, bør legge informasjon om studiegruppen inn i avslutningsfasen av sine faglige tiltak/programmer. I tillegg bør det sørges for at gruppe- eller programledere kan ta i mot påmelding til studiegruppene. I anstalter der det er flere typer gruppetilbud, kan felles gruppeledermøter være en viktig rekrutteringsarena.
 - **DIREKTE REKRUTTERING:** Gruppeledere kan i samråd med programansvarlig, sosialavdeling eller avdelingsledere oppsøke innsatte direkte for å informere om og ”selge” gruppen.
 - **REKRUTTERING GJENNOM ANSVARSGRUPPEMØTE:**
Der det arbeides med ansvarsgrupper møtes disse fire ganger pr. år. Vurdering av mulige tilbud og motivering for studiegrupper kan legges inn under ansvarsgruppemøtene.

2.7 Taushetsplikt

Taushetsplikten for gruppemedlemmer og gruppedeltagere i studiegruppen skal være den samme som i samtalegruppene.

Ila:

Taushetsløfte:

Jeg lover med dette å bevare taushet om alt som blir sagt i gruppen.

Når det gjelder gruppelederne, uttaler disse seg ikke utenfor gruppen.

Unntak:

- Opplysninger om planlagte straffbare forhold, som gruppeleder er overbevist om at vil bli gjennomført.
- Opplysninger om at en annen innsatt soner dom for et forhold en av gruppedeltagerne har gjort.

Dato..... Underskrift.....

En forutsetning for åpenhet i gruppen er taushetsplikten. Denne må avklares med ledelsen på den enkelte anstalt/ friomsorgskontoret, og selvfølgelig med gruppedeltagerne. Alle gruppedeltagere og gruppelederne må skrive under på et taushetsløfte.

Ilas taushetsløfte for samtalegruppene har vært behandlet i lovavdelingen i Justisdepartementet, og er etter dette utformet med de unntak eksempelet viser.

Det er ofte stor skepsis blant de innsatte og friomsorgsklienter til om gruppelederne vil overholde sitt taushetsløfte. Det er viktig at taushetserklæringen legges fram med stort alvor og med et nesten rituellet preg med lovnad og underskrift fra alle. Dette vil, sammen med at gruppelederne tar seg god tid til å svare på spørsmål og uklarheter, være med på å skape tillit og trygghet.

I perioden 2000 til 2002 ble taushetsplikten i samtalegruppene gjenstand for omfattende diskusjoner. Ansvarlige myndigheter mente at den fram til da eksisterende taushetsplikten var for omfattende og uspesifisert. Det ble også uttrykt bekymring for om samtalegruppene gjennom sin taushetsplikt kunne komme til å bygge opp under

holdninger som støtter alvorlig kriminalitet. I november 2002 ble det enighet om de endelige rammene for taushetsplikten i samtalegruppene.

Enigheten er nedfelt i følgende brev fra departementet (uthevingene er forfatterens):

”Spørsmål om taushetspliktsbestemmelser for tjenestemenn som driver samtalegrupper etter ATV – modellen

Det vises til møte i september 2002 vedrørende ovennevnte. På møtet diskuterte vi bl.a. spørsmål om taushetsplikt for fengselsbetjenter som leder samtalegrupper. Vi var enige om at før samtalene starter opp i en gruppe, må leder orientere de innsatte som deltar i gruppene om de regler som gjelder. Spørsmål om gruppeleders taushetsplikt i forhold til opplysninger som kommer fram i gruppene vil være en naturlig del av de tingene som må klargjøres i forkant.

Vi har tidligere blitt enige om at i utgangspunktet og som hovedregel skal samtlige deltagere, inklusive gruppeledere, bevare taushet om alle opplysninger som fremkommer i gruppene. Men i de tilfellene det følger av lov eller andre bestemmelser at tjenestemennene har en opplysningsplikt, må man fravike dette utgangspunktet. Relevante bestemmelser i denne sammenhengen er straffeloven §§ 139 (plikt til å avverge visse forbrytelser, f.eks. drap, grov legemsbeskadigelse), 172 (plikt til å hindre at noen blir uskyldig dømt eller tiltalt) samt barnevernloven § 6-4, annet ledd.

Forvaltningsloven § 13 b) nr. 6 inneholder bestemmelse om at når det finnes ønskelig av ”allmenne omsyn”, kan forvaltningsorganet anmelde eller gi opplysninger til påtalemyndigheten. Justisdepartementet mener at i tilfeller der det i gruppen fremkommer opplysninger som kan indikere

at det er begått en alvorlig straffbar handling som ennå ikke er oppklart, er dette opplysninger som fengselsbetjenten skal bringe videre til sin nærmeste overordnede. **Fengselets ledelse avgjør hvorvidt opplysningene bringes videre til påtalemyndigheten. Det er uten betydning om opplysningene refererer seg til handlinger som antas å være begått før innsettelse eller ikke.**

Med alvorlig straffbare handlinger mener vi i denne sammenheng forbrytelser som kan medføre straff av fengsel i 10 år eller mer. **Med en strafferammebegrensning på minst 10 år vil bestemmelsen omfatte bl.a.:**

- **alvorlige allmennfarlige forbrytelser, som mordbrann (strl §§ 148-149 og 150 annet ledd), flykapring (§151 a), forurensning og forgiftning som medfører fare for tap av liv eller helbred (§§ 152-153 og 160), befatning med sprengstoff, bakteriologiske våpen og spredning av sykdom (§§ 153 a, 154 og 160) samt å inngå forbund for å gjennomføre enkelte av disse forbrytelsene (§159),**
- **grove seksualforbrytelser: voldtekt (§192), seksuelle overgrep mot barn under 14 år (§195) og grovere former for seksuelle overgrep mot barn under 16 år (§196, annet ledd),**
- **grove legemsbeskadigelser (§ 229 tredje straffalternativ, jfr §§ 231 og 232), og drap (§233),**
- **kvalifiserte former for ulovlig frihetsberøvelse, falsk anklage, pengefalsk og ran (§§ 169, 174, 176, 223 annet ledd og 268 annet ledd,**
- **terrorisme (§ 147 a).**

Gruppeledere anbefales å sette opp reglene og unntakene på et eget ark som deles ut til gruppedeltagerne på første gruppemøte. Hovedprinsippet er at gruppedeltagerne skal kjenne til rammene for gruppen, herunder reglene for taushet. Det er gruppeleders ansvar å sørge for at gruppedeltagerne er godt kjent med reglene.

Taushetsbestemmelsene for gruppeledere i friomsorgen vil reguleres som tidligere. Dette betyr at informasjon om lovbrudd

som er å betrakte som brudd på tilsynsinstruksen § 5.2, skal viderebringes påtalemyndigheten.

Friomsorgen må lage egne taushetserklæringer der det framgår klart hva som omfattes av taushetsplikten til gruppeleder. Direkte informasjon om brudd på for eksempel tilsynsbestemmelser, er det viktigste punkt som må unntas fra tausheten. Dette må gjøres helt klart for gruppedeltagerne slik at de kjenner rammene for gruppen.”

3 Målsetting

Målsettingen med studiegruppene er en videreføring av målsettingen med samtalegruppene:

”Målsettingen med samtalegruppene er å lage en situasjon (strukturert) der mennesker sitter sammen og snakker om vold.” (Isdal & Dammann 2003, s. 10)

For studiegruppene blir det tilsvarende:

Målsettingen med studiegruppene er å lage en situasjon der mennesker sammen studerer vold som fenomen for å forstå volden bedre. Gruppen studerer både volden i samfunnet og volden i den enkelte gruppedeltagers liv. Studiet fokuserer på alle sider ved volden, både årsaker og konsekvenser.

Med andre ord: **Veien er målet.** Min anbefaling til gruppeledere er at de skal fokusere på det praktiske, på arbeidsoppgaven å drive gruppen. Dersom vi har som hovedfokus at mennesker skal endre seg i gruppen vil vi lett kunne ende i en drakamp med gruppedeltagerne. Vi kan ikke forandre andre mennesker, i beste fall kan vi gi inspirasjon og kunnskap til andre slik at de selv forandrer seg. Det er normalpsykologi å motsette seg det at andre forsøker å styre en. De fleste gruppedeltagere kommer ikke til gruppen med et krav eller ønske om å bli forandret. De har ikke bedt om hjelp. De har takket ja til å være med og studere vold. Som straffedømte har de også en rekke grunner til å forholde seg avventende og kritiske til det fengselsvesenet tilbyr dem (”vil disse menneskene egentlig mitt beste?”). Gruppelederen må ha tro på at prosessen i seg selv gjør jobben. Tanken bak målsettingen er at dersom gruppelederne får til dette, så vil det i sin tur kunne skape endring og bevegelse.

Endring er allikevel studiegruppens ønskede mål. Vi inviterer gruppedeltagerne til en prosess som vi håper og tror skal påvirke dem og hvordan de i framtiden vil tenke, føle eller handle.

DEN IDEELLE MÅLSETTING: Å gå inn i et systematisk arbeid med mennesker som etter samfunnets normer må sies å ha et problem, har alltid en bakgrunn i **håp**; håp om forandring, om at gruppedeltagerne i framtiden vil velge å leve, mene, tenke og opptre på en slik måte at de ikke lenger vil bruke vold. Den ideelle målsetting med studiegruppene er selvfølgelig å gi hjelp til **forandring** og en ikke-voldelig framtid.

Bak dette ligger det et **menneskesyn** som bunner i en tro på at alle mennesker kan forandre seg, dersom de har **kunnskaper, ferdigheter og motivasjon** til det. Med motivasjon mener jeg her enten en personlig etikk - ”hva jeg gjør er viktig for meg” - eller et forhold til andre mennesker – ”hva andre tenker og føler er viktig for meg”.

Målsetting med studiegruppen er at deltagerne gjennom en strukturert prosess skal få en større forståelse av vold, både volden som samfunnsfenomen og volden i eget liv.

Målet om forandring til ikke-voldelighet er allikevel ingen god målsetting for studiegruppene. Til det er verden og volden alt for komplisert og studiegruppene for enkle (tid, oppfølging osv.). Vold og aggresjon kan være en svært stor del av menneskers historie, personlighet eller vanemønster. Vold står i et samspill med andre viktige fenomener i folks liv, som for eksempel rus (og rusmiljø) og det å leve i et kriminelt miljø. Noe vold har en tilknytning til alvorlig psykisk sykdom eller til hjerneorganiske forhold eller skader. Dette betyr ikke at forandring ikke er mulig, bare at det er komplisert og vanskelig. Mange av mine tidligere klienter har sagt at det ikke er mulig å leve uten vold i det livet de lever. Det er godt dokumentert at det mest sentrale for tilbakefall er hvorvidt innsatte har ”noe å gå til” etter soning, om de har jobb og bolig. Uansett hvor mye vi skaper av programmer og behandling i fengsel, og uavhengig av kvaliteten på innholdet i disse, vil dette allikevel være lite nyttig dersom vi, som samfunn, ikke legger til rette for fruktbare livsvilkår for domfelte etter endt soning.

Et annet problem for oss ”håpefulle”, er at mennesker som går i en studiegruppe, kan endre seg uten at dette har noe med gruppen å gjøre. Forskerne Hubble, Duncan og Miller (1999) viste at 40 % av all forandring hos unge mennesker som går i behandling, skyldes forhold som overhodet ikke har noe med behandlingen å gjøre. Tilbakefallsprosenten ved forskjellige typer voldskriminalitet er dessuten veldig forskjellig avhengig av hva slags type vold det dreier seg om. Tilbakefall ved drap er under 5 %, mens en person som har utøvd flere titalls voldshandlinger over tid har en helt annen risiko for tilbakefall.

TING TAR TID

Som terapeut har jeg selv stor tro på og erfaring med at **ting tar tid**. Jeg gjentar at vold er et komplisert problem. For noen er volden livets røde tråd; den har de vokst opp med og lært av sine nærmeste, den har blitt en del av deres vanemessige reaksjonsmønster, og i mange tilfeller en sentral del av deres liv og identitet. Eller de har bygd opp en forståelse av egen vold som fungerer som et forsvar mot skyldfølelse, empati og endring. Noen av mine klienter har gått mer enn fire år i ukentlig terapi, og de har trengt hele denne tiden. Studiegruppen vil alltid være en mer begrenset prosess i et avgrenset tidsrom.

DEN REALISTISKE MÅLSETTING: Hva er det vi ønsker å endre, og hvilke endringer er mulig sett i forhold til studiegruppens form og innhold? Håpet med programvirksomhet i kriminalomsorgen er at den over tid skal endre atferd og forebygge nye kriminelle handlinger (som for eksempel vold). Studiegruppene er ikke en trenings- eller praksisgruppe, og en slik kan neppe skapes når det gjelder vold. Riktignok kan kognitive atferdsprogrammer trene opp tanke- og atferdskontroll, men slike treningsprogrammer kan ikke gjenskape de ekstreme og spesielle situasjoner som volden ofte forekommer i. Studiegruppen legger sin hovedvekt på samtale og refleksjon. Det vil si at den retter seg inn mot hvordan deltagerne tenker, hva slags holdninger og verdier de har og hvordan de oppfatter verden. Vi ønsker å sette i gang en bevisstgjøringsprosess, både i forhold til egne

handlinger og til det gruppedeltagerne har opplevd samt til samfunnet rundt dem. Når studiegruppen ikke retter seg direkte mot endring av atferd, så retter den seg heller inn mot forhold som vi tenker at kan påvirke voldelig atferd.

Vi tenker at de viktigste områdene for endringsmålsettinger er:

- **HOLDNINGER TIL VOLD:**

Fra holdninger som rettferdiggjør og støtter voldelig atferd (både egen og andres) søkes en endring til holdninger som innebærer en avstandstaken til vold som middel og løsning. Vold er galt!

Vold går ikke alltid sammen med holdninger - det er ikke slik at de som er mot vold aldri vil bruke vold, og heller ikke omvendt. Voldelig atferd har allikevel en viss sammenheng med pro-voldelige holdninger. Mennesker som har brukt vold flere ganger, har gjerne utviklet holdninger som rettferdiggjør og støtter opp under egen atferd - holdninger som i neste omgang øker risikoen for ny vold. Mange har fått preget sine holdninger ut fra hvordan de har blitt oppdratt og gjennom hva de har lært, eller de har levd i miljøer som foreskriver og bygger opp under pro-voldelige holdninger.

Hos mange går det et skille mellom hvilke holdninger man har til andre og de holdninger en har til seg selv. Man kan være motstander av alle andres vold samtidig som man rettferdiggjør egen voldsbruk.

- **PLASSERING AV ANSVAR:**

Endring fra synspunkter som innebærer at de som utsettes for volden, må bære ansvar for at det skjedde, til at ansvaret legges på den som utøver volden. Vold blir et valg og den har en hensikt. Voldsutøveren går fra å være et offer for omgivelsene til å bli en aktør i eget liv.

Hvem har ansvaret for volden? Ansvaret for volden ligger alltid hos utøveren. En voldshandling er utøverens valg av reaksjon ut fra sin oppfattelse av situasjonen, sine følelser og sine behov. Det

finnes alltid alternativer til vold. De fleste som utøver vold, har en tendens til å skyve ansvaret over på offeret, andre eller forhold utenfor deres egen kontroll. Volden blir andres feil og skyld. Denne forståelsen av ansvar vil rettferdiggjøre volden, og i neste omgang skape grobunn for vold i nye situasjoner. I sin forskyving av ansvar gjør den som utøver vold seg selv til en som bare reagerer, han blir et offer i stedet for en aktør ("det er du som gjør at jeg blir voldelig"). Som aktør ville han vært en som valgte volden, og som hadde en hensikt eller et mål med den ("jeg slår for å få deg til å gjøre som jeg vil").

- **FORSTÅELSE AV VOLDENS KONSEKVENSER:**
Endring fra liten eller ingen opptatthet av og innsikt i voldens virkninger på offeret eller øvrige omgivelser, til forståelse av voldens omfattende skadevirkninger og empati med de som utsettes for vold.

Klient 1:

Det er klart at når du jobber i bank så må du jo vente at du kan bli ranet, du kan ikke komme etterpå og sutre. Da burde du søkt jobb et annet sted i utgangspunktet.

Klient 2:

Jeg satte min stolthet i at jeg skulle være hyggelig og høflig når jeg var med på ran. Jeg tror ikke jeg har skadet eller skremt noen av de jeg ranet.

Bankansatt:

Det aller mest skremmende var raneren som smilte. Han sto der med våpenet sitt og spilte hyggelig. Han må ha vært psykopat.

- I større eller mindre grad vil alle voldsutøvere ha problemer med å erkjenne og forstå hvordan volden deres påvirker andre. Kanskje er dette den faktoren som i sterkeste grad bidrar til å gjøre vold mulig. Dette er et spørsmål om empati (innlevelse) med den som utsettes for vold. For den som utsettes for vold blir det at

gjerningsmannen vil ikke skjønne hva han har gjort, også en del av smerten med volden.. Jo mer man tar inn over seg andres angst, smerte, hjelpesløshet og følelse av krenkelse, jo vanskeligere blir det å utøve vold.

- **FORSTÅELSE AV MEG SELV, ÅRSAKENE TIL MIN VOLD, HVA SOM UTLØSER DEN OG HVA VOLDEN GJØR MED MEG OG MITT LIV:**

Fra liten eller ingen opptatthet eller forståelse av seg selv og egen vold, til innsikt i bakgrunnen for egen atferd. Dette inkluderer å:

- Forstå forhold i samfunnet og nærmiljøet, og hvordan dette har formet meg, mine valg og hvordan jeg ser verden (inkludert mannsrollens betydning).
- Forstå hva den volden jeg har vokst opp med som offer for, har gjort med meg, mine følelser og mitt forhold til andre.
- Forstå mine hensikter med volden, hva jeg har brukt den til og hvordan jeg har rettfærdiggjort dette for meg selv.
- Forstå hva min egen voldsutøvelse og dens konsekvenser har gjort med meg og mitt liv.

”Det er bare sånn jeg er”
”Jeg har aldri vært den som startet”
”Jeg har ikke tatt noe skade av den julingen jeg fikk”
”Jeg kan ikke gå rundt å tenke på sånt”

Det er store forskjeller på mennesker som har utøvd vold. Det er allikevel et gjennomgående trekk at volden **mangler refleksjon**. Få bruker tid til å tenke og analysere hvor volden kommer fra og hva den fører til. Mange blir preget av skam og skyld, men uten at dette fører til en konstruktiv gjennomtenkning. Refleksjon rundt følelsesmessige temaer som vold (skam, skyld, tap av kontroll) fordrer at man har en samtalepartner. Svært få har hatt inngående samtaler om sin egen vold med andre.

Mange låses i sin egen rettfærdiggjøring av volden - ”den var andres feil så derfor er det ikke noe jeg kan lære av den”.

- **EVNE TIL Å BE OM HJELP ELLER RÅDFØRE SEG MED ANDRE HER OG NÅ**

Endring fra liten evne til å bruke andre til å rådføre seg forut for handling, til evne til å bruke andre for å vurdere situasjoner og mulige handlingsalternativer. Evne til å søke støtte i situasjoner som er vanskelige eller når man føler seg krenket av andre.

Vold har ofte en sterk sammenheng med en klassisk mannrolle der det å be om hjelp eller rådføre seg med andre, ikke er noe menn gjør. I stedet for å analysere, reflektere og vurdere, blir menn handlende. Vold blir noe som bare skjer som en umiddelbar reaksjon på følelsene i en situasjon. Uten tanke på framtiden, uten bruk av tidligere erfaringer og uten vurdering av alternative uttryksmåter.

Studiegruppene legger stor vekt på at deltagerne bruker egne aktuelle eksempler i arbeidet med temaene. Tilføringen av kunnskap knyttes derfor opp til livet her og nå på en slik måte at gruppen blir en læringsarena for å reflektere og rådføre seg med andre.

EKSEMPEL:

En av gruppedeltagerne har en pågående situasjon med en medinnsatt der denne har truet og krenket han, og krenkelsen vekket lyst til å sette den medinnsatte på plass ved å slå ham ned. Han kommer med dette som et eksempel til gruppen under temaet "Følelser og vold". Sammen med gruppen analyserer han situasjonen nøye og kommer ut med en ny konklusjon.

Mange som dømmes for vold har få problemer med styring av aggresjon i dagliglivet eller i rollen som innsatte i fengsel. De er ikke impulsive, de opptrer rolig i situasjoner og de kommer ikke i håndgemeng med andre innsatte. En del av de voldsdømte har omfattende og generelle problemer med styring av aggresjon i dagliglivet. Disse opptrer ofte truende i situasjoner, eller kommer i fysiske konflikter med andre innsatte. Andre igjen kan bruke vold som

en strategi i sin rolle som innsatt (for eksempel på oppdrag eller for å hjelpe andre). Hos gruppe­medlemmer der vold og truende atferd i sonings­situasjonen er et problem, bør gruppen på grunn av sitt fokus og innhold føre til reduksjon av truende og voldelig atferd overfor med­innsatte i sonings­situasjonen.

3.1 Evaluering

Evaluering er viktig for å kunne vite noe om hvordan studie­gruppene oppleves og hvilke effekter de har. Oppnår studie­gruppene sin mål­setting om endring? Resultatet av evalueringer vil i neste omgang danne basis for både videre­utvikling av studie­gruppene og for den fram­tidige kriminal­politikk med hensyn til på­virkningstiltak/på­virknings­virksomhet (faglige tiltak og program).

Evaluering er et sensitivt punkt i denne type tiltaks- og program­virksomhet. Mange potensielle gruppe­deltagere vil kunne oppleve det som utrygt at anstalten ønsker målinger av deres tanker og av atferden i gruppen. Det eksisterer en forståelig skepsis i forhold til at anstalten ned­tegner opplysninger, som i neste instans i teorien vil kunne brukes mot gruppe­deltagerne. Det er viktig at anstalt og gruppe­ledere husker at del­tagelsen i gruppene er frivillig, og at det må være opp til den enkelte om ved­kommende ønsker å bidra gjennom å bli del av et forsknings­opplegg. Gruppe­lederne må være åpne og informerende om nøyaktig hvor og hvordan eventuell informasjon fra gruppe­deltagerne brukes.

Evaluering av studie­gruppenes effekt sett i forhold til mål­setting må rimeligvis gjøres av eksterne forskere, og ikke av gruppe­lederne eller anstalten selv. Å evaluere seg selv blir som om ”bukken skulle ha passet hav­resekken”. For at eksterne forskere skal kunne evaluere gruppene og gruppe­deltagerens opp­levelse, må det eksistere et sam­tykke fra gruppe­deltagerne til både å bli brukt i dette øyemed, og til å bli kontaktet i etterkant (eventuelt forkant av gruppen). Sam­tykket kan hentes inn skriftlig eller muntlig forut for eller i starten av gruppen.

Det avgitte samtykket registreres også på registreringskjemaet for gruppedeltagelse.

Det er svært viktig at gruppedeltagere er villig til å la seg kontakte av eventuelle forskere.

Resultater i form av evaluering, er helt nødvendig for at vi skal kunne utvikle tilbud som er gode både for gruppedeltagerne og for samfunnet forøvrig. Evaluering er vår mulighet til å lære mer og forbedre oss selv. Det er gruppeleders oppgave å prøve å motivere gruppedeltagere til å delta i dette. Dette må balanseres opp mot at hvert enkelt gruppemedlem skal føle at han har friheten til å si ”nei”. Overfor gruppemedlemmene må det presiseres at alle forskningsdata skal brukes og publiseres i anonymisert form, og at intet av det gruppedeltagerne sier, kan brukes mot dem.

Den egentlige nytten av samtalegruppene som kriminalitetsforebyggende tiltak, kan vi bare måle gjennom studier av en total fangepopulasjon. Kriminalomsorgen i Norge beveger seg i retning av den vi finner i Canada hvor alle innsatte og alle de tiltak de deltar i, registreres i en sentral database. Denne databasen lenkes i neste omgang til politi og rettsapparat. Dette gjør det mulig å sammenligne effekten av ulike faglige tiltak og programmer over tid med hensyn til forebygging av ny kriminalitet etter løslatelse.

For eksempel kunne en slik studie vise at deltagelse i en studiegruppe senket tilbakefallsrisikoen med 50 % i forhold til sammenlignbare grupper innsatte som ikke hadde fulgt en studiegruppe. Eller man kunne finne ut at studiegruppe var dobbelt så effektivt som sinne-
mestringskurs i forebygging av ny voldskriminalitet etter løslatelse.

SAMTYKKEERKLÆRING **for studiegruppen**

Jeg, , avgir mitt samtykke til å bli kontaktet av forskere etter at gruppen er ferdig.

Dato:.....

**STØRRE
SAMMENLIGNENDE
POPULASJONSUNDER-
SØKELSER OVER TID
KAN GI SVARET PÅ
HVA SOM ER EFFEKTIV
KRIMINALOMSORG**

Det mest sannsynlige er at man ville finne ut at det som ga best utbytte for samfunnet, var kombinasjonen av flere tiltak/programmer sammen med et positivt og menneskevennlig soningsmiljø, samt et godt ettervern gjennom tilretteleggingen av livsvilkår etter soning.

3.1.2 Selvevaluering

En helt annen type evaluering er den evalueringen som gruppemedlemmene selv kommer med som en del av hele prosessen. I studiegruppene er tanken at gruppedeltagerne skal være en aktiv part i egenprosess, og de oppfordres til å reflektere rundt seg selv, vold, endring og det de opplever i gruppen.

Refleksjonen skal bidra til å øke bevisstheten om seg selv og sitt forhold til vold. Samtidig bidrar en slik selvevaluering til å forsterke og tydeliggjøre en endring som gruppedeltagerne allerede kan være i gang med, som igjen kan bidra til å gi gode følelser av egeninnsats og mestring, og dermed økt selvtillit. Selvevalueringene kan også være tilbakemeldinger gruppelederne kan lære av.

Det avsluttende gruppemøte skal vies til nettopp gruppedeltagernes evaluering av det de har gått igjennom og i hvilken grad de selv opplever de har nærmet seg målene for studiegruppen.

3.2 Registrering

Registrering er viktig!

Registrering av de som følger gruppen, gir en helt nødvendig dokumentasjon av virksomheten med studiegrupper. Registrering skal gi mulighet til statistisk bearbeiding, planlegging og evaluering av studiegruppene som faglig tiltak. Registreringen skal gjøres når gruppedeltagerne avslutter studiegruppen. (For prosedyrene for registreringsrutiner, se Isdal & Dammann 2003, kap. 8.4 s. 100.)

4 Teorien bak studiegruppen

Studiegruppen **integrerer** tre ulike tilnæringsmåter, en psykoedukativ arbeidsform, en klient-sentrert metodikk og et volds/avmaktsperspektiv slik dette praktiseres ved ATV.

Studiegruppemetoden har oppstått som et resultat av mine kliniske erfaringer som terapeut, veileder og kursholder gjennom 18 år på ”voldsfeltet”. Den baserer seg altså ikke bare på teoretiske modeller, men også på hva jeg har opplevd som virksomt i praksis.

Kriminalomsorgen er en særegen ramme for arbeidet med utvikling av mennesker. Det undertrykkende element i systemets natur (dom, straff, tvang) gir særlige utfordringer, både med hensyn til hvordan man jobber og til tjenestestedene og gruppelederne som bruker denne type metodikk. For meg betyr dette at alle metoder som henvender seg til domfelte, må inneholde en ekstrem grad av **respekt**. Ingen dømmes til å forandre seg, og vi har ingen rett til verken å tvinge, lure eller manipulere noen til det. At noen har gjort noe galt, gir oss ingen rett til å gjøre noe galt med dem - prisen for det gale de har gjort er allerede betalt gjennom den frihetsberøvelse de er dømt til.

Det eneste vi etisk sett kan gjøre er å **invitere** mennesker som soner straff for vold til å delta i noe som de i prinsippet kan gjøre hva de vil med. De kan være enig i det som presenteres, eller de kan være uenig. De kan bruke det de lærer eller de kan la være. De kan være aktive eller de kan være passive. Men de kan ikke være saboterende, fordi det ødelegger for andre. I denne virksomheten er det gruppemedlemmene, menn som soner dommer, som er **brukeren** og **kunden**. Overfor kunden må vi spille med åpne kort; vi må fortelle om hva vi gjør og hvorfor vi gjør det, og vi må aldri gå bak ryggen på kunden. Vi må demonstrere og forklare vår vare, og hele veien ha stor lydhørhet og respekt for kundens ønsker og synspunkter. Alle kunder har rett til å mene og tenke noe annet enn oss.

Det praktiske og erfaringsbaserte danner sammen med den **etiske dimensjon** utgangspunktet for studiegruppen.

4.1 Det erfaringsbaserte utgangspunkt

Gjennom 10 år har jeg undervist ansatte i kriminalomsorgen om vold. Først og fremst ved Kriminalomsorgens utdanningssenter, men også på direkte oppdrag fra ulike

KUNNSKAP SKAPER ENDRING I HOLDNINGER OG ATFERD. STUDIEGRUPPEN BYGGER PÅ EGNE ERFARINGER MED AT EN UNDERVISNINGSFORM SKAPER ENDRING.

tjenestesteder. Mye av undervisningen har vært knyttet til kursing av de som skulle bli eller var samtalegruppeledere. Jeg har fulgt mine ”elever” gjennom til dels langvarige prosesser (de som følger videreutdanningen for samtalegruppeledere gjennomgår totalt 18 dagers undervisning fordelt over 1,5 år), der jeg har lært kursdeltagerne om vold samtidig som de har arbeidet med praktiske øvelser for å bli kjent med metodene. Undervisningen har aldri vært tenkt som noen form for terapi, og målet med den var verken holdnings- eller atferdsendring.

Den sterkeste tilbakemeldingen jeg har fått fra mange av mine kursdeltagere, er at det de har vært igjennom, har **endret** dem som personer. De opplever å ha fått noe langt mer enn kunnskap. Naturlig nok forteller de fleste at kursene har gitt dem større grad av bevissthet både i forhold til vold, egne holdninger og i forhold til andre. Mange uttrykker klart at de også opplever at kurset har fått dem til å endre holdninger og måter å tenke på. Aller sterkest er alle de tilbakemeldingene jeg har fått fra mine kursdeltagere om at de har endret atferd som følge av kurset; de oppfører seg annerledes i dagliglivet både privat og på jobb. Kursdeltagere forteller for eksempel: ”Jeg synes jeg har blitt en helt annen far, jeg er ikke lenger så sint og oppfarende!”. I tillegg har jeg fått mange tilbakemeldinger

om at det å gjennomføre en krevende kursrekke i seg selv, har fått deltagerne til å bli stolte på egne vegne, og at det har bygget selvtillit.

Tilsvarende erfaringer har jeg fra arbeidet med klienter. I tillegg til egne terapigrupper, har jeg holdt undervisningsgrupper for andres klienter en rekke ganger, for eksempel klienter i rusinstitusjoner. Jeg har i disse sammenhengene opplevd hvordan undervisningsmetodikken har beveget og endret. Undervisningen går ut på at jeg lærer mine klienter om begreper og definisjoner. Jeg formidler også mange av mine egne tanker om vold. Undervisningen gir perspektiv, kunnskap og ”knagger” som hjelper klientene til bedre forståelse av hva som skjer i egne liv og hva de kan gjøre med det - noe jeg tror er til hjelp i deres selvutviklingsprosess.

Mer og mer har jeg blitt overbevist om at kunnskapsformidling, kombinert med arbeid med egne erfaringer og oppgaver knyttet til temaet, skaper endring. Min undervisning ved KRUS er rett og slett en form for studiegruppe, og den endrer kursdeltagernes holdninger og atferd. Disse erfaringene har jeg nå omsatt i en programlignende form.

I 2000 kom min bok *Meningen med Volden* ut. Den er en grunnbok om vold slik jeg forstår volden. Den ble skrevet for å påvirke og utfordre leseren og dennes holdninger. En rekke mennesker, deriblant noen av mine egne klienter, har lest boken og forteller at den har hjulpet dem til både endring og større bevissthet. Boken er allikevel ikke skrevet som en selvhjelpsbok; det er kunnskapen som skaper endring.

Boken danner grunnlaget for mye av min undervisning, og studiegruppene er å betrakte som en programversjon av boken. Mye av stoffet i boken anbefales som grunnlagsmateriale for undervisningstemaene i studiegruppen.



En annen inspirasjonskilde til studiegruppeformen, var møte med afro-amerikanske kriminalomsorgsansatte som fortalte om sin erfaring med en lignende form brukt på afro-amerikanske ungdommer i USA. Deres grunntanke var at afro-amerikansk kriminalitet hadde dype sosiale og samfunnsrelaterte årsaker, og kunne ikke forstås som et individuelt forårsaket problem. De mente videre at programmer som la vekt på tanke-trening (cognitive skills) ikke maktet å bevege grunnleggende verdier og holdninger som klientene var sosialisert inn i gjennom det amerikanske samfunnet. De mente også at kunnskap var mektiggjøring, og lagde studiegrupper der klienter satt sammen og studerte afro-amerikansk historie og røttene til afroamerikansk kriminalitet. Gjennom å få kunnskap og et større perspektiv på å forstå seg selv, mente fagfolkene at gruppedeltagerne fikk verktøy til å kunne ta andre valg i livet.

Kunnskap er makt, og således går studiegruppene inn i en tradisjon som kan benevnes '**mektiggjøring**' (empowering).

4.2 Psykoedukativ tilnærming

Metodikken i studiegruppene kalles 'psykoedukativ'. Med dette menes det at hovedinnholdet i metoden er bevisstgjøring gjennom undervisning. Når undervisningen også faller sammen med et personlig arbeid med øvings- og endringsoppgaver og en gruppeprosess, blir dette noe mer enn undervisning - det blir en psykoedukativ metode. Den psykoedukative metoden karakteriseres også ved at den fokuserer direkte på problemområdet, i dette tilfelle 'vold'.

Den psykoedukative tilnærming er meget aktuell på voldsfeltet. Tilnærmingen tar utgangspunkt i at vold i stor grad er et holdnings- og bevissthetsproblem, og ikke en psykisk sykdom i seg selv. Dette gjør at undervisningsmetodikken blir ansett som den beste tilnærmingen til å endre holdninger og øke menns bevissthet om hva de gjør og hvordan de skader sine omgivelser.

Det klart mest brukte behandlingsprogram på verdensbasis i forhold til menn som mishandler sine kvinnelige samlivspartnere, er den såkalte **Duluth-modellen** - et rent psykoedukativt program. Programmet er spredt over store deler av verden. Denne bokens forfatter er selv skolert i metoden og godkjent som bruker av den. Programmet inneholder 24 gruppemøter. Disse dekker åtte områder av volden som hver dekkes gjennom tre gruppemøter. Hvert gruppemøte inneholder en undervisningsdel, en oppgave (gjerne hjemmelektse) og et arbeid/gjennomgang av oppgaveløsingen i smågrupper.

Referanse:

Pence & Paymar (1986).

*POWER AND CONTROL: Tactics of Men Who Batter.
An Educational Curriculum*

Minnesota program development Inc.

206 West Fourth Street

Duluth, MN 55806, USA

Studiegruppene ligner Duluth-modellen i sin tilnærming, men er også svært ulik i sitt innhold. Duluth-programmet er langt mer strukturert og detaljert enn vårt, og det legges større fokus på kognitiv metodikk og forståelse. Dette gjør at urolige klienter eller de med lærevansker/skoleproblemer lett kan falle ut av programmet. Styrken til studiegruppene er at undervisningsdelen her langt lettere kan tilpasses den enkelte gruppe og gruppedeltagers nivå. I forhold til Duluth-modellen er studiegruppene langt mer preget av humanistisk psykologi og det menneskesyn som ligger der. Vi legger også klart større vekt på å jobbe med trygghet i gruppen og hos det enkelte grupped medlem. Trygghet ansees som en forutsetning for læring.

4.3 Humanistisk psykologi

Tilnærmingene i studiegruppene, så vel som i samtalegruppene, er sterkt inspirert av humanistisk psykologi og grunntankene til Carl Rogers, opphavsmannen til terapiretningen 'klientsentrert terapi'.

Grunnpilaren i humanistisk og klientsentrert psykologi er troen på mennesket og deres kapasitet til å ønske å handle riktig. Hovedteknikken i metoden er den uforbeholdne positive og støttende måte å møte mennesker på. Rogers mener at mennesker vil utvikle seg gjennom å bli møtt på en gjennomført forståelsesfull og støttende måte. Dette skaper endring hos mennesker som i større eller mindre grad har blitt oppdratt og møtt med uforutsigbarhet, begrensninger, avvisning eller fordømmelse opp igjennom livet.

Hovedteknikken i en klientsentrert terapi må altså sies å være **empati**. Både samtalegruppene og studiegruppene gjør sterkt bruk av støttende og positive tilbakemeldinger og holdninger. Gruppemedlemmer skal kunne si alt hva de måtte tenke og føle uten å risikere å bli fordømt. Det finnes ingen rette eller gale utsagn, alle har rett til å bli hørt og respektert. Det viktige er at gruppemedlemmer åpner seg og snakker, og gjennom dette viser fram seg selv. Dette er nødvendig for å hjelpe mennesker til å sette ord på vanskelige, følelsesladete og tabubelagte temaer - temaer som vanligvis møtes med avvisning eller fordømmelse.

4.4 Avmaktsperspektiv og ATV-psykologi

Vold er en reaksjon på avmakt, eller nærmere bestemt et forsøk på mestring av avmakt.

Studiegruppens fokus og metode tar utgangspunkt i en avmaktforståelse slik denne er beskrevet i *Meningen med volden*

(Isdal 2000, kap. 5 s. 109-141). Brukere av denne håndboken bør beherske dette kapittelet.

Det er et sentralt element å bevisstgjøre gruppemedlemmene sammenhengen mellom vold og avmakt, og de ulike kilder til avmakt i gruppemedlemmenes liv. Bevissthet om avmaktsforhold skaper ny forståelse og nye valg. En sentral bevisstgjøring er at avmakt som oppstår i en situasjon, kan komme til uttrykk som vold i en helt annen situasjon (VOLD INN – VOLD UT). Gjennom noe av oppgavematerialet arbeides det med å utvikle bedre mestring av avmakt og større toleranse for tilstanden.

Hvordan den som utøver vold forstår sin egen vold, er et annet hovedtema i *Meningen med Volden*. Når noen utøver vold, skaper oftest dette mennesket en **mening** med volden (jf. Isdal 2000 kap. 8 s. 221-276), som bidrar til å rettferdiggjøre volden og i neste omgang danne grunnlag for ny vold. Bevisstgjøring av hvordan vi forholder oss til vår egen voldsutøvelse er et viktig element i studiegruppene.

ATV har utviklet behandlingsprinsipper for sine klienter som beskrives av Isdal & Råkil (2002) i boken *Menns vold mot kvinner*. ATV's behandlingsmodell har fire hovedprinsipper:

1. Fokus på vold
2. Fokus på ansvar
3. Fokus på sammenheng
4. Fokus på virkning/konsekvens

Studiegruppene har omsatt disse fire hovedtemaene i 13 temaområde, og fokuserer på nettopp disse. Studiegruppene er en psykoedukativ variant av ATV's behandlingsmetode.

4.5 Hva virker? – evidensbasis

Virker studiegruppene? Er det grunnlag for å tro at teoriene bak er holdbare og metodene hensiktsmessige?

Justisdepartementet og Kriminalomsorgens utdanningscenter stiller større og større krav til at de metoder, faglige tiltak og programmer som brukes i kriminalomsorgen, skal ha en vitenskapelig og empirisk holdbarhet. Dette er en positiv utvikling som går sammen med økende ressurser til forskning på tiltak innen kriminalomsorgen.

Det finnes to nivåer av evidens. Det første er **den teoretiske evidens**. Dette er et spørsmål om det finnes et teoretisk grunnlag for metoden, og om dette grunnlaget er riktig. Tidligere i dette kapitlet og i kap. 5 (som sier noe om vold som fenomen) er det teoretiske grunnlaget beskrevet. Metodikken er altså utviklet med basis i teori.

Det andre nivået er **empirisk evidens**. Det vil si hvorvidt metoden har forskningsmessig bevis for at den **kan** fungere; at metoden, eller elementer av den, tidligere har blitt bevist å være virksomme.

Det er viktig å presisere at når det gjelder empirisk evidens, så kan vi ikke uten videre godta en metodes amerikanske, arabiske, kinesiske eller engelske evidens. Det som er virksomt innenfor rammene av en kultur eller et kriminalomsorgssystem, er ikke nødvendigvis virksomt innenfor en annen. For kriminalomsorgen krever dette en balanse. På den ene siden må vi være villig til å lære av andre, på den annen side må vi ikke ukritisk tro på andre lands evidens.

Canada er et foregangsland når det gjelder programutvikling innen kriminalomsorgen. De har strenge krav til holdbarhet og evidens i de metoder de anvender. Alle nye programmer må gjennom en streng og omfattende akkreditering for å kunne brukes ut over tilmålt prøvetid. Jeg har som internasjonalt oppnevnt medlem av en akkrediteringskomité for voldsprogrammer i Correctional Service of Canada førstehåndserfaring med dette systemet. Når man lager nye programmer finnes det selvfølgelig ikke direkte evidens for akkurat det programmet. Evidensen må derfor konstrueres. Man konstruerer en evidens ved å knytte hovedelementene i det nye programmet opp mot eksisterende evidens for at disse elementene har vist seg virksomme i andre klientgrupper i en annen situasjon. Gjennom å sette sammen evidensbaserte elementer til en helhet kan man skape et nytt evidensbasert program. Evidensbasisen for studiegruppene er bygget opp på denne måte.

Samtalegruppene for voldsdømte er foreløpig det eneste faglige tiltak (men ikke et program) innen norsk kriminalomsorg som har blitt empirisk evaluert (i Norge). Forskerne Arnulf & Lau (2002) har funnet dekning for å si at metoden er virksom sett i forhold til sine målsettinger. Dette kan ikke sies å utgjøre noe form for bevis for at metoden forebygger kriminalitet, men er allikevel evidens for at metodene er hensiktsmessige utøvd innenfor rammene av norsk kriminalomsorg. I sin gjennomgang av tilbudet til volds- og sedelighetsdømte innen norsk kriminalomsorg bekrefter Friestad (2005) resultatene i Arnulf & Lau sin evaluering. Friestad intervjuet 18 tidligere deltagere i samtalegrupper, og konkluderer som Arnulf og Lau med at intervjuene bekrefter at samtalegruppene virker positivt i forhold til sine målsettinger.

Studiegruppene bygger på samtalegruppene, som er en metode støttet av norsk evidens.

Det er gjort få sammenlignende effektstudier (eksperimentell design, inkluderer kontrollgruppe) i forhold til volds- og aggresjonsproblemer. Forskerne Wolfus & Bierman (1996) står bak en av de få, og har sett på virkningen av et **psykoedukativ gruppeprogram i fengsel** for menn som var dømt for vold mot kvinner. Undersøkelsen deres viser at en psykoedukativ tilnærming innenfor rammene av en fengselssituasjon gir positiv effekt både i forhold til aggressiv atferd og i forhold til personlighetstrekk som kan assosieres med voldelig atferd. Undersøkelsen gir evidens for at en psykoedukativ tilnærming fungerer i forhold til voldsproblematikk i en fengselssituasjon.

Studiegruppene tar opp i seg spesifikk metodikk utviklet av terapeutene ved Alternativ til Vold. I denne metodikken har man fokus på fire sentrale områder: 1) Fokus på vold. 2) Fokus på ansvar. 3) Fokus på sammenheng. 4) Fokus på virkning og konsekvens. ATVs metodikk har vært gjenstand for flere evalueringer. En ekstern evaluering gjort av forskerne Nerdrum & Høglend (1996) konkluderer med at metodene er virksomme. De påviser at effekten av

Studiegruppene inneholder grunn-elementene fra ATVs terapi. Disse metodene har etablert evidens.

behandlingen tilsvarer de beste resultatene av den psykoterapien kan vise til på andre problemområder. I 2004 ble Nasjonalt kunnskapssenter for vold og traumatisk stress etablert. Et av forskningsområdene senteret satser på, er omfattende evaluering av blant annet ATVs behandlingsresultater. Resultatet av dette arbeidet vil bringe oss langt framover når det gjelder kunnskap om hva som virker og hvordan det virker i forhold til endringsarbeid med personer med voldsproblemer.

Evidensbasis er et kontroversielt tema i den internasjonale fagdebatten. Grunntanken i evidensbasis er at det eksisterer bestemte metoder eller teknikker som forårsaker bestemte endringer. Videre at en metode skal kunne beskrives så konkret at en hver som setter seg inn i den, vil kunne utføre nøyaktig den samme behandlingen. Det er et "fjell" av forskning som tyder på at verden ikke er så enkel. Den mest omfattende samling av kunnskaper om effekter av behandling finnes i *Handbook of psychotherapy research* (Lambert & Ogles 2004). Artikkelen fra Lambert & Ogles i denne håndboken viser hvordan vi fortsatt har begrenset kunnskap om hvilke spesifikke teknikker som virker best på ulike problemer. Det forskningen kan, er bare å støtte noen teknikker som synes å virke bedre enn andre, men da i forhold til en nokså avgrenset problematikk, slik som for eksempel eksponeringstrening som behandlingsmetode for enkeltstående fobier eller depresjon som følge av en livskrise. Vold er intet slik avgrenset problem, men snarere et komplisert psykologisk og psykososialt fenomen knyttet til personens læringshistorie, livssituasjon, personlighet, kjønn/kjønnsrolle, relasjoner til andre, følelsesliv og tankesett. Det er med andre ord liten grunn til å tro at en spesifikk teknikk skal kunne være svaret i forhold til endring av voldsproblemer.

Det klareste resultat av de siste hundre års forskning på effekter av behandling, er fortsatt at den mest virksomme faktor er den såkalte 'g-faktoren'. Dette er en fellesfaktor som man kan finne ulike mengder av hos ulike behandlere. Med fellesfaktor menes det her at virkningselementet ikke kan knyttes til en spesifikk teknikk, men snarere til en væremåte eller til den relasjon som behandler makter å skape mellom seg og sin klient. G-faktoren knyttes gjerne til begrepet 'empati'. Man

tenker seg at dette går på forhold ved behandlerens væremåte og innstilling, slik som engasjement, positiv nysgjerrighet, varme, interesse, viljen til å se verden fra klientens side, relasjonell match mellom behandler og klient, osv.

Samtalegruppene og studiegruppene har valgt en sterk vektlegging av slike egenskaper hos

gruppelederne. Gjennom håndbøkene, grunnutdanningen, spesialutdanningen og veiledningen trenes gruppelederne i slik metode og ferdigheter (se for eksempel Isdal & Dammann 2003 kap. 5).

En empatisk, støttende holdning hos gruppeleder blir spesifikt beskrevet som en hovedteknikk i metoden. Gjennom kursingen arbeider vi svært aktivt med gruppeledernes personlige holdninger til voldelige menn, slik at de kan møte gruppedeltagerne åpent og fordomsfritt. Det er omfattende og sterk evidens for at slike ”metoder”, eller snarere, slike tilnærminger er virksomme.

Forskerne Hubble, Duncan og Miller (1999) har gjort omfattende arbeider i forhold til hva som er virksomt i behandling. De kritiserer sterkt det ”evidensbaserte krav” slik det fungerer i dag. De påviser hvordan praksisen med evidensbasis er konstruert av kognitive behandlingsmiljøer på en slik måte at de i utgangspunktet favoriserer kognitive metoder. Hubble, Duncan og Miller viser gjennom sin forskning at det ikke er dekning for å si at spesielle teknikker alene kan forklare resultatet av en behandling. I sin gjennomgang av behandlingsforskning kommer de fram til at endring kan forklares ut i fra fire ulike faktorer med følgende virksomhetsfordeling:

- 1 **40 %** av all forandring skyldes **forhold utenfor behandlingen** og behandlingsrommet (eksempel: klienten får en ny kjæreste).

G-faktoren virker best. G-faktoren er en fellesbetegnelse på noe som ikke er metode-spesifikt. Noen tolker G som **empati**. Det vil si med hvilken **innstilling** ”behandleren” møter sine klienter (engasjement, varme, interesse, nestekjærlighet, osv.)

- 2 **30 %** av all forandring skyldes den **relasjon** som har oppstått **mellom behandler og klient** – slik klienten opplever det (eksempel: ”jeg føler meg hørt”, ”behandleren vil meg vel og er interessert i meg spesielt”, ”her er det kjemi” osv.).
- 3 **15 %** av all forandring skyldes **håp**, det vil si om klienten oppfatter at behandleren føler og uttrykker et håp på klientens vegne. At behandleren tror på forandring og på en bedre framtid for klienten.
- 4 **15 %** av all forandring skyldes **teknikken** i behandlingsmetoden.

Dette viser at det rent tekniske i en behandlingsform har relativt liten betydning. En av studiegruppens styrker er nettopp at de ved siden av evidensbaserte tekniske elementer, legger så sterk vekt på gruppeledernes innstilling og væremåte, og på hvordan de skal bygge relasjoner til sine gruppemedlemmer. Gruppelederne trenes også i å utvikle tro og håp på vegne av sine gruppemedlemmer, og de trenes til å vise dette.

5 Samtale mot vold

Samtalegruppen og studiegruppen sin hovedidé er **samtale mot vold**. Hva er det med vold som gjør at samtale kan bli et mulig motmiddel? Og hva slags samtale er det snakk om?

Det er en nær og kjent sammenheng mellom ord og vold. Mange mennesker har kjent denne sammenhengen helt fysisk: ”Volden kommer når jeg ikke lenger finner ord!”. Mye forskning har vist en sammenheng mellom lite ordforråd og voldelig/aggressiv atferd. Engelske kriminologer gjorde på femtitallet en undersøkelse av voldelige og kriminelle gjengungdom. De fant at ungdommene de studerte hadde et totalt ordforråd på cirka 1200 ord, og at de daglig brukte 500 av ordene. Til sammenligning hadde Sir Winston Churchill et ordforråd på 30 000 ord og anvendte daglig over 3000 av disse. Psykolog Magne Raundalen sier i sine forelesninger at språkutvikling for barn og ungdom er den viktigste forebyggelse av aggressiv og voldelig atferd. Som student i praksis på Sunnaas Sykehus opplevde jeg at for mange av pasientene som hadde blitt skadet i hjernens språksenter, og dermed mistet deler av sin evne til å bruke språk, ble aggresjon resultatet når de ikke klarte å uttrykke seg. På ATV betrakter vi det å kunne uttrykke tanker og følelser i ord som det viktigste **alternativ til vold**. Vårt indre språk er tankene, og tanker starter, styrer, stopper eller gir retning til våre handlinger.

Tanken og språket er grunnlaget for **refleksjon**. Med refleksjon menes å tenke igjennom, vurdere ulike sider ved en sak, sette ulike elementer opp mot hverandre og bedømme ulike konsekvenser av ulike alternativer. Refleksjon betyr å se flere sider ved en sak.

Volden mangler ord og tanker.
Den mangler refleksjon.

Den som utøver vold reflekterer sjelden rundt volden, verken i forkant eller etterkant. Han tenker ikke lenge gjennom situasjonen før den skjer. Han vurderer i liten grad ulike alternativer, går ikke igjennom

hva han har lært av tidligere erfaringer i lignende situasjoner, og heller ikke hva som kan bli de mulige konsekvensene av handlingen i framtiden. Han trekker ikke inn sin personlige etikk eller holder en verdidebatt med seg selv. Han tenker ikke gjennom strafferammen for vold. **Han reflekterer ikke – han handler.** Volden blir noe som bare skjer, en impuls.

Også i etterkant er det uvanlig med refleksjon. Det er ikke mange voldsutøvere som bruker tid og krefter på å tenke igjennom hva det var som skjedde, hvorfor det skjedde, hva virkningen og konsekvensen av volden blir, eller hva han konkret kan og bør gjøre for at volden ikke kan gjenta seg (et unntak er kanskje de som har drept en annen person). Refleksjonen stoppes oftest av at utøveren raskt finner en måte å rettferdiggjøre egne handlinger på, eller at han rett og slett ikke vil eller orker å tenke gjennom det som skjedde. Volden er ikke med dette en lett sak for den som utøver vold. Mange blir gående med ubehagelige følelser som følge av volden. De kan skamme seg, være fortvilet over at det skjedde, engstelige for hva andre kan synes og flau over å ha mistet kontroll; følelser som allikevel oftest ikke fører til en gjennomgående refleksjon, ei heller til samtaler med andre.

Her må det påpekes at refleksjon er krevende. Vold skjer oftest i situasjoner der mennesker er sterkt følelsesmessig aktivert - situasjoner der de føler seg helt avmæktige, dypt krenket eller sterkt truet. Følelser kan blokkere tanker, spesielt dersom et mennesket ikke har tenkt gjennom en situasjon på forhånd, eller ikke er vant til ”å tenke rolig” i følelsesladde situasjoner.

I utgangspunktet er vold en komplisert handling som trenger kompliserte vurderingsprosesser eller samtaler både i forkant og i etterkant. Slike samtaler eller vurderingsprosesser burde inkludere alle sider ved volden som for eksempel: hensikten med handlingen, tidsdimensjon, virkninger, maktforhold, effektivitet, etiske og juridiske sider osv. Min påstand er at samtaler eller refleksjon vil kunne redusere sannsynligheten for ny voldsbruk betraktelig.

Studiegruppene vil skape samtale og refleksjon om volden i gruppedeltagernes liv og i samfunnet rundt dem. De representerer en

arbeidsprosess som skal bevisstgjøre gruppedeltagerne alle voldens sider og fasetter. Samtaleprosessens konsekvens skal være at gruppedeltagerne ved hjelp av refleksjon vil velge alternativer til vold i framtidige situasjoner.

5.1 Voldens mange sider

Studiegruppene skal forsøke å bevisstgjøre deltagerne voldens mange sider.

I utgangspunktet oppleves volden som **noe som bare skjer**. Som en **reaksjon** på det andre gjør; andres provokasjoner, krenkelser eller urettferdige handlinger. Gjennom en slik opplevelse gjør utøveren seg selv til et **offer** for andres handlinger. Han blir også avmektig - det er ikke han som styrer det som skjer, det er det andre som gjør. Volden vil i større eller mindre grad oppleves som noe som ikke er et **valg**, men noe som bare måtte skje. Den som utøver vold, trenger ikke være et offer for andre mennesker, men like gjerne for andre forhold utenfor han selv som han ikke har skyld i eller kontroll på; forhold som stress, rus, uflaks, dårlig barndom eller misforståelser. Det er andre mennesker eller andre forhold som er problemet, ikke voldsutøveren selv.

Når volden oppleves som en reaksjon, blir utøveren uten ansvar for det som skjer. Det er ikke han som utløser den - han har ingen valg i situasjonene - og han har ingen egne hensikter.

Studiegruppene vil utfordre slike måter å forstå volden på gjennom å gjøre den som utøver vold, til en **aktør i volden** i motsetning til en som bare reagerer. Med aktør menes at den som utøver vold:

- Har valg og muligheter i situasjonen der volden forekommer.
- Selv styrer hvordan han skal forstå og tolke det som skjer rundt seg.
- Har behov og ønsker i situasjonen som volden skal dekke (eksempelvis behov for kontroll eller styring av andre).

Studiegruppene ønsker å bevisstgjøre gruppedeltagerne alle sider ved volden:

- 1 Voldens aktører
Volden innbefatter tre aktører, og den rammer eller påvirker alle disse tre. Offeret som utsettes direkte for volden, observatøren som også utsettes for volden gjennom å bli vitne til det som skjer og utøveren som står for selve volden.
- 2 Vold avler vold
Vold avler vold både hos offer, observatører og utøvere. Bak voldsutøvelse ligger det derfor ofte mange erfaringer av tidligere å ha vært utsatt for vold. I en ideell verden burde opplevelsen av å bli utsatt for vold gi en læring som gjorde at volds ofre ble ikke-voldelige, men slik er det ofte ikke.
- 3 Volden er ikke effektivt
Sentralt i voldsbruk ligger troen på vold. En voldsutøver kan også tenke at volden blir løsningen eller avslutningen på en konflikt. Det er intet grunnlag for å tro at vold er effektivt i oppdragelsen av andre eller i å løse konflikter. Vold øker konflikter, skaper hat og avstand, skaper frykt og mistillit, fremmer hevn, fører til straff og fengsling.
- 4 Vold er mer enn vi tror
Vold er langt mer enn vi tror. Vold innebærer et forsøk på å påvirke andre gjennom å skade, skremme eller krenke dem. Vi er i større grad enn vi er klar over både utsatte for vold og utøvere av den. Den noe mindre alvorlige volden er sannsynligvis grunnlaget for mer alvorlig voldsutøvelse. Det blir derfor viktig å skape en bevissthet om det totale omfang av vold i vår virkelighet.
- 5 Voldens store omfang
Vold normaliseres og benektes. Vi vil ikke vite om den, og vi ønsker ikke å se den. Vi beskytter oss selv gjennom å ikke ta inn hvilket omfattende problem vold er.
- 6 Voldens konsekvenser
Voldens konsekvenser er store og omfattende. Så lenge vi lar være

å ta inn over oss hva vold gjør både med andre og oss selv, kan volden forbli en relativt uproblematisk ting.

7 Vold som rettighet

Uten at vi tenker særlig over det, så er mye vold knyttet til opplevelsen av å være en rettighet. For eksempel kan foreldre tro at de i kraft av å være foreldre har en rett til å bruke vold (en rett som er sterkere enn Norges lover), eller en mann kan tenke det som sin rett å banke opp sin partner dersom denne er utro, eller noen kan tenke ”siden du skylder meg penger så har jeg rett til å mishandle deg”. Studiegruppene ønsker å utfordre en slik rettighetstenkning.

8 Vold som makthandling – inn et sted, ut et annet

Vold er i stor grad en makthandling, en handling som vanligvis utøves av noen med mer makt mot noen med mindre makt. I *Meningen med volden* (2000) beskriver jeg dette. Store bruker vold mot små, foreldre bruker vold mot barn, menn mot sine kvinnelige partnere osv. Voldens funksjon blir å opprettholde eller øke makt og maktforskjeller, eller den blir en handling som bekrefter egen posisjon og makt. Maktdimensjonen gjør, kombinert med at vold avler vold, at vold nesten alltid kommer ut et annet sted enn der den kommer inn. For eksempel: Jeg blir skjelt ut av min sjef (vold inn), og når jeg senere på dagen kommer hjem, skjeller jeg ut eller skremmer mine barn på grunn av en bagatellmessig feil de har gjort (vold ut). Bevisstheten om denne delen av voldens natur er helt sentralt for å skape endringer i menneskers holdninger til egen vold.

9 Voldens ringvirkninger

Det er vanlig ved voldsutøvelse å ikke ta inn over seg hva volden faktisk fører til - det jeg kaller voldens ringvirkninger; det den gjør med ofrene og deres familier, hvordan den preger nærmiljøet, hvordan den rammer og skremmer alle som blir vitne til den, hvordan den påvirker også egen familie og nære venner. Man beskytter seg selv ved å ikke se og kjenne etter hva volden fører til.

10 Voldens konsekvenser for den som utøver den

Volden har som regel langt større konsekvenser for den som utøver den, enn det han/hun orker å ta innover seg. Den kan virke inn på selvbildet og livslykken. Den kan få en i fengsel, med de konsekvenser det vil få for tap av andre muligheter i livet. Den kan bli et stigma som forfølger en, og som ofte vil gjøre andre utrygg på meg. En kan miste kjærlighet, venner og tillit fra øvrige omgivelser. Den kan gjøre en mer sint og i forsvar. Den vil over tid gjøre en deprimert.

Å ta innover seg voldens omfattende negative konsekvenser over tid og sette disse opp mot de kortsiktige positive konsekvensene (se Isdal 2000, kap. ”Vold er godt”), kan for mange bli en virkningsfull bevisstgjøring. Studiegruppene søker blant annet å få gruppedeltagerne til å kjenne på kropp og sjel at volden deres skader dem selv.

11 Årsakene til vold

Årsakene til vold er komplekse. Først og fremst trenger den som utøver vold, å se at årsakene ikke ligger hos den som blir utsatt for volden, for i neste omgang å knytte volden til seg selv, egne motiver, egen oppvekst, egne modeller og idealer og det samfunn og den kultur de er formet av. En bevisstgjøring av de mangfoldige årsakene til vold kan hjelpe mennesker til bedre å forstå seg selv og det som styrer dem. Dermed vil de kunne ta andre valg i framtiden.

En som har utøvd alvorlig vold, må kunne klare å leve med seg selv. Mange forsøker å få til dette gjennom å benekte volden eller å legge skylden på andre. For å komme videre i livet må han/hun innrømme sin voldsutøvelse og påta seg ansvaret for den. For å kunne leve med seg selv må han/hun også kunne forstå hvorfor det ble sånn: ”Det var ikke fordi jeg er et ondt menneske, det var på grunn av min historie, de forhold som har formet meg, mine valg og feilvurderinger osv.”

12 Vold og kjønn

95 % av all vold i verden utøves av menn, og vold har en forbindelse til mansrollen. I ATV ser vi vold som en typisk

maskulin måte å mestre egne følelser på. Vold kan dreie seg om sentrale elementer i mannsrollen som:

- det å ikke vise svakhet
- ikke være redd
- ikke be om hjelp
- ha kontroll
- være sterk og handlende
- være aggressiv og pågående
- konkurrerende

13 Alternativer til vold

Det finnes alltid alternativer til vold. Enklest sett er alternativet til vold det å ikke bruke vold. Noen ganger er det rett og slett så enkelt som å være villig til å gi seg, til å gå vekk fra en konflikt. Alternativer til vold er også det å snakke, sette ord på følelser, be om hjelp, være selvhevdende uten bruk av vold, eller det å tenke på andre måter om situasjoner en befinner seg i.

Studiegruppene skal prøve å danne en grobunn for at alternativer til vold krever mer mot, styrke og intelligens enn det å bruke vold gjør.

I det følgende har jeg valgt å ta med en del fra *Håndbok i samtalegrupper for voldsdømte* (Isdal & Dammann 2003). Dette er grunntanker om samtaleteknikker som jeg ønsker skal ligge i bunn både for samtalegruppelederne og studiegruppelederne.

5.2 Om å få mennesker til å snakke

Hovedmålsettingen med samtalegruppene og studiegruppene er å få gruppedeltagerne til å snakke om vold. Målsettingen gir et todelt prosjekt: a) Hvordan få mennesker til å snakke (åpne seg, dele, fortelle, sette ord på osv.)? b) Hvordan få samtalen til å dreie seg om vold?

OPPGAVE:

HVA FÅR DEG TIL Å SNAKKE?

Finn fram til en opplevelse, fantasi, behov eller erfaring som du av en eller annen grunn synes det er vanskelig å snakke om (gjerne noe du aldri har fortalt noen).

Hva skulle til for at du kunne klare å dele den med noen?

Hva slags egenskaper skulle den personen du ville dele den med besitte?

Hvordan ville du ønsket at vedkommende som fikk høre på deg oppførte seg?

Hva ville du trengt etter at du hadde fortalt din historie?

Skriv ned svarene eller diskuter!

For å kunne forstå hvordan man får mennesker til å snakke, må vi først forstå hva som stopper mennesker fra å **snakke (i betydningen snakke om alvorlige, følelseladde og personlige temaer)**.

Grunnene til dette kan være mange og forskjelligartede.

Hovedårsakene kan deles i fem grupper:

Kultur: Kulturen (eller samfunnet) sender ut signaler om verdien av å snakke. Spesielt i forhold til mansrollen er det klare føringer på dette. Mansrollen fordrer nærmest det motsatte; du skal holde kortene tett til kroppen, du skal ikke vise følelser, du skal fikse dine greier selv. Å være sterk er å være tilbakeholdt. Menn har da også markant større problemer med å dele tanker og følelser enn kvinner, de er mer lukkede og ensomme, de oppsøker sjeldnere hjelp, og de begår oftere selvmord. De er også klart mer voldelige enn kvinner.

Person: Oppveksterfaringer har stor betydning for atferd også på dette området. Hvordan fungerte personens modeller, snakket de åpent og ærlig? Hvordan har personen blitt møtt når han selv skulle snakke? Enkelt og greit: Har han lært å snakke åpent om sine opplevelser, tanker og følelser? Eller har han hatt oppvekstbetingelser som gjorde at han ble redd eller forsiktig, lukket eller hemmet?

Miljø: Vi tenker her på nærmiljø i personens fortid: venner, skole, boområde o.l. Alt dette legger føringer og setter regler i forhold til å snakke personlig.

Situasjon: Situasjonen har stor betydning for hva mennesker velger å si. Det man kan fortelle til sin beste venn, sier man ikke nødvendigvis til politiet. Som vi beskriver andre steder i oppgaven, er doms- og fengselssituasjonen en ramme som i sterk grad skaper og fordrer taushet og forstillelse. Man kan ikke i utgangspunktet forvente at mennesker i en slik situasjon gladelig skal dele sine tanker og erfaringer. Mennesker beskytter rimeligvis seg selv, og i vår sammenheng blir det derfor viktig å konstruere situasjoner som fremmer åpenhet.

Relasjon: Mennesker sier ikke hva som helst til hvem som helst. Hva vi sier, er avhengig av relasjonen vi har til dem vi sier noe til. Trygghet og tillit er her en viktig dimensjon. Makt er en annen, dersom mottakeren forvalter en makt over avsenderen i form av sanksjoner eller tildeling/frataking av goder, så vil dette påvirke og hemme samtalen (jf 5.4 om rolleavklaring). I samtalegruppene er det viktig å huske at gruppedeltagerne har en relasjon til fengselsbetjenter/KIF-ansatte i utgangspunktet som vil prege samtalen, og at vi må ha forståelse for at folk prøver å beskytte seg selv.

Det vil være en rekke grunner til at mennesker ikke snakker, eller til at de holder tilbake viktige ord og opplevelser. For oss blir derfor det viktigste å forstå hvordan vi kan oppføre oss for å få mennesker til å åpne seg **litt mer**.

Alt det som får mennesker til å åpne seg litt mer, kan grupperes under to hovedområder:

- Generelt, dvs. hvordan vi legger opp samtalsituasjonen, hva slags rammer vi har for gruppen, hvordan vi oppfører oss, hvordan vi møter mennesker, hvordan vi er innstilt til gruppedeltagerne osv. Prinsippet her er enkelt: Alt som bidrar til å skape trygghet og en følelse av å bli hørt, sett og respektert, vil fremme åpenhet.

Hvordan skape trygghet:

- faste forutsigbare rammer
- aksept og forståelse for at dette er vanskelig
- støtte, ros og feedback
- interesse, entusiasme og lydhørhet
- fravær av moralisme og fordømmelse
- beskyttelse i form av taushetsplikt
- respekt for gruppedeltagerens grenser
- opplevelsen av å få til noe vanskelig (å snakke om vold)
- opplevelsen av ikke å være alene med et problem

- Samtalespesifikt: Vi tenker her på måter å spørre på, teknikker som får mennesker på gli, og måter å svare på som fremmer videre dialog. Det samtalspesifikke vil beskrives videre innenfor denne delen av manualen, hvor vi bl.a. vil presentere våre tanker omkring bruken av øvelser for å øke kvantitet og kvalitet på samtale om vold.

5.3 Hvordan få mennesker til å snakke om vold?

Gruppeleders viktigste jobb i samtalegruppen er å få samtalen til å sentrere seg rundt vold; tanker om vold, meninger, erfaringer og følelser. Samtidig er det å snakke om vold ingen lett oppgave. Temaet er stort, uvant og ofte følelsesladet. Gruppedeltagerne trenger hjelp til å komme i gang, hjelp til å fortsette og hjelp til å dvele ved volden. I første omgang er det viktig å få forklart gruppedeltagerne hva målet

med gruppen er, nemlig å sitte sammen og snakke om vold. Det må her presiseres at gruppedeltagerne oppfordres til å bruke og analysere de erfaringer med vold de selv har i sine liv. Gjennom å tydeliggjøre de tre voldsrollene (OFFER - OBSERVATØR - UTØVER) tidlig i gruppen, skal det også formidles at gruppen skal drøfte volden fra flere synsvinkler, ikke bare ”meg som voldsutøver”.

Det er ellers to hovedmåter å få gruppen til å snakke om vold på: ØVELSER og DIREKTE SPØRSMÅL

Øvelsene er en måte å strukturere gruppen på, dvs. å hjelpe dem til å komme i gang med og opprettholde en samtale om vold. Direkte spørsmål er den andre hovedteknikken i å fokusere en samtale. Dette betyr at vi spør direkte om gruppedeltagernes erfaring med vold, for eksempel med et så enkelt spørsmål som:

Hvordan få til å samtale om vold:

- rammene for gruppen (Hva sies om innholdet i gruppen?)
- voldsspesifikke øvelser
- ledelse og strukturering
- fokusering
- gruppelederens mot
- feedback og ros på voldshistorier

- ”Hva er ditt personlige forhold til vold?”
- ”Kan du fortelle om hva du har opplevd av vold i ditt liv?”
- ”Kan du fortelle om den volden du selv har utført?”
- ”Hva var det du hadde gjort første gang du ble anmeldt for vold?”
- ”Kunne du tenke deg å fortelle om hva som skjedde den gang du tok livet av naboen din?”
- **”Når var første gang du slo noen slik at de ble skadet?”**
- ”Hva har du selv opplevd i forhold til å bli utsatt for vold?”

Det direkte spørsmål vil være spesielt egnet til å hjelpe mennesker til å snakke om sine egne **erfaringer**. Når vi stiller denne type spørsmål, innebærer dette samtidig en forpliktelse til å følge opp spørsmålene med underspørsmål, det vil si spørsmål som hjelper gruppedeltageren til å bli mer detaljert og utfyllende. Men vi må også respektere

gruppedeltagere som synes at noen temaer blir for vanskelige å gå inn på.

Hvordan den som snakker om vold blir møtt, er av stor betydning for om vedkommende og de andre gruppedeltagerne vil fortsette å snakke om vold. Gruppelederens kanskje beste virkemiddel ligger i hvordan han/hun mottar det som gruppedeltagerne forteller. Det er helt sentralt at gruppelederen klarer å være **ikke-fordømmende, forståelsesfull, varm, lyttende og støttende** i sin måte å motta gruppedeltagernes historier på. Gruppelederen kan gi uttrykk for dette ved å gi tilbakemeldinger som:

- ”Det var flott at du klarte å si så mye.”
- ”Det var sterkt at du fortalte dette så åpent og ærlig.”
- ”Det var modig av deg å si det du gjorde nå.”
- ”Jeg ser at det kostet deg mye å fortelle dette.”

5.3.1 Spørreteknikker

Både samtalegruppens og studiegruppens mål er å få gruppedeltagerne til å snakke og reflektere rundt vold. Dette er ikke grupper som baserer seg på at vi skal fortelle eller lære gruppedeltagerne noe, men en gruppe der deltagerne med gruppelederens hjelp skal dele og forholde seg til egne erfaringer og holdninger. Gruppelederens viktigste oppgave er å være en som spør, og som spør på en slik måte at dette hjelper og stimulerer gruppedeltagerne til å snakke. Vi har nedenfor laget noen enkle prinsipper for å bli en god spørrer.

Vær interessert! Mennesker forteller mer til en lytter/spørrer som er ekte og oppriktig interessert i å høre på det vedkommende har å fortelle, og som er åpen for å motta andre menneskers synspunkter selv om disse skulle være forskjellig fra ens egne. Det er viktig å minne seg selv på at gruppedeltagerne har en rekke erfaringer som vi selv ikke har, og at de faktisk kan lære oss noe om både volden, verden og livet.

Vær konkret! Vi skal hjelpe gruppedeltagerne å snakke om vold, og vold er konkrete handlinger. Best er det derfor når vi klarer å være konkrete i våre spørsmål, for eksempel gjennom å be en gruppedeltager om å beskrive **når, hvordan, hvor, hvem og hva**. Da kommer vi med spørsmål som ber om konkrete detaljer og beskrivelser.

Spør aldri om hvorfor! I studiegruppen ønsker vi å nedlegge forbud mot bruken av spørreordet "hvorfor". Hvorfor-spørsmålet blokkerer samtaler - det får mennesker til å stoppe å snakke eller til å lukke seg. Det er flere grunner til dette. For det første er det svært ofte at mennesker ikke har svaret på hvorfor ting skjedde - de vet rett og slett ikke. For det andre kan hvorfor-spørsmålet gi folk en form for skyldfølelse som blokkerer for videre samtale (omtrent som da man som liten hadde gjort noe galt man visste var galt, og måtte stå og forklare for de hjemme hvorfor man gjorde det gale). For det tredje kan hvorfor-spørsmålet fort gi inntrykk av at den som spør vet svaret, noe som ikke er særlig stimulerende for en samtale. For det fjerde vil mennesker som har utøvd vold ha en tendens til å forklare disse handlingene som handlinger som er framprovosert av andre - volden er andres skyld. Hvorfor-spørsmålet vil derfor lett kunne fremme de dårlige forklaringene på vold som gruppedeltagerne har nok av i utgangspunktet. Igjen: Spør ikke om hvorfor, men **spør om NÅR, HVORDAN, HVOR, HVEM og HVA**.

Spør mye, og spør om detaljer! Vi går inn for en gruppeleder som spør mye, som kommer med oppfølgende og utfyllende spørsmål, og som forholder seg aktivt og nysgjerrig til det gruppedeltagerne kommer med. Vi tror også på å spørre etter detaljerte beskrivelser av gruppedeltagernes opplevelser. Det er gjennom å studere erfaringer og opplevelser i detalj at man forholder seg "skikkelig" både tanke- og følelsesmessig til disse opplevelsene.

Spør med respekt! I all spørsmålsstilling må man formidle en respekt for gruppedeltagernes følelser og grenser; vi skal ikke presse eller tvinge oss på folk. Vi må gi tydelige signaler på at det er OK å stoppe hvis man ikke vil eller orker mer. Vi anbefaler i dette henseende støttespørsmål som for eksempel:

- ”Er dette greit for deg å fortelle mer om nå?”
- ”Kunne du tenke deg å fortelle litt mer?”
- ”Hvordan er det å snakke om dette?”

5.4 Å snakke om vold i et fengsel

Å snakke om vold for den som utøver vold, er generelt sett ikke lett. Voldsutøveren føler ofte skam over voldsutøvelsen, og ønsker mest av alt å skape seg et annet bilde av virkeligheten. Dette fører til at en minimaliserer, fortrenger og/eller benekter, slik at andre og en selv skal tro best mulig om en.

Å snakke om vold i et fengsel med fengselsbetjenter og medinnsatte, er enda vanskeligere. Innsatte kan ha erfart at følelser best forties og undertrykkes - hvis ikke kan det få konsekvenser for soningen. De kan ha opplevd at følelsesutbrudd og/eller å gi uttrykk for sinne har ført til flytting på enerom og/eller refs. Ofte har de blitt møtt med moralisering og utsagn som «nå må du ta deg sammen, du må da skjønne at du ikke skal slå», i forbindelse med sin egen voldsutøvelse. De kan ha opplevd at fengselsansatte ensidig bringer offerets perspektiv fram, uten at noen ser den enkelte innsattes egen fortvilelse. Innsatte kan også ha opplevd å bli ”tråkket på” av fengselsansatte, og de kan ha erfart at det å åpne seg og være ærlig i et fengselsmiljø har ført til ubehageligheter. Alle slike erfaringer medfører at det blir viktig å skjule følelser og frustrasjon. I tillegg er det vanskelig for mange innsatte å tro at fengselsansatte vil overholde en taushetsplikt.

I fangerollen ligger det dessuten forventninger den innsatte må forholde seg til som vanskeliggjør det å snakke om vold ytterligere. De innsatte er avhengige av å bli akseptert av sine medinnsatte, og posisjoner i fangemiljøer kan være basert på styrke, ufølsomhet, og evnen til å framstå som tøff og uredd. Å sitte i en gruppe og snakke ærlig om vold og følelser rundt det, passer ikke så godt med manges bilde av det å være tøff og uredd. Tvert imot blir det å snakke om følelser av mange sett på som tegn på ”svakhet”, og den enkelte

innsatte kan være redd for nettopp å bli oppfattet som ”svak” av sine medinnsatte. Videre kan det å snakke om vold føre til at det dukker opp mange vonde minner som er forbundet med sterke følelser, og som kan gi sterke følelsesreaksjoner. Dette vil være smertefullt og kan gi en følelse av blottstilling, av å være sårbar og ubeskyttet, og dermed også kanskje ”svak” og ”liten”. Mange kan være redde for at de andre innsatte skal se dem slik, og at det vil medføre tap av posisjon i fangemiljøet.

Friomsorgen vil bli oppfattet i større eller mindre grad som en del av det straffende systemet. Innenfor rammene av friomsorgen vil klientene oppleve mange av de samme problemstillingene i forhold til det å snakke om vold. Det vil dog være en enklere situasjon fordi klientene ikke på samme måte er avhengig av hva andre klienter vil komme til å tenke om dem.

5.5 Hvordan kan gruppen hjelpe til?

Å dele vonde opplevelser og hendelser med andre som har opplevd noe lignende, gjør at det over tid blir lettere å prate om de. Når gruppemedlem A åpner seg i gruppen, er det viktig at vedkommende får mye

tilbakemeldinger. Det er gruppeleders oppgave å dra alle med på en tilbakemeldingsrunde, og oppmuntre de andre til å gi gruppedeltager A ros og oppmuntring. Vi kan spørre om det er flere som kanskje kjenner seg igjen og har erfart lignende.

Eksempel IIa

”Petter” hadde deltatt i samtalegruppe for sedelighetsdømte i flere uker. Han ønsket sjelden å prate selv, men var flink med å gi støtte og ros til de andre når de fortalte. Ofte begynte han å gråte når de andre fortalte om sine opplevelser. Han hjalp gruppen med sin støtte og sine tilbakemeldinger, og de hjalp han ved at de fortalte om seg selv og vonde opplevelser.

Det er godt for gruppedeltager A å høre at andre har gjort lignende erfaringer. Det å være til stede og høre på andre setter i gang assosiasjoner. Hvis man ikke tør prate selv, vil man allikevel tenke igjennom de aktuelle problemstillingene som kommer opp i gruppen. Det eneste man kanskje klarer å bidra med, er å støtte de andre. Dette må vi gi klart uttrykk for er bra, og den som støtter, bør oppmuntres og roses for det.

Det kan være vanskelig for gruppedeltagerne å holde fokus på vold. Det som er vanskelig å prate om, har vi en tilbøyelighet til å velge bort eller hoppe fort over. Her kan gruppen bidra med å spørre, stoppe opp og styre samtalen så man får satt ord på det som er vanskelig. Mildt press kan ofte hjelpe dem til å tørre å prate om vanskelige temaer som sex og vold.

5.6 Fallgruver og vansker

Å drive samtalegrupper byr på en del utfordringer som kan være vanskelig å ta tak i, og som det er viktig å være forberedt på. Det kan oppstå situasjoner som vil virke ødeleggende på prosessen og tryggheten i gruppen. Gruppelederne har ansvar for å gripe inn og prøve å forhindre at dette skjer.

Maktkamp: Vær oppmerksom på at dette kan finne sted i gruppen. Det kan være mellom de enkelte gruppedeltagerne, mellom gruppedeltager og gruppeleder, og mellom gruppelederne. Maktkamp i gruppen vil alltid være ødeleggende for prosessen. Maktkamp mellom deltagerne må stoppes av gruppelederne. Når dette oppstår, er det viktig at gruppelederne styrer gruppen, og bestemt stopper en dialog som kan oppleves som ubehagelig for gruppedeltagerne. Ta saken opp med veileder. Maktkamp mellom gruppedeltager og gruppeleder må stoppes av den andre gruppelederen. Her må med-gruppeleder ta ansvar og styre gruppen, og stoppe dialog hvor maktkampen kommer til uttrykk. Bruk veileder.

Maktkamp som oppstår mellom to gruppeledere, har begge gruppelederne ansvar for. Det må alltid to til for å få til en maktkamp, og begge må delta hvis konflikten skal løses. Skal dette løses, er det viktig å bruke veileder(se kap.7 om samarbeid).

”Small talk”: Å snakke om vold kan være vanskelig for både gruppedeltagerne og gruppelederne. Gruppedeltagerne kan velge ”ufarlige tema” som

de tar opp i gruppen, og som de ønsker å bruke mye tid på å diskutere. Dette fordi de kan grue seg til å snakke om egne erfaringer og følelser rundt vold. Redsel for at det er dem som i dag skal svare på en oppgave og måtte fortelle om egne erfaringer med vold, kan gjøre at de prøver å få tiden til å gå ved å prate om noe annet.

Eksempel ILA:

I gruppen startet vi alltid med alle fikk si litt om hvordan de hadde det siden sist. Ståle brukte alltid mye tid på dette og hadde ofte med seg ting fra skole, brev etc. som han ville vise gruppen og prate om. Gruppelederne måtte ofte stoppe han for å komme videre og starte på dagens øvelser. Under gruppemøtet kunne han avbryte for å snakke om noe annet. Dette skjedde som regel når gruppen fungerte bra og en av gruppedeltagerne åpnet seg og snakket personlig om opplevelser rundt vold. Ikke å gripe inn og styre samtalen ville i dette tilfellet ført til ”small talk”.

Gruppelederne kan unngå å styre gruppen fordi det føles tryggere å la de innsatte snakke om ufarlige ting enn å gå inn og styre samtalen inn på temaet vold og overgrep. Det kan oppleves som ubehagelig å måtte gå inn og avbryte et gruppemedlem. De kan være redde for at gruppemedlemmet blir fornærmet eller sint. Gruppelederne kan føle motstand mot å skulle snakke med gruppedeltagerne om erfaringer de har i forhold til vold og overgrep og samtidig vise omsorg. Det kan være redsel for å trampe på eller såre gruppedeltagerne. Et ønske om at ”her skal vi ha det trivelig” kan føre til at man ikke våger å styre samtalen inn på vanskelige og tabubelagte temaer. Gruppelederne kan være engstelige for hva de kan få høre, og de kan føle seg usikre på om de vil takle dette på en god nok måte med støtte og oppmuntring. ”Small talk” kan også være et utslag av manglende tillit til gruppen.

Invadering: Når gruppelederne blir for utålmodige i forhold til framdrift i gruppen, kan de bli fristet til å invadere gruppedeltagerne. Hvis gruppelederne venter på erkjennelser fra gruppedeltagerne som ikke kommer, kan gruppelederne komme i fare for å gå for hardt ut mot gruppedeltagerne og prøve å presse erkjennelsene ut av dem. Dette vil føre til det motsatte, nemlig at gruppedeltagerne vil bli mer benektende, bagatelliserende og minimaliserende. Tålmodighet er viktig i dette arbeidet. Gruppelederne har ikke ansvar i forhold til å helbrede deltagerne i gruppen, en slik forståelse av gruppelederrollen ville fort kunne ende med at man invaderte gruppedeltagerne.

Stillhet: Stillhet er et uttrykk for utrygghet i gruppen. Å lede en gruppe hvor ingen snakker, er kanskje en gruppeleders verste mareritt. Her er det viktig at gruppelederne tar ansvar og leder gruppen. Dette vil skape trygghet. Prøv å finn ut hva det er som gjør gruppedeltagerne utrygge og grip problemet an i forhold til det. Ved stillhet kan det være nyttig å bruke en oppgave, det vil gjøre det lettere å prate for den enkelte.

Bråk/sabotasje: Dette er også et uttrykk for utrygghet. Bråk og sabotasje hindrer gruppen fra å snakke om erfaringer rundt vold og overgrep. Når ting blir vanskelig i gruppen, kan man beskytte seg selv med å sabotere. Gruppeleders rolle blir viktig i å skape trygghet, og lederne må gå inn og styre gruppedeltagerne og sette grenser. Dersom et gruppemedlem systematisk saboterer gruppen over tid, bør man anmode vedkommende om å slutte i gruppen.

Invadering (av gruppeleder): Ved oppstart av en gruppe kan gruppedeltagerne være nysgjerrige på gruppelederne og ønske at de skal delta med sine erfaringer. Dette er det viktig å avvise tidlig. Videre kan gruppedeltagerne prøve ut grenser i forhold til en gruppeleder av motsatt kjønn. Her er det viktig å stoppe enhver invitasjon og antydning som oppleves ubehagelig for gruppeleder. Når dette skjer, er det viktig å snakke med sin gruppelederkollega etter møtet. Vær ærlig på det du føler og legg en strategi på hvordan dere skal gripe problemet an. Bruk veileder.

6 Hvem kan delta i en studiegruppe?

Utgangspunktet for å delta i en studiegruppe må være et **ønske** om å delta i en studieprosess der vold er hovedtemaet. Med et ønske om å delta menes det at deltagelsen skal være frivillig, og at deltagerne er informert om hva denne gruppen går ut på. I ønsket om å delta skal det også ligge en villighet til å bidra med egeninnsats i gruppen og en vilje til å følge gruppens regler.

Et ønske om å delta

- Frivillig
- Informert
- Villig til å bidra

Det ideelle utgangspunktet for deltagelse i studiegruppen er gruppeledere og gruppedeltagere som tidligere har deltatt i en samtalegruppe om vold. Gjennom dette har de blitt vant med gruppeformen, fortrolige med rammene for gruppen og forhåpentligvis særlig motivert for å jobbe videre med seg selv i en gruppe.

6.1 Hvem kan være gruppeleder?

Gruppeledere velges ut blant tilsatte i kriminalomsorgen. En gruppeleder for en studiegruppe **bør** ha gått gjennom en grunnutdanning i samtalegrupper og ha gjennomført minst to slike grupper. Erfaringen med samtalegrupper skal gi en grunnleggende trening i gruppeledelse og den formen for arbeidsteknikker som både studiegruppen og samtalegruppen bygger på.

Kravene til gruppeledere kan beskrives i fire punkter:

Grunnutdanning i studiegrupper. Gruppeleder skal beherske metoden for studiegrupper. Det er en forutsetning at vedkommende har gjennomført grunnutdanningen i metoden. Grunnutdanningen gis ved Kriminalomsorgens utdanningscenter.

Tid til for- og etterarbeid.

Gruppenledelse krever tid til forberedelser og bearbeiding. Det er en forutsetning at de som skal være gruppeledere, setter av tid til både for- og etterarbeid med gruppen. Delvis er dette et organisatorisk spørsmål; arbeidsstedet/ledelsen må sørge for å gi gruppelederne arbeidsforhold som gir mulighet for god tid til forberedelser. Det foreslås at forberedelser og etterarbeid bør beregnes til minimum en time før gruppen og minimum en time etter et studiegruppemøte. Det er naturlig at første gangen gruppelederne gjennomfører en studiegruppe, bør de få noe bedre tid til forberedelser.

TING TAR TID:

- 1 TIME FORARBEID
- 1 TIME ETTERARBEID

Tid er også et personlig tema og ansvar. I kriminalomsorgen er det mange engasjerte ansatte som noen ganger tar på seg for mange oppgaver. En gruppeleder må selv vite at han/hun har tid nok til å gjennomføre denne oppgaven på en god måte, og dette innebærer god tid til for- og etterarbeid.

Veiledet praksis. Å lede en studiegruppe er en krevende og vanskelig oppgave både teknisk og personlig. Derfor må gruppelederne i virksomhet være under kontinuerlig veiledning av psykolog eller annen fagperson godkjent av Alternativ til vold. Veiledningen skal foregå med en time pr. uke eller en dobbeltime hver 14. dag.

Personlig etikk. Å være gruppeleder i en studiegruppe forplikter. I utgangspunktet må gruppelederen ha et avklart forhold til vold. Grunnutdanning og spesialutdanning skal være med å sikre dette, men gruppeleder har også et ansvar i forhold til egne holdninger. Med et avklart forhold til vold menes her at gruppeleder inntar et klart standpunkt mot all bruk av vold, har god innsikt i voldens

skadevirkninger og er entydig på at ansvaret for volden ligger hos utøver.

Det må være samsvar mellom ens holdninger som gruppeleder og holdninger og handlinger utenfor gruppen. Dette gjelder både i arbeid og i privatliv. Dersom en selv har en atferd som er voldelig eller som oppleves som truende, krenkende eller dominerende, er det all grunn til å tenke at dette vil influere arbeidet i gruppen. Atferd reflekterer holdninger, og hvis ens egen atferd er voldelig eller ligger i grenselandet til vold, så vil dette trolig påvirke det en sier og hvordan en reagerer i gruppen. Det sier seg selv at dersom en gruppeleder oppleves som voldelig eller aggressiv i sitt arbeid utenfor gruppen, så vil dette sterkt påvirke hans/hennes troverdighet som gruppeleder.

Arbeidet forplikter:

Hva blir konsekvensene av å være gruppeleder og samtidig vise pro-voldelige holdninger eller voldelig atferd utenfor gruppen?

- på jobb
- privat

Arbeidet som studiegruppeleder forplikter også privat. Som gruppeleder blir man en representant for verdier og holdninger mot vold. Dersom en selv utøver vold for eksempel i egen familie, vil dette bli særlig alvorlig. Det å leve i en situasjon der en blir utsatt for vold over tid, vil også være uforenlig med det å arbeide som gruppeleder.

Noen gruppeledere kan ha med seg mange voldserfaringer fra eget liv og oppvekst. Vanligvis er ikke dette ideelt. Sterke eller omfattende voldserfaringer kan virke negativt inn på jobben som gruppeleder. Eller de kan øke risikoen for at et slikt arbeid vil være uheldig eller sykdomsskapende for gruppelederen selv. Det må være et krav at gruppeledere med sterke eller omfattende voldserfaringer har et avklart forhold til disse erfaringene, og at de har en gjennomarbeidet forståelse av hvordan dette kan påvirke jobben som gruppeleder eller hvordan gruppelederjobben kan virke på dem. Et avklart forhold i denne sammenheng vil si at vedkommende har gått i terapi for disse forholdene.

Vold og gruppelederarbeid er uforenlig. I slike tilfeller må gruppelederen slutte som gruppeleder. Den andre gruppelederen er forpliktet til å melde fra om dette til de som er ansvarlig for programvirksomheten i anstalten. Når gruppelederen er i tvil, skal han/hun ta dette opp med sin veileder.

6.1.1 Hvem kan være gruppeledere sammen?

I studiegruppen vil det alltid være to gruppeledere som både samarbeider og som deler oppgaver. Gruppelederne er et lite team, og det sentrale er at dette teamet fungerer godt sammen. Gruppelederne bør like hverandre og like å jobbe sammen. Den som velger ut gruppeledere bør ha dette som fokus i sin utvelgelse; hvilke to personer vil gå godt sammen, hvem vil like å jobbe med hverandre.

Gruppeledere kan oppleve å komme på kant med hverandre eller at de får et vanskelig forhold i løpet av gruppens gang. Kanskje de blir uenig om hvordan gruppen skal drives eller hvordan de skal forstå det som skjer. Denne type forhold må bringes inn for veilederen, fordi forholdet mellom gruppelederne er avgjørende for hvor god gruppen blir. Utrygghet eller konflikt mellom gruppelederne vil påvirke gruppen og dens trygghet.

Forfatteren av denne håndboken har ikke bastante meninger om gruppeledersammensetning med hensyn til kjønn. Noen ganger er dette et rent praktisk spørsmål. I friomsorgen er det gjerne en overvekt av kvinnelige ansatte, og vi har hatt en rekke samtalegrupper siden 1995 som har fungert godt med to kvinner som gruppeledere (dette har oftest vært grupper med ungdommer). Mann og kvinne som gruppeleder er kanskje den beste sammensetning, og i anstalt (med voksne menn) er det min mening at en av gruppelederne bør være mann. Temaet vold har med kjønn og kjønnsroller å gjøre, og voldserfaringer er gjerne tabu- og skambelagt.

6.2 Hvem kan være gruppemedlemmer?

Alle klienter i kriminalomsorgen som ønsker å delta i en studiegruppe om vold, og som enten er dømt for vold eller har vold som en del av sin livsproblematikk, kan i prinsippet delta.

I friomsorgen kan dette utgjøre en utfordring, både fordi all aktivitet skal skje innenfor en tidsramme, og fordi alle tiltak er å regne som et pålegg eller innebærer en avtale. I friomsorgen må vi derfor operere med begrepet **informert samtykke**. Det vil si at friomsorgsklientene skal bli godt opplyst om hva en studiegruppe er, de skal gis et alternativt valg, og de skal selv oppleve et ønske om å delta i akkurat dette. Ønsket innebærer en villighet til å delta og til å bidra i gruppeprosessen.

Studiegruppen stiller krav til språkforståelse. Det er en forutsetning at deltagerne behersker godt norsk.

Gruppegangen er en strukturert læringsprosess fra a til å. Både for prosessen og for gruppefølelsen er det nødvendig å vite at

- ønsker det
- behersker godt norsk
- kan følge hele gruppen
- ikke alvorlige psykiatriske symptomer
- ikke i konflikt med andre gruppemedlemmer
- likhetsprinsipp

gruppedeltagerne kan følge hele prosessen. Det er ikke ønskelig med deltagere som bare kan delta et visst antall ganger, eller som bare (kan) delta(r) uregelmessig. Læring krever konsentrasjon og dermed et minimum av indre trygghet og ro. Innsatte eller friomsorgsklienter med alvorlige psykiatriske symptomer vil ikke passe i gruppen. Gruppen vil kunne bidra til å øke den indre uroen, samtidig som dette vil skape utrygghet i gruppen generelt. I et kriminelt miljø så vel som i en anstalt kan det være mange konflikter mellom enkeltpersoner. Noen som har kanskje felles erfaringer der vold var involvert. I utvelgelsen av gruppen må vi prøve å sørge for at vi ikke setter

sammen gruppemedlemmer som verken er eller har vært i voldelige konflikter med hverandre.

En god gruppe er oftest en gruppe der gruppedeltagerne har mye felles eller ligner hverandre; dette kalles prinsippet om homogenitet. Den viktigste likheten går på volden, det vil si at deltagerne har noenlunde like problemer med vold. For eksempel hadde vi svært gode erfaringer med den første studiegruppen på Ila der alle gruppemedlemmene hadde det til felles at de var dømt for drap.

Voldsdommer eller voldsproblemer er hovedkriteriet for deltagelse i gruppen. Med voldsdommer menes innsatte som konkret soner for voldsforbrytelser. Med voldsproblemer menes innsatte som soner dommer for andre typer forhold (eksempelvis ran eller narkotikaforbrytelser), men som tidligere har et mønster av dommer der vold står sentralt, eller der det er kjent at personen har omfattende problemer med vold og aggresjon i sitt liv utenfor anstalten.

Med vold eller voldsproblemer tenkes det her først og fremst på fysisk vold. Vi setter et skille ved den volden som er omfattet av sedelighetsparagrafene. Voldsproblematikk og sedelighetsproblematikk er etter vår mening to forskjellige områder, og volds- og sedelighetsdømte vil vanligvis ikke definere seg selv i samme kategori. Innsatte dømt for sedelighetsforbrytelser, anbefales derfor å følge egne grupper eller programmer.

Noen voldsdømte kan også ha tilfeller av seksuell vold som en del av sine dommer. Disse kan og bør inkluderes i studiegruppen om vold så lenge vi mener at den seksuelle volden ikke er deres hovedproblem, men bare en del av deres generelle og omfattende volds- og aggresjonsproblem.

I noen tilfeller finner vi innsatte som har både sedelighetsproblematikk (og dom) og generell voldsproblematikk. Denne gruppen bør kunne inkluderes i en voldsgruppe på betingelse av at de først har gjennomført et sedelighetsprogram eller allerede går i aktiv behandling for sine seksualvoldsproblemer.

7 Samarbeid

Studiegruppene er en del av kriminalomsorgens generelle strategi i forebyggingen av tilbakefall til kriminalitet. De går inn som et av mange mulige tiltak til innsatte. Samtidig må gruppene settes i sammenheng med anstaltenes øvrige tiltak, slik som kontaktbetjentordningen, miljøterapi, sosialavdeling, fritidstilbud, soningsplanlegging eller ettervern. Når anstalten ønsker å skape et innhold tilpasset den enkelte innsatte med mål om utvikling og tilbakefallsreduksjon, er det nødvendig med samarbeid og samordning.

Hvordan skal en slik samordning organiseres og hvordan kan og bør ulike aktører samarbeide?

En utfordring i samarbeidet er at studiegruppene er et frivillig tilbud til de innsatte som måtte ønske det. Prinsippet er at gruppen (med noen få forbehold) skal være et "fristet" for innsatte der det de sier og gjør ikke skal utnyttes eller brukes mot dem; altså taushetsplikt. Dette er et helt nødvendig prinsipp både for anstalten, gruppedeltagerne og gruppen. For gruppedeltagerne er dette sentralt for å skape den trygghet som er nødvendig for å kunne snakke åpent i gruppen. Trygge gruppedeltagere er det som skaper en trygg og god gruppe. For anstalten på sin side er et slikt prinsipp viktig for at ikke innsatte bruker gruppene for å påvirke eller utnytte anstalten.

For å unngå utrygghet og mistenksomhet må kriminalomsorgen spille med åpne kort, de må informere om alt de gjør og gi tilbakemeldinger til innsatte om hva de tenker og hva som skjer. Utfordringen blir å inkludere gruppedeltagerne i et samarbeid.

7.1 Studiegrupper og samarbeid

Samarbeid rundt studiegruppene er viktig på alle nivåer i organisasjonen. Hvert enkelt ledd blir en viktig brikke for at studiegruppen skal bli en del av et helhetlig utviklings- og endringsarbeid, og for at den skal fungere optimalt. Det er derfor et stort ansvar for gruppelederne/instruktørene å bidra til dette samarbeidet.

Fokuset i dette kapitlet vil i stor grad dreie seg om gruppelederens/instruktørens rolle, og hvordan de må forholde seg til en helhet. Det er imidlertid viktig å poengtere at det er umulig for tiltakets ledere alene å skape dette samarbeidet. Den enkelte anstalts eller friomsorgskontors ledelse må legge til rette for at samarbeidet kan gjennomføres. Uten tilrettelegging vil det neppe være mulig å oppnå det samarbeidet som vi her legger opp til.

Samarbeidet bør, avhengig av lokale forhold, omfatte nedenstående liste, og gjerne flere aktører når dette er mulig og hensiktsmessig. Det er viktig at den innsatte/klienten har en individuell plan for sin utvikling, og mulighet for ulike tiltak. Aktørene vil da være viktige brikker til ulike tider i et soningsforløp. Listen vil aldri kunne bli uttømmende, og noen punkter vil ikke være aktuelle på enkelte steder eller for enkelte individer. La imidlertid ikke dette bremse dere! Bruk kreativiteten, og vær aktive pådrivere for informasjon og samarbeid! Dette vil være til beste for innsatte, studiegruppen og organisasjonen som helhet.

Aktører samarbeidet rundt studiegruppene bør omfatte (om lokale forhold tilsier det):

- Gruppeleder/instruktør i programmet ”Stadiegrupper om vold”
- Ledelse
- Friomsorg/anstalt
- Kontaktbetjent/kontaktperson/ansvarsgrupper

- Andre faglige tiltak og programmer
- Skole/arbeid
- Bibliotek
- Fritidsavdeling og andre fritidsaktiviteter
- Terapi; Poliklinikk, psykolog, psykiater, institusjoner, ATV, IKST
- Helseavdeling og andre helsetiltak
- Innsatte som deltar i programmet, mulige deltagere og tidligere deltagere
- Aetat og andre tiltak i en overgang til arbeidsliv og samfunn

Det er gjort erfaringer på Ila fengsel, forvarings- og sikringsanstalt gjennom de siste ti år, både i forhold til ATV-samtalegrupper, pilotprosjektet med studiegruppene og en rekke andre faglige tiltak og program. Disse erfaringene har vist at en organisering rundt faglige tiltak og programmene med en klar støtte i en leder, har vært en viktig faktor for å lykkes i arbeidet med å skape helhetstenkning og et bredt tverrfaglig samarbeid rundt faglige tiltak, programvirksomheten og det strukturerte miljøarbeidet i anstalten.

Hvordan dette organiseres på hvert enkelte sted, vil nødvendigvis måtte variere. Det er imidlertid gjort mange erfaringer som klart viser at det er en stor fordel når det overordnede lederansvaret for faglige tiltak og programmene tillegges en enkelt person. Dette gjør ham/henne spesielt opptatt av at det skal fungere, og synliggjøringen av et samarbeid, helhet og integrering får et talerør fra en leder ut i organisasjonen.

7.2 Hva skal vi samarbeide om?

Samarbeidet skal dreie seg om å oppnå kriminalomsorgens mål om utvikling og endring for den enkelte, herunder studiegruppens målsetting. For å illustrere dette har vi valgt å bruke en modell/illustrasjon som synliggjør hva vi kan oppnå ved samarbeid og hvorfor det er slik. Modellen er gjennom flere år brukt på Ila i forhold til opplæringen av ansatte og kontaktbetjenter, knyttet til strukturert

miljøarbeid, påvirkningstiltak og ved innføring/opplæring i motivasjonell intervjuing/endringsfokuset rådgivning.

Modellen går ut på at vi som helhet, sammen skal bygge opp den innsatte/klientens kompetanse. Kompetansen illustreres som skjæringspunktene mellom tre områder i våre liv, hvor alle delene er like viktige for at vi skal klare oss i samfunnet. Kompetanse har selvfølgelig også mange andre aspekter, og dette er en forenklet modell, men den illustrerer godt hvorfor samarbeid er viktig. Områdene i modellen er:

- Kunnskaper/ferdigheter
- Vilje/motivasjon/ønske
- Muligheter/håp

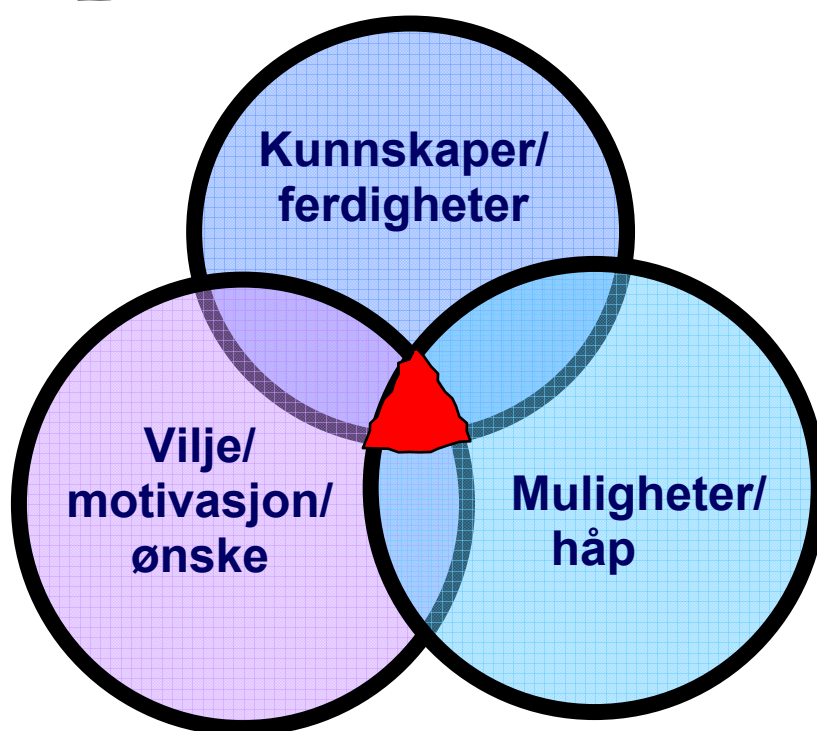
Alle mennesker har gjennom livet tilegnet seg kompetanse. Helt fra man som lite barn ble ”kjent” med mor og far, og fikk sine første erfaringer av omsorg, kjærlighet og samspill med andre; gjennom barnehage, venner, omsorgspersoner, skole, nye venner, familie, utdanning, arbeid, naboer, omgangskrets, foreninger, hobbyer, osv. Vår kompetanse er bygd opp på en rekke områder, gjennom ulike aktiviteter, på mange arenaer og over lang tid. Men det er dessverre ikke slik at alle har hatt de samme mulighetene til å bygge opp sin kompetanse på alle områder i livet. Det er dermed ulike områder vi er sterke på, og det kan være helt forskjellig hvilke områder vi må utvikle og styrke for at vår kompetanse skal bli ”hel”. En mangelfull kompetanse vil i mange tilfeller gjøre det vanskelig å håndtere ulike situasjoner i livet på en hensiktsmessig måte. Det betyr ikke at man er et dårligere menneske og det har ingenting med IQ eller dumhet å gjøre; det betyr bare at forutsetningene gjennom livet har vært forskjellige. For å hjelpe innsatte å bygge ”kompetanse” er det helt nødvendig å tenke helhetlig rundt alle påvirkningstiltak i etaten, anstalten eller friomsorgen.

Ett enkelt faglig tiltak eller program kan neppe romme alle de områder den enkelte har behov for, og dette er da heller ikke meningen. Det er først når et samarbeid rundt den enkelte innsatte/klient fungerer slik at alle drar i samme retning, og samarbeidet i tillegg inkluderer den

innsatte, at målet om utvikling og endring blir oppnåelig. Endring i et liv som har mange års erfaringer bak seg - ofte med ulike hjelpeapparat, barnevern, institusjoner og kanskje flere dommer - er ikke gjort i en håndvending. Det tar tid; all endring tar tid! Kompetanse – det som gjør at vi ”klarer oss” i samfunnet - må gradvis bygges opp i et tett samarbeid, ikke minst med den innsatte selv. Som modellen nedenfor illustrerer, utgjøres kompetanse av forholdet mellom kunnskaper/ferdigheter, vilje/motivasjon/ønske og muligheter/håp.



= KOMPETANSE



Figur 1: Hva gjør at vi klarer oss? (Illustrasjon: Baar Bias Dammann)

7.3 Bygging av kompetanse

Det hjelper lite om vi gir innsatte store mengder kunnskaper og ferdigheter hvis det ikke samtidig skapes motivasjon og vilje hos den innsatte til henholdsvis å jobbe med seg selv og til utvikling og endring i eget liv. Likeledes er det til liten nytte i å fremdyrke slik motivasjon og vilje uten samtidig å tilføre kunnskaper og la den enkelte få anlednings til å trene på og utvikle ferdigheter. Den tredje delen av kompetansen består av muligheter. Det er av like stor betydning at denne siden av kompetansen fylles opp. Uten å se realistiske muligheter er det liten nytte i å utvikle motivasjon og tilegne seg ferdigheter. Det er jo mulighetene som åpner vei for å prøve ut nye kunnskaper og ferdigheter. Muligheter gir håp! Har vi derimot bare pekt på, vist og synliggjort muligheter uten hensyn til kunnskap og ferdigheter, vil den enkelte neppe kunne lykkes når han/hun prøver å sette mulighetene ut i livet. Det er altså helt avgjørende at endringsarbeidet settes inn i en helhet!

I forhold til studiegruppene ser vi at samarbeid vil være en sterk positiv faktor for å øke effekten og måloppnåelsen i programmet for den enkelte deltager. Det blir dermed en vesentlig oppgave for gruppeleder å fokusere på samarbeidet rundt den enkelte i studiegruppen.

Nedenfor vil vi vise en modell for et slikt samarbeid, bygd opp som en pyramide, hvor framtidsplaner, programarbeid og kontaktbetjentens/kontaktpersonens arbeid er knyttet sammen med alt påvirkningsarbeid, endringsarbeid og opplæring i anstalt/friomsorg.

Kompetansens pyramide: Bygd opp rundt åpenhet, forståelse, motivasjon, vilje, kunnskaper, ferdigheter, muligheter og håp.



Figur 2: ”Steinene” i pyramiden vil være ulike etter hvilke tiltak som er tilgjengelige på det enkelte sted. ”Steinene” er ikke plassert i noen prioritert rekkefølge. Det viktige er at alle positive tiltak settes sammen og bygger på hverandre, og tilrettelegges etter individuelle behov. (Illustrasjon: Baar Bias Dammann)

7.4 Samarbeid og taushetsplikt

Taushetsplikten er et viktig og sentralt tema i de fleste påvirkningstiltak (program og faglige tiltak) der innsatte skal dele av sine private erfaringer, problemer, voldsatferd, kriminalitet osv. I studiegruppene er dette et helt avgjørende element. Uten taushetsplikten vil påvirkningstiltak ikke kunne fungere etter hensikten, og dermed ikke nå sine målsettinger.

Det er helt vesentlig at gruppelederne tar hensyn til dette i samarbeidet rundt studiegruppen. Vi kan altså ikke fortelle om hva den enkelte sier, tror eller mener. Vi kan ikke fortelle om det går ”bra” eller ”dårlig” med den enkelte i gruppen, eller om han har endret seg - noe som uansett ville bli en subjektiv mening, og ikke bygd på objektive

kriterier. Men! Vi kan fortelle mye om hva vi som gruppeledere synes er bra med studiegruppene generelt. Vi kan gi så mye informasjon til samarbeidspartene, at disse blir positiv innstilt og får lyst til å hjelpe! Ansvar for å skape grunnlaget for et godt samarbeid er her stort for gruppelederne i studiegruppene! Hemmelighold og mystikk eller mangel på informasjon og innsikt skaper lett usikkerhet og motvilje. Dette vil selvfølgelig føre til en mangel på, eller i det minste vegring mot, samarbeid. Det er her viktig å merke seg anstaltens/friomsorgens lederansvar i det å legge forholdene til rette for at studiegruppene ledere får spre informasjon og kunnskap om programmet i organisasjonen. Når programmet tas i bruk, må det samtidig legges til rette for et bredest mulig samarbeid, og dette er et lederansvar.

Vi kan og bør samarbeide om rekruttering til studiegruppene, og deltagelse må være en helt naturlig del av framtidsplanen i forhold til den enkelte. Der det finnes ansvarsgrupper rundt den enkelte, er det naturlig at studiegruppelederne kommer inn og informerer om det faglige tiltaket; både om hva studiegruppen er, hvordan det jobbes, og om målsetting, taushetsplikt og innhold.

Kontaktbetjentene/kontaktpersonene til deltagerne i en studiegruppe, må alltid få en grundig innføring i hva studiegruppen er, samt få en forståelse for metode, taushetsplikt, temaområder, osv., før den innsatte/klienten blir med i det faglige tiltaket. Det kan bli en meget vanskelig, hvis ikke umulig, oppgave å støtte og motivere den aktuelle deltager til å melde seg på, stå løpet, holde ut og fullføre programmet, uten selv å vite hva en studiegruppe er!

For at samarbeidet skal fungere og være godt, må det være noe positivt, frivillig og ønsket. Dette oppnår vi best med informasjon, dialog og kunnskapstilførsel. Samarbeid krever innsikt og forståelse, og det er en gjensidig sak. Skal vi som instruktører/gruppeledere klare dette, må vi ha klart for oss at et godt samarbeid ikke kommer av seg selv. Det vil kreve en vesentlig innsats fra oss, og det må utvikle seg over tid. Vi kan altså ikke tenke ”jeg informerte jo om studiegruppene på et møte i år, så dette vet de...” Samarbeid krever tid. Det er nødvendig med en stor porsjon trygghet, og ikke minst gjensidig respekt partene imellom. Informasjon og samarbeid må være en vedvarende prosess!

Det er også ønskelig å samarbeide om nye mulige tiltak, og hva som kan være positivt og utviklende for den enkelte.

Vi må altså samarbeide om å hjelpe, støtte og oppmuntre deltagerne. Alt utviklings- og endringsarbeid, og alle tiltak som omhandler bygging av innsattes/klientens kompetanse, vil være vanskelig. Det er derfor viktig at det signaliseres støtte til prosessen fra alle rundt den enkelte.

7.5 Er samarbeid den riktige veien å gå?

Vi tror at felles innsats øker vår styrke! Det at flere sier det samme på ulike måter, øker troverdigheten både innad i organisasjonen og overfor den innsatte/klienten. Flere innfallsvinkler, ulike tiltak og individuelt tilpassede soningsforløp gir større valgfrihet for den enkelte, skaper større innsikt på flere områder og øker sannsynligheten for at det vokser fram ønsker om å sette seg mål og samarbeide om å nå dem. Nye og flere tilnærminger gir nye muligheter for å samarbeide om å bygge opp kompetanse!

I Fafø rapport 488 sies det følgende om helhet og sammenheng i forbindelse med fengselets virke som endringsarena:

”De enkelte tiltakene begrunner i stor grad sin eksistens i behovet for å møte innsattes psykiske eller atferdsrelaterte problemer på bestemte kriminalitetsspesifikke områder, og knytter i liten grad slike problemer til innsattes livsbetingelser for øvrig. Det vi savner er en tydelig, overordnet tilnærming til hvordan kunnskap om generelle og spesielle kjennetegn ved volds- og sedelighetsdømte kan knyttes sammen i et felles grunnlag for tiltaksutforming. Hvilke problemer preger innsatte i disse gruppene, hvordan henger problemer på ulike områder sammen, og hvilke problemer skal løses hvor? Uten et slikt overordnet perspektiv risikerer tiltakene å bli enkeltinitiativer - på et felt der det i høyeste grad trengs helhetlige og sammenhengende løsninger. Det betyr konkret at de ulike problemene den innsatte har,

må ses under ett og forsøkes løst ved hjelp av individuelt tilpassede tjenester som er koordinert med hverandre. [...] Helheten og sammenhengen mellom ulike tiltak antas dermed å ha direkte innvirkning på det enkelte tiltakets mulighet til å oppnå resultater. Spørsmålet er hvordan dagens tilbud stemmer overens med denne forståelsen. Er det slik at det å delta i ett tiltak gjør det lettere å få tilgang til de andre tjenestene man trenger? Trekker forskjellige tiltak i samme retning?” (Friestad 2005: kap. 4.1.3)

Friestad sier videre om tilbakefall som resultatmål: ”Slik vi ser det, er tilbakefall best egnet som resultatmål for kriminalomsorgens innsats som helhet, altså som et uttrykk for om summen av alle tiltak som hver enkelt innsatt får, tilpasset eget behov, til sammen fører til at færre begår ny kriminalitet.” (Friestad 2005: kap. 4.3.3). Vi anbefaler forøvrig at Fafo rapport 488 leses i sin helhet.

Til slutt vil vi i denne forbindelse fremheve pkt 9 s 14 ”Kontinuitet i program og andre tiltak” i *Strategi for faglig virksomhet i kriminalomsorgen 2004-2007*, som sier at kontinuitet i programmer ”innebærer samordning for å øke effekten av faglige tiltak og kontroll. Alle tiltak skal beskrives i framtidsplanen.”

STUDIEGRUPPELEDERE!

Dere har blitt kurset, har øvd, trent og praktisert kommunikasjon. Dere har arbeidet med det å skape en tilhørighet og samhold i ATV samtalegrupper og i studiegrupper gjennom år. Bruk deres ferdigheter, kunnskaper og erfaringer til å samarbeide om å bygge opp kompetansens pyramide sammen med den enkelte innsatte/klient!
Dette kan dere.

Lykke til!

8 Arbeidsform

Hvert gruppemøte har en standard framgangsmåte på 8 trinn:

- 1 ÅPNINGSRUNDE (9 min.)
- 2 INTRODUKSJON (5 min.)
- 3 BRAINSTORMING (10 min.)
- 4 INNLEGG (10 min.)
- 5 DISKUSJON (10 min.)
- 6 OPPGAVER (20 min.)
- 7 REFLEKSJON (25 min)
- 8 AVSLUTNINGSRITUALET (1 min.)

Trinn 1: Åpningsrunde

Studiegruppen begynner på samme måte som samtalegruppen. En rask runde blant gruppens deltagere om hvor de er, hvordan de har det, om noe viktig har skjedd siden sist og lignende.

Åpningsrundens hensikt er å få en fast start på hvert gruppemøte. Når alle sier litt om sin egen situasjon vil dette både skape en gruppefølelse og gi deltagerne mulighet for å ”lufte” det som opptar dem for tiden, og som vil kunne forstyrre deltagerens konsentrasjon om gruppens temaarbeid hvis de ikke får snakket litt om sine dagsaktuelle opplevelser, tanker og følelser.

Trinn 2: Introduksjon

Introduksjonen er en svært kort presentasjon av temaet som skal behandles. Dette for å forberede gruppen på temaet og for å ”åpne opp” for den første aktiviteten fra gruppedeltagerne. Introduksjonen trenger ikke ta lenger tid enn 1-3 minutter.

Eksempel:

I dag er gruppens tema ”Hva er vold”. Hva er det vi kaller vold? Når brukes dette ordet, hvordan skal vi definere vold? Finnes det forskjellige typer vold? Hva vil dere kalle vold og hvorfor? Vi skal prøve å ende i en enighet i gruppen om hva vold er. Hva tenker dere når dere hører ordet vold?

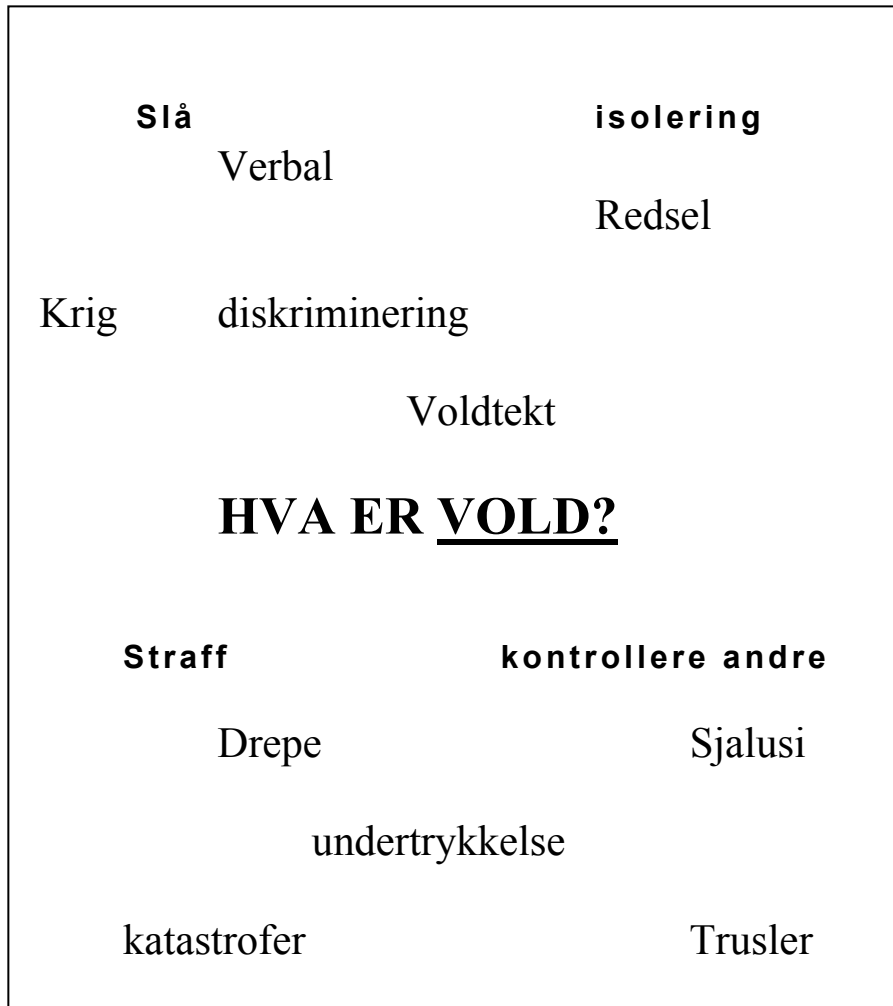
Trinn 3: Brainstorming

Etter introduksjonen fortsetter gruppen med brainstorming i plenum rundt dagens tema. Et sentralt hjelpemiddel til dette er flippover, hvor det gruppedeltagerne kommer med av umiddelbare tanker og assosiasjoner rundt for eksempel ”Hva er vold?”, skrives ned. Gruppeledernes oppgave er å inspirere gruppedeltagerne til å komme med spontane tanker. Alle innspill skal støttes og oppmuntres. Ingen tanker er gale, alle tanker er viktige.

I de første gruppemøtene er det viktig at gruppelederne både forklarer godt hva brainstorming er, og at de arbeider aktivt for å skape et åpent og lekent forhold til brainstormingen. En brainstorming er per definisjon en spontan og sensurfri deling av tanker som dukker opp i forbindelse med et tema som introduseres. Brainstormingen skal ideelt sett være fri for prestasjonskrav ut over det å si det som umiddelbart faller en inn.

Hensikten med brainstormingen er å åpne opp mentalt for tematikken; i neste omgang å få nye tanker og måter å se ting på. Brainstormingen kan i seg selv være nyttig fordi andre i gruppen kan komme med tanker eller ideer som en selv ikke har hatt.

Eksempel på brainstorming (figuren illustrerer en flippover):



Trinn 4: Innlegg

Etter brainstormingen følger innlegget. Det er gruppeledernes undervisningsdel der de gir en kort presentasjon av dagens hovedtema; den kan være fakta, beskrivelser eller teori. Innlegget skal først og fremst være kort og klart. Vi anbefaler maksimum 10 min. Når gruppelederne framfører innlegget, kan de gjerne ta i bruk hjelpemidler som flippover eller overhead e.l.

Innlegget skal tilføre gruppen informasjon og ideer rundt dagens tema, og kanskje gi nye

Det enkle er ofte det beste

perspektiver til gruppedeltagerne. Videre skal innlegget stimulere til diskusjon, og til at deltagerne knytter temaet til sine egne personlige erfaringer. Det anbefales sterkt å gjøre innlegget enkelt. Vold er et spørsmål som er personlig og emosjonelt. Vi kan ikke tenke oss at vi gjennom en kunnskapsspekktet forelesning kan endre deltagerens forhold til vold. Det vi er ute etter er å føre inn flere og nye perspektiver, for at dette igjen skal føre til at gruppedeltagerne blir utfordret til å tenke grundigere omkring vold og til å se volden fra flere sider.

Det oppfordres til at gruppelederne selv utformer sine innlegg. Dette vil gjøre innleggene bedre og mer engasjerte. Det er heller ingen ting i veien for at noen av gruppedeltagere kan ha ansvaret for dagens innlegg.

Trinn 5: Diskusjon

Innlegget skal danne utgangspunktet for diskusjon i gruppen. Delvis skal diskusjonen invitere gruppedeltagerne til å komme med sine synspunkter og tanker rundt det som ble presentert i innlegget, og delvis skal diskusjonen oppfordre til å knytte personlige erfaringer til det som ble framlagt. Gruppeleders oppgave er å styre diskusjonen ved å komme med spørsmål til gruppen, oppfordre til å ta fram personlige erfaringer, fordele ordet og bistå gruppen til å utforske

temaet sammen. Det er ikke meningen at gruppeleder skal bli den sentrale i diskusjonen, eller en som blir stående å forsvare det som er sagt i innlegget. Gruppeleder skal bruke gruppeprosessen, og aktivt støtte og oppmuntre de som kommer med innspill og synspunkter i diskusjonen, for eksempel ved å spørre:

- ”Hva tenker dere om dette?”
- ”Er dette en vanlig måte å definere vold på?”
- ”Passer den definisjonen med det dere selv har tenkt?”
- ”Får dere nye tanker om vold for egen del etter å ha hørt dette?”
- ”Hva har dere selv tenkt på som vold?”

Trinn 6: Oppgaver

Neste trinn i gruppegangen er en oppgave. Det er utformet forslag til spesifikke oppgaver til hvert tema. Gruppedeltagerne arbeider med temaet på et personlig nivå. Oppgaveformen er velkjent for alle som har drevet samtalegrupper (jf. Isdal & Dammann 2003 kap. 5.4 og ”Oppgavehefte for samtalegrupper for voldsdømte”).

Eksempel på oppgave (tema 1: Hva er vold?):

Hva er fysisk vold?

1. **Finn et helt konkret eksempel på fysisk vold fra eget liv**, gjerne et som ikke er så langt tilbake i tid og som ikke er så dramatisk.
2. **Hva gjør dette til vold? Identifiser konkret:**
 - **Handlingen** (bruk av fysisk makt)
 - **Det virksomme element** (skader, skremmer, smerter, krenker)
 - **Hensikten** (Styre, påvirke, kontrollere få makt)

Gruppelederne gir først en instruks for hvordan oppgaven skal gjennomføres. Deretter arbeider gruppedeltagerne med oppgaven på egenhånd, for eksempel med utfylling av oppgaveskjema. Arbeidet som gruppemedlemmene har gjort, leder så videre til trinn 7, gjennomgang og refleksjon i fellesskap.

Gruppeleder kan velge ulike former på oppgavearbeidet. Noen oppgaver er det best at gruppemedlemmene jobber med hver for seg. Andre oppgaver kan det være bra å jobbe med i plenum etter tur. Som oppgaveeksempelet over viser, så kan dette gjøres ved at gruppen hjelper den enkelte deltager med å fylle ut sin oppgave på flippover i plenum.

Trinn 7: Refleksjon

Etter oppgaven er gjort, deler gruppedeltagerne det de har kommet fram til med hverandre. Denne delingen skal ideelt sett ta form av en refleksjon. I første omgang skal gruppelederne legge vekt på at alle får vist noe av sine oppgaveløsninger (deling). I neste omgang skal gruppeleder prøve å få deltagerne til å reflektere sammen over det de kom frem til i oppgaven; det vil si at de tenker høyt rundt det de har lært, vært gjennom eller gjort i gruppen. Gruppeleders bidrag blir å invitere og inspirere gruppemedlemmene til å kommentere hverandre, for eksempel ved å spørre spørsmål som:

- ”Hva tenker dere om det Stian sier?”
- ”Er det noen andre som kjenner seg igjen i dette?”
- ”Er det noen forskjeller mellom det du forteller og det Stian sa?”

Refleksjon kan også skapes gjennom å be gruppemedlemmer tenke rundt hvordan det de selv har tenkt står i forhold til det som andre har presentert:

- ”Hvordan synes du dette passer med det vi snakket om tidligere i dag?”

- ”Har du noen tanker om hvorfor det blir vanskelig å se ting på den måten?”
- ”Tror du at du ser på det du gjør og det andre gjør på forskjellige måter?”

En tredje måte å sette i gang refleksjon på, er å oppfordre gruppemedlemmer til å reflektere over forandring:

- ”Ville du tenkt på denne måten for 5 år siden, og hvis ikke hvordan var det annerledes da?”
- ”Hva er det som er nytt for deg i dette?”
- ”Hvis du hadde tenkt slik før, ville det ført til at noe annet skjedde, og i tilfelle hva?”
- ”Har du noen tanker om hva som stoppet deg fra å se ting på den måten før, eller hva som kan stoppe deg fra å tenke på den måten i framtiden?”

En fjerde måte å sette i gang refleksjon på, er å be gruppemedlemmene stoppe opp og kjenne etter hvordan ting føles:

- ”Hvordan føles det å tenke på den måten?”
- ”Hvordan føles det å si dette høyt?”
- ”Er dette en måte å være på som du tror du ville likt, eller hadde det blitt vanskelig for deg? Hvorfor?”
- ”Hvordan kjennes det å snakke om det?”

Trinn 8: Avslutningsritual

Alle grupper bør ha et fast ”avslutningsritual”. Det vil være med på å skape en god gruppe. Et ritual betyr at man gjentar den samme handling til samme tidspunkt på hvert eneste gruppemøte. Det finnes et uendelig antall mulige ritualer. Her er noen forslag:

- a) På slutten av gruppen reiser alle seg, stiller seg i ring med armene rundt skuldrene på hverandre, og alle sier en kort setning om hva som var viktigst i dag (den såkalte ”hockeysirkelen”).
- b) Gruppen reiser seg, alle tar hverandre i hånden og takker for gruppemøtet.
- c) Gruppen finner tre ord, som skrives opp på flippoveren, som skal beskrive det sentrale som skjedde på dagens gruppemøte.
- d) På omgang gir grupped medlemmene en kort oppsummering av dagens gruppemøte (1 pr. gang), før gruppen reiser seg og går.
- e) Grupped medlemmene skal bruke 1 minutt i stillhet på å tenke gjennom hva de hadde lært i dag.
- f) Gruppeleder leser en kort tekst eller et dikt som avslutning på gruppen.

DEL 2

Om temaene

Studiegruppen består av 13 temaer, samt det vi kaller 'forprosjekt' og 'etterprosjekt' - totalt 15 bolker. Metoden er bygget opp som et **trekkspill**, det vil si at gjennomføringstiden kan være lang eller kort avhengig av gruppedeltagere, praktiske forhold og anstaltens prioriteringer. Minimumet for en studiegruppe er 15 gruppemøter, men dersom forholdene ligger til rette for det, anbefales det å strekke gruppen ut over ett år, noe som tilsvarer ca. 40 gruppemøter.

Denne håndboken prøver først og fremst å beskrive minimumsinnholdet på 15 gruppemøter, men vil i tillegg komme med forslag til flere alternative oppgaver. Gruppemøtene bygges opp slik det er beskrevet i kap. 8 om arbeidsform. Dersom gruppeleder velger å bruke mer enn et gruppemøte på et tema, skal han/hun allikevel prøve å beholde den samme formen:

- ÅPNINGSRUNDE
- INTRODUKSJON
- BRAINSTORMING
- INNLEGG
- DISKUSJON
- OPPGAVER
- REFLEKSJON
- AVSLUTNINGSRITUAL

Pilotgruppen på ILA strakte seg over et år. De brukte følgende tid på de 15 bolkene:

- forprosjekt: 4 møter
- tema 1: 4 møter
- tema 2: 3 møter
- tema 3: 5 møter
- tema 4: 3 møter
- tema 5: 3 møter
- tema 6: 4 møter
- tema 7: 4 møter
- tema 8: 4 møter
- tema 9: 3 møter
- tema 10: 2 møter
- tema 11: 1 møte
- tema 12: 1 møte
- tema 13: 2 møter
- etterprosjekt: 1 møte

De 13 temaene har følgende overskrifter:

- 1 HVA ER VOLD?
- 2 HVOR MYE VOLD?
- 3 VOLD SOM UNDERTRYKKELSE.
- 4 VOLDENS NATUR.
- 5 VOLD ER INTELLIGENT.
- 6 HVA ER ÅRSAKENE TIL VOLD?
- 7 HVORDAN STYRE ATFERD?
- 8 HVORDAN STYRE TANKER?
- 9 HVORDAN STYRE FØLELSER?
- 10 VIRKNINGENE AV VOLD.
- 11 Å VÆRE VITNE TIL VOLD.
- 12 HVA GJØR VOLDEN MED UTØVEREN?
- 13 ANSVAR FOR VOLD.

Det er viktig å merke seg følgende:

Personlig form: I undervisningsdelen (innlegget) blir gruppelederen **lærer**. En god lærer er en engasjert person med et eget forhold til det stoffet han presenterer, ikke en som leser opp fra et manus eller en bok. Læreren må beherske stoffet og ha gjort det til sitt eget, undervisningen må ha en personlig form. I beskrivelsene av temaene vil jeg derfor ikke gi ”ferdige” innlegg, men heller vise til hva gruppeleder må sette seg inn i for hvert tema. Gruppeleders oppgave blir å utforme sine leksjoner selv basert på kunnskap som han/hun selv besitter og behersker. For hvert tema presenteres derfor en stikkordsliste som gruppeleder eventuelt bruker i gruppen.

Gruppeleder skal ut fra temaets stikkord lage et innlegg på ca. 10 minutter. Dette er kort tid, og jeg anbefaler at innlegget gjøres klart og enkelt. De gruppeledere som har en studiegruppe for første gang, må påregne mye tid til forberedelser av de enkelte gruppemøtene. Ved senere grupper er mye av forberedelsesarbeidet allerede gjort. Jeg anbefaler å bruke veileder aktivt i denne prosessen. En ”fersk” studiegruppeleder bør ideelt sett følge veiledning 1 time pr. uke.

Tilpassing til gruppen: Undervisningen må tilpasses gruppemedlemmene. Gruppemedlemmer finnes i alle ”regnbuens farger”. Det er stor variasjon med hensyn til språkbeherskelse, kunnskapsnivå, forhold til læring, motivasjon og bevissthet i forhold til egen vold. Gruppeleder må finne ut hva slags type undervisning som passer best for den enkelte gruppe. Det er særdeles viktig at gruppeleder bruker et forståelig språk. Samtidig må jeg understreke at min erfaring er at det enkle oftest er det beste. Undervisningen skal fremme grunnbegreper og grunnkunnskaper, som i neste omgang skal inspirere til egen refleksjon. Kunnskap i seg selv skaper ikke forandring - det er refleksjonen som gjør.

Kilder: Utgangspunktet for studiegruppene er boken *Meningen med volden* (Isdal 2000), som formidler en grunnleggende forståelse av volden. Denne suppleres av annet materiale; Gruppelederne legger til grunn fire kilder for **innleggene**, som skal holdes hver gang:

- 1 Meningen med volden (Isdal 2000).
- 2 Annen litteratur /fagbøker om vold (inkludert offentlig statistikk eller forskningsrapporter).
- 3 Materiale fra media: avis- eller tidskriftartikler, film, TV-programmer og lignende.
- 4 Deltagernes egne erfaringer.

Aktuelle filmer:

- ”ONDSKAP” (tema 4)
- ”CITY OF GOD” (tema 6)
- ”FALLING DOWN”
- ”EN GANG VAR VI KRIGERE” (tema 6 og 11)
- ”HOOLIGANS”
- ”FOOTBALL FACTORY”
- ”MAFIAENS LØPEGUTT”
- ”AMERICAN HISTORY X”
- ”BOWLING FOR COLOMBINE”
- ”FINNISH FIGHT CLUB” (Dokumentar TV-2)

FORPROSJEKT

Forprosjektet er innføringen til studiegruppen. Gjennom dette skal gruppedeltagerne forberedes til de tretten temaene. Vi bruker også forprosjektet til å spørre deltagerne om deres forståelse av vold. Dette gjør at alle gruppedeltagere kan begynne der de selv står i forhold til vold, og vi vil signalisere at deres mening er viktig i gruppen.

NB! Under forprosjektet har vi mulighet til å få et første endringsmål (såkalt pre-test). Vi kan her spørre spørsmål som gjentas på siste gruppemøte (post-test), slik at vi til slutt kan sammenligne testene med tanke på endring.

ÅPNINGSRUNDEN

- Gruppelederne ønsker velkommen til gruppen
- En kort presentasjonsrunde av gruppeledere og gruppedeltagere
- GJENNOMGANG AV TAUSHETSPLIKTEN

INTRODUKSJON

- En kort presentasjon av gruppens formål

OVERHEAD:

STUDIEGRUPPE I VOLD

Å STUDERE VOLD ER EN AKTIV PROSESS I FORHOLD TIL VOLD OG AV DE FORHOLD SOM SKAPER VOLD I SAMFUNNET, MILJØET RUNDT OSS, OPPVEKSTEN OG OSS SELV. VIDERE ER DET ET STUDIE I HVORDAN VOLDEN KAN KONTROLLERES OG EN STERK BEVISSTGJØRING AV HVORDAN DEN VIRKER.

BRAINSTORMING

Ta en rask runde i gruppen på forventninger til gruppen og gruppemedlemmenes mål med å delta i den.

Forslag til oppgave:

To ting jeg håper å få ut av gruppen:

- 1.
- 2.

(Kan fylles ut individuelt eller av gruppeleder på flippover i plenum)

INNLEGG

Innlegget i forprosjektet er en presentasjon av studiegruppen for deltagerne slik at de får en oversikt og blir forberedt på gangen i gruppen.

OVERHEAD 1:

- STUDIEGRUPPEN ER BYGGET OPP I 15 DELER
- STARTER MED FORPROSJEKT OG SLUTTER MED ETTERPROSJEKT – en innledning og en oppsummering som også skal gi oss et bilde på forandringer som har skjedd fra start til slutt.
- 13 TEMADELER (kan deles ut på eget ark):
 - 1 HVA ER VOLD?
 - 2 OMFANGET AV VOLD.
 - 3 VOLD SOM UNDERTRYKKELSE.
 - 4 VOLDENS NATUR.
 - 5 VOLD ER INTELLIGENT.
 - 6 HVA ER ÅRSAKENE TIL VOLD?
 - 7 HVORDAN STYRE ATFERD?
 - 8 HVORDAN STYRE TANKER?
 - 9 HVORDAN STYRE FØLELSER?
 - 10 VIRKNINGENE AV VOLD.
 - 11 Å VÆRE VITNE TIL VOLD.
 - 12 HVA GJØR VOLDEN MED UTØVEREN?
 - 13 ANSVARET FOR VOLDEN
- UNDER HVERT TEMA ARBEIDER VI I 5 TRINN:
 - Fri samtale
 - Undervisningsdel (innlegg)
 - Diskusjon
 - Personlig analyse/relevans
 - Arbeidsoppgave
- Grunnregler som i samtalegruppen
- KILDER:
 - *MENINGEN MED VOLDEN* av Per Isdal (2000)
 - ANNEN RELEVANT LITTERATUR
 - AVISER/TIDSSKRIFT/TV/VIDEO

OVERHEAD 2:

MÅL OG MENING MED STUDIEGRUPPE I VOLD:

- ET STUDIE AV VOLD I FORSKJELLIGE SAMMENHENGER:
 - SAMFUNNET
 - MILJØET RUNDT OSS
 - OPPVEKSTEN
 - OSS SELV SOM VOLDSUTØVERE
- BEDRE FORSTÅELSE AV EGET REAKSJONSMØNSTER
- SE SAMMENHENGER OG HELHET
- BEDRE RUSTET TIL Å VELGE ANDRE LØSNINGER
- SE VALGMULIGHETER

DISKUSJON

Gruppeleder åpner opp for en diskusjon av det som blir presentert ved spørsmål og gjennom å etterspørre reaksjoner.

OPPGAVER

Det er to alternative oppgaver.

ALTERNATIV 1:

HVA ER ÅRSAKEN TIL DEN VOLDEN JEG HAR UTØVD?

a) Hva er de tre viktigste årsakene til min voldsutøvelse slik jeg ser det?

- 1.
- 2.
- 3.

b) Hvilke av disse forholdene kunne jeg selv ha innflytelse på?

ALTERNATIV 2:

”VOLDSSTIGEN”

Tenk deg at det som ledet opp til bruk av vold den gangen (bestem deg for en voldsepisode) hadde syv trinn som logisk fulgte hverandre. På trinn 7 kommer volden til uttrykk, men den starter på trinn 1. Trinn 1 ledet til trinn 2, som ledet til trinn 3 osv. Til slutt endte det i trinn 7. Husk at trinn 1 har mange muligheter, det kan være noe som skjer kort tid før volden, eller noe som skjedde mange år tidligere.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7. VOLDEN

Oppgavealternativ 2 krever ofte aktivt hjelp fra gruppeleder. Når oppgavebesvarelsen skal deles i plenumsrefleksjonen kan gruppeleder prøve å stille spørsmål og komme med forslag som kan hjelpe gruppedeltageren til å fylle ut trinnene. Det er en vanskelig oppgave. Poenget er ikke nødvendigvis at gruppedeltagerne skal fylle ut alle trinn, bare så mange som de klarer.

ALTERNATIV 3:

MINE SPØRSMÅL:

3 TING JEG LURER PÅ I FORHOLD TIL MEG SELV OG DEN VOLDEN JEG HAR OPPLEVD ELLER UTØVD

- 1.
- 2.
- 3.

Vi skal også bruke oppgaven igjen i ETTERPROSJEKTET for å se og reflektere rundt om noe har skjedd med deres egen forståelse av sin vold gjennom studiegruppens løp. Det er derfor viktig å huske og ta vare på alle oppgaveløsningene.

REFLEKSJON

Gruppelederne hjelper deltagerne med å presentere oppgaveløsningene sine i plenum, og oppfordrer gruppen til å tenke høyt rundt det som presenteres, og til å se etter felles trekk i det som legges fram.

AVSLUTNINGSRITUALET

Det foreslås at gruppeleder avslutter gruppen med å minne om hva som er tema for neste møte. Hver gruppe må i tillegg finne sin form for avslutningsritual som skal introduseres allerede på det første gruppemøte.

TEMA 1: HVA ER VOLD?

- Undertema:**
- Fysisk vold
 - Materiell vold
 - Volden i eget liv

Mål: Målet med temaet er å komme frem til en felles definisjon eller forståelse av hva som er vold. Undermål er å utvide gruppedeltagernes opplevelse av hva som kan kalles vold (vold er mer enn vi tror), samt å gjøre vold til en funksjonell handling (en handling med hensikt og et virksomt element).

Kilde: Kilden til denne leksjonen er Isdal 2000, kap. 3.

Prioritering: Legg hovedvekten på fysisk vold i den korte versjonen.

ÅPNINGSRUNDEN

En rask runde blant gruppemedlemmene om hvordan de har hatt det siden sist. Gruppeleder kan også be de som sitter igjen med spørsmål eller reaksjoner fra forrige gruppemøte, om å si i fra om dette under åpningsrunden. I tillegg skal gruppeleder på det første temamøtet fortelle gruppedeltagerne at dersom de har opplevd noe de mener er vold siden sist, så skal de ta opp dette i åpningsrunden ("Gruppen er en fin anledning til å se på konkrete og aktuelle situasjoner sammen, så vi i fellesskap kan drøfte og lære av dem.")

INTRODUKSJON

Gi en kort introduksjon av dagens tema og dets underpunkter. Skriv opp på flippover eller overhead:

Hva er vold?

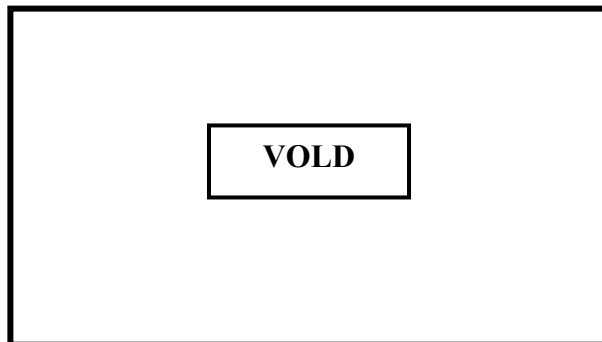
- Fysisk vold
- Materiell vold
- Volden i eget liv

Fortell gruppen at vi i dag skal diskutere hvordan vold skal defineres og forstås.

BRAINSTORMING

Gruppeleder skal her være ute etter gruppens spontane tanker og forestillinger om hva som er vold. Brainstormingen er en metode for å aktivisere gruppedeltagerne og deres egen kompetanse og erfaring.

Det anbefales å bruke flippover i denne brainstormingen.



Lag for eksempel denne plansjen på flippover. Ordet "vold" settes i sentrum. Spør etter hva gruppedeltagerne tenker på (i form av stikkord) som vold.

INNLEGG

Innlegget forberedes ut fra *Meningen med volden*, kap. 3 (Isdal 2000). Jeg kommer her også med fire forslag til overhead-plansjer. Det er en stor utfordring å skjære tema-innlegget ned til 10 minutter.

OVERHEAD 1:

3 VOLDSROLLER:

- OFFER
- OBSERVATØR
- UTØVER

Volden påvirker og preger alle 3 aktører.
Vold avler vold i alle roller.

OVERHEAD 2:

VOLD ER EN HVER HANDLING RETTET MOT EN ANNEN PERSON (ELLER GRUPPE) FOR Å PÅVIRKE DENNE/DISSE VED Å SKREMME, SKADE, SMERTE ELLER KRENKE.

VOLD HAR EN HENSIKT:

- PÅVIRKNING, MAKT, KONTROLL, STYRING ELLER FÅ ANDRE TIL Å GJØRE DET DU VIL

VOLD HAR ET VIRKSOMT ELEMENT:

- SKREMME, SKADE, SMERTE ELLER KRENKE
- FYSISK
- PSYKISK
- SEKSUELT
- MATERIELT
- LATENT

OVERHEAD 3:

FYSISK VOLD: EN HVER BRUK AV FYSISK MAKT FOR Å PÅVIRKE ANDRE GJENNOM Å SMERTE, SKREMME, SKADE ELLER KRENKE:

- DYTTE, KLYPE, LUGGE, ØREFIK, SLAG, HOLDING/KLEMMING, BITING, KLORING, SPYTTING, SPARK, RISTING, KVELERTAK, BRUK AV SLAGVÅPEN, STIKKVÅPEN ELLER SKYTEVÅPEN.

OVERHEAD 4:

MATERIELL VOLD: HANDLINGER MED TING ELLER GJENSTANDER SOM SKREMMER, SMERTER, SKADER ELLER KRENKER....

- FOR EKSEMPEL Å KNUSE EN DØR FOR AT DET SKAL VIRKE SÅ SKREMMENDE AT DEN DU SNAKKER TIL GIR SEG/GJØR SOM DU VIL.

DISKUSJON

Gruppeleder inviterer til diskusjon om definisjonen av vold gjennom spørsmål som for eksempel:

- ”Hva synes dere om denne måten å definere vold på?”
- ”Er dette slik dere selv har tenkt om vold?”
- ”Er det noen som har andre eksempler eller tanker om vold som ikke har kommet fram her?”

Gruppeleder skal også prøve å få i gang gruppeprosesser på temaene gjennom å oppfordre gruppen til å forholde seg til det de andre gruppe medlemmene sier, vise både uenighet og enighet, og gjerne

komme med alternative synspunkter. Dette kan gjøres gjennom spørsmål som for eksempel:

- ”Er alle enige i det Gunnar sier?”
- ”Finnes det noen som har andre erfaringer?”
- ”Hva synes du om det Petter sier?”

OPPGAVER

Oppgaven har som mål å gjøre temaet personlig relevant samtidig som den skal utfordre deltagerne til å tenke litt nytt eller annerledes rundt egen vold.

OPPGAVE ALTERNATIV 1:

Et eksempel på egen vold

- 1 Finn fram et helt konkret eksempel på vold fra eget liv (offer eller utøver)
Beskriv kort hva som skjedde:

- 2 Hvorfor var dette vold?

Handling:

Hensikt:

Virksomt element:

OPPGAVE ALTERNATIV 2:

Bruk samme oppgave som over, men presiser at deltagerne skal finne fram til et eksempel på materiell vold.

OPPGAVE ALTERNATIV 3:

HVA ER FORSKJELL PÅ EN VOLDSHANDLING OG EN IKKE-VOLDSHANDLING?

- 1 Finn et konkret eksempel fra eget liv der du utøvde eller ble utsatt for vold (gjerne ikke så brutal vold).
- 2 Hva gjorde dette til vold?
- 3 I denne situasjonen, hva kunne ha vært en handling eller reaksjon som ikke var voldelig?

REFLEKSJON

Resultatene fra oppgavene gjennomgås i plenum, og gruppeledere inviterer til refleksjon over det som blir presentert. Gruppeleder skal stille spørsmål som nettopp åpner for tenkning rundt egne holdninger og erfaringer i forhold til det kommer fram under gruppemøtet, for eksempel:

- ”Får denne måten å se vold på dere til å tenke annerledes om noe dere har opplevd?”
- ”Endrer det vi har snakket om noe i forhold til det dere tidligere har tenkt?”
- ”Hvordan føles det å definere vold på denne måten?”

- ”Hva tenker dere og hva synes dere at dere har fått ut av dagen?”

Gruppeleder skal arbeide aktivt med å støtte og oppmuntre alle refleksjoner i gruppen, for eksempel ved tilbakemeldinger som:

- ”Flott!”
- ”Kjempebra!”
- ”Kjempefint at du tør å si det du tenker.”
- ”Denne gruppen jobber bra!”

Under refleksjonen kan det noen ganger være bra å bruke flippoveren til å skrive opp viktige tanker eller uttalelser som medlemmene i gruppen kommer med.

AVSLUTNINGSRITUALET

Møtet avsluttes med at gruppeleder gjentar det hovedtemaet som gruppen har vært igjennom før selve avslutningsritualet utføres.

TEMA 2: HVOR MYE VOLD?

Mål: Temaets målsetting er å gi gruppen perspektiver på hvor mye vold det er både i samfunnet og i eget liv. Vi ønsker å skape en gryende bevissthet om at vold er et langt mer omfattende, og dermed alvorlig problem, enn det som er vanlig å tenke. Spørsmålet om omfang skal også hjelpe til å sette volden inn i en større sammenheng.

Kilder:

- kriminalstatistikk
- levekårsundersøkelser
- forskningsrapporter
- tall fra media

ÅPNINGSRUNDEN

Som under tema 1. Gjenta oppfordringen om å dele med gruppen opplevelser av å ha deltatt i en situasjon med vold siden sist gruppemøte. Si også at det er flott om de har opplevd eksempler i løpet av uka der de var nær ved å ha brukt vold, men lot det være.

NB! Minn gruppen på den gjensidige taushetsplikten, og at vi i denne gruppen deler erfaringer som er personlige. Fortell gruppemedlemmene at dersom det er ting de ikke ønsker å fortelle om i gruppen, så er det også helt greit.

INTRODUKSJON

”I dag skal vi snakke om omfanget av vold både i samfunnet og i våre egne liv. Hvor mye vold tror vi at det finnes? Hvor vanlig eller uvanlig er vold?”

BRAINSTORMING

Bruk gjerne flippover og be gruppen komme med forslag:

HVOR MYE VOLD I NORGE?

HVOR MANGE DRAP HVERT ÅR?

% VOLD MOT BARN

% VOLD I SKOLEN

% VOLD MOT KVINNER

SAMMENLIGN NORGE-USA

INNLEGG

Innlegget forberedes av gruppemedlemmene og bør innholde tall fra forskjellige typer vold. Jeg anbefaler å bruke noen av tallene nedenfor, og eventuelt tall som gruppeledere finner fram til selv:

OVERHEAD:

- 10 % VOLD MOT KVINNER I NORGE
- TILSVARENDE I USA ER 12 %, TYRKIA 53 %
- FYSISK VOLD MOT BARN (USIKKERT I NORGE)
- TILSVARENDE USA 94 %
- 23 % UTSATT FOR VOLD I NORSK UNGDOMSSKOLE (Dagbladet/MMI)
- AV DISSE: BLÅMERKER/SÅR/BRUDD 64 %
- 7 % LEGEHJELP
- 21 % TATT MED VÅPEN PÅ SKOLEN
- 15 % UTSATT FOR MOBBING I SKOLEN
- 50–70 DRAP PR. ÅR I NORGE
- MANGEDOBBLT I USA
- 10.000 BARN VITNE TIL VOLD I HJEMMET
- POLITI: MER UNGDOMSVOLD OG MER BRUTAL
- 250.000 MENN VOLDTAS I AMERIKANSKE FENGSLER HVERT ÅR

DISKUSJON

Inviter gruppemedlemmene til å komme med sine umiddelbare tanker og reaksjoner:

- Spør gruppen om hvordan de tror tallene stemmer med virkeligheten.
- Spør gruppen hva de synes om dette omfanget.
- Spør gruppen om hva de tenker om forskjeller i forskjellige land.
- Spør om er dette mer eller mindre enn gruppemedlemmene selv trodde på forhånd.

OPPGAVER

Oppgaven er ment å sette i gang utforsking av omfanget av vold i eget liv blant deltagerne. Den er en gruppeoppgave som fylles ut i fellesskap.

GRUPPEOPPGAVE:

OMFANGET AV FYSISK VOLD I GRUPPEMEDLEMMENES LIV

Vi fyller ut sammen. Hvor stor prosent av gruppen har

- utøvd vold mer enn en gang%
- vært utsatt for vold mer enn en gang%
- blitt fysisk skadet av vold%
- blitt truet på livet%
- vært vitne til alvorlige voldshendelser%
- opplevd vold som barn%
- opplevd vold i skolen%
- Kjenner personlig noen som har blitt drept%
- Har nært kvinnelig familiemedlem som har blitt utsatt for vold av en mann (mor, søster, tante, datter)%
- Har hatt kjæreste som tidligere har vært utsatt for vold av en mann%

OPPGAVE ALTERNATIV:

I studiegruppen kan man også gjenta den oppgaven fra samtalegruppene der deltagerne tegner på flippover hvor på kroppen de har opplevd vold.

REFLEKSJON

Stimuler gruppen til å reflektere over gruppeoppgaven, for eksempel ved å spørre:

- ”Hvordan kjennes dette?”
- ”Hva synes dere om dette omfanget?”
- ”Tror dere at dere er gjennomsnittet av befolkningen, eller at dere er spesielle?”
- ”Hvordan tror dere alle disse opplevelsene av vold har påvirket dere?”
- ”Kan det å ha blitt utsatt for vold henge sammen med det å bli voldsutøver selv?”

AVSLUTNINGSRITUALET

Gjenta hva som har vært dagens hovedtema.

Utfør avslutningsritualet.

TEMA 3: VOLD SOM UNDERTRYKKELSE OG KRENKELSE

Mål: Temaets målsetting er å gi gruppen en utvidet definisjon på vold.

Kilder: Isdal 2000.

Tidsbruk: Dette er kanskje det temaet i studiegruppene man kan bruke mest tid på. I kortversjonen er det best å legge hovedvekten på psykisk vold. I langversjonen kan en gå videre med både seksuell vold, strukturell vold og latent vold. Dersom gruppeledere bruker langversjonen, anbefaler jeg at de vurderer å bruke opp til 4 gruppemøter på temaet.

ÅPNINGSRUNDEN

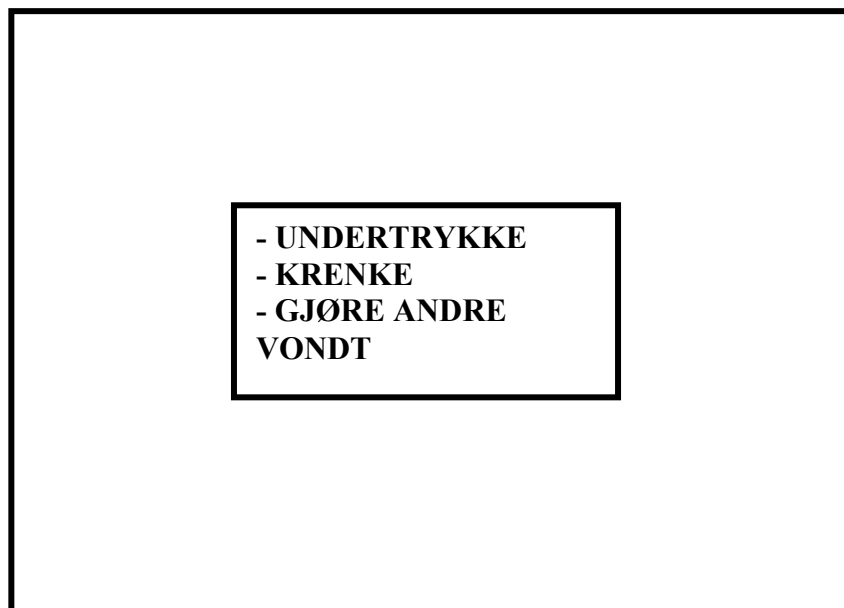
Ønsk velkommen tilbake. Gi gruppen komplimenter for at den har kommet så godt i gang. Ta en kort runde blant deltagerne, og for å høre hvordan det står til med hver og en av dem.

INTRODUKSJON

Presenter dagens tema kort. Fortell at gruppen i dag skal jobbe videre med vold, men med den volden som ikke er fysisk. Vold kan være så mye. En måte å forstå vold på, er at vold er undertrykkende og krenkende handlinger. Hvis vi spør barn om hva som er sentralt i vold, vil de kanskje si at vold er **alt som går ut på å gjøre andre vondt**. La oss ha en brainstorming på hva dere i gruppen tenker på som vold under disse overskriftene.

BRAINSTORMING

Bruk flippover til brainstormingen:



INNLEGG

OVERHEAD 1:

VOLD SOM UNDERTRYKKELSE:

- PSYKISK VOLD
- SEKSUELL VOLD
- LATENT VOLD
- STRUKTURELL VOLD
- VOLDEN I EGET LIV

OVERHEAD 2

VOLD SOM UNDERTRYKKELSE:

PSYKISK VOLD:

Alle måter å skade, skremme, smerte eller krenke på som ikke er fysisk i sin natur. Eller det å styre og dominere andre ved hjelp av en bakenforliggende trussel. Det kan være:

- DIREKTE TRUSSEL
- INDIREKTE TRUSSEL
- YDMYKELSE/DEGRADERING
- SJKANERING
- KONTROLL
- UTAGERENDE SJALUSI
- ISOLERING
- EMOSJONELL VOLD

OVERHEAD 3:

LATENT VOLD:

- Vold som virker bare fordi den kan komme til å skje.
- Gjør eller lar være å gjøre ting for å unngå vold.
- Volden har etterlatt en redsel som styrer omgivelsene.

OVERHEAD 4 (alternativ ved lang studiegruppe):

SEKSUELL VOLD:

- HANDLINGER RETTET MOT EN PERSONS SEKSUALITET
- SMERTER, SKADER, SKREMMER, KRENKER
- FÅR PERSONEN TIL Å GJØRE NOE MOT SIN VILJE

EKSEMPLER:

Enkeltmenneske:

- VOLDTEKT
- AGGRESSIVT PRESS
- MISHANDLING
- ”SJALUSI” (BESKYLDNINGER/FORHØR)
- TRAKASSERING
- MISBRUK: INCEST OG OVERGREP PÅ BARN

Mot gruppe:

- TVANGSEKTESKAP
- UTNYTTELSE – PROSTITUSJON
- SEXPRESS
- VERBAL SEKSUELL VOLD – hore, fitte, morpuler
- KRENKE
- VOLDTEKT AV MENN I FENGSEL (USA)
- PORNOGRAFI/FILM

Politisk/religiøst:

- OMSKJÆRING
- ETNISK VOLDTEKT
- KYSKHETSBELTE
- STRAFF FOR SEX
- ABORT/NEKT AV ABORT
- FORBUD MOT PREVENSJON

OVERHEAD 5:

STRUKTURELL VOLD:

- SOSIAL ORGANISERING, FORSKJELLER I MULIGHETER OG RETTIGHETER, DER LIVSBETINGELSENE OPPLEVES SOM UNDERTRYKKENDE.
- REGNES SOM EN INDIREKTE VOLDSFORM – UTØVES IKKE AV ENKELTPERSONER, MEN ER INNEBYGGET I SELVE SYSTEMET
- MÅTEN VI ORGANISERER VÅRT SAMFUNN PÅ.

EKSEMPLER:

- I-LAND VS. U-LAND
- INDISKE KASTESYSTEM
- SKOLESYSTEMET (GRUPPERING OG KLASSIFISERING AV BARN)
- RELIGION
- TVANGSEKTESKAP
- POLITIKK (EKS. DIKTATURER)
- KAPITALISME
- PSYKIATRI ("BÅSSETTING" GJENNOM DIAGNOSER)
- INSTITUSJONELL VOLD (TVANGSINSTITUSJONER)
- KORRUPSJON
- FAVELAEN – NARKOBANDER
- POLITIVOLD

DISKUSJON

Felles for alle overheadene: Inviter gruppemedlemmene til å komme med sine tanker, synspunkter og erfaringer. Spør om de selv tenker på spesielle erfaringer eller områder. Oppfordre gruppen til å komme med eksempler. Utfordre gruppen til å komme med sine meninger: er det noe av denne volden de selv støtter?

OPPGAVER

OPPGAVE 1:

VOLD SOM UNDERTRYKKELSE

FINN ET EKSEMPEL DER DU SELV BLE UTSATT
FOR PSYKISK VOLD

Beskriv:

FINN ET EKSEMPEL DER DU SELV BRUKTE
PSYKISK VOLD

Beskriv:

HVA GJØR DISSE EKSEMPLENE TIL VOLD?

OPPGAVE 2:

LATENT VOLD:

FINN ET EKSEMPEL DER DU HAR BLITT/BLIR
UTSATT FOR LATENT VOLD

FINN ET EKSEMPEL DER ANDRE HAR OPPLEVD
AT DU UTØVDE LATENT VOLD

OPPGAVE 3:

PSYKISK VOLD:

HVIS NOEN SKULLE UTØVD PSYKISK VOLD
MOT MEG: HVA VAR DET VERSTE DE KUNNE
GJORT?

4 GRUNNER TIL HVORFOR:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

REFLEKSJON

Ta utgangspunkt i gruppeoppgavene og spør gruppen om de har fått nye tanker om vold. Hva gjør det med dem å tenke at vold er så mange forskjellige ting? Hvordan kjennes det å begynne å snakke om psykisk vold? Hvis de ser vold på denne måten, opplever de da seg selv som voldsutsatte? Hvordan er det? Tenker de at de selv er for eller i mot vold, eller?

AVSLUTNINGSRITUALET

Gi kompliment til gruppen for at de har vært så oppmerksomme i dag, og si at det er veldig bra at de tør å være såpass personlige. Gjenta gruppemøtets hovedtema, og fortell hva neste gruppemøte har som tema. Utfør avslutningsritualet.

TEMA 4: VOLDENS NATUR

Mål: Målet med temaet er å sette volden inn i en større sammenheng eller et system. I dette systemet blir ikke volden tilfeldig og heller ikke bare en impulsiv reaksjon. Vi ønsker å utvide gruppedeltagernes perspektiv på egen og andres vold.

Kilder: Isdal 2000, kap. ”Voldens natur”.

Prioritering: Ved kort versjon er det riktig å konsentrere seg om at volden er hierarkisk, at vold kommer ut et annet sted enn der den kommer inn. I lang versjon kan man bruke et helt gruppemøte på undertematikken ”vold er effektivt/lønnsomt”.

ÅPNINGSRUNDEN

Takk gruppen for sist gruppemøte, og gjenta nok en gang viktigheten av taushetsplikten. Dersom dere ser utvikling i åpenhet så si at dere synes denne gruppen begynner å bli skikkelig god. Be alle si litt om hvordan de har det.

INTRODUKSJON

”I dag skal vi snakke om det vi kaller **voldens natur**. Med det mener vi hva som kan være fellestrekk ved vold. For eksempel at den som utøver vold, nesten alltid er større eller sterkere enn den som blir utsatt for den. Eller det at vold faktisk er godt for utøveren.”

Under dette temaet kan det være en god ide å ta ’Diskusjonen’ i sammenheng med introduksjonen. Be deltagerne komme med innspill og egne eksempler.

BRAINSTORMING

Be gruppen assosiere fritt til ordet ”voldens natur”. Hva er det de tenker på som går igjen i det meste av vold?

VOLDENS NATUR: FELLESTREKK?	
●	*
●	*
●	*
●	*
●	*
●	*

INNLEGG

OVERHEAD 1 (i lang versjon):

VOLDENS NATUR:

VOLD SOM IDEAL (MANN?)

- FELLESTREKK
- MØNSTER
- FORHOLD MELLOM UTØVER OG OFFER
- SUBJEKTIV OPPFATNING (VOLDSUTØVER SYNES AT DET VAR ANDRES FEIL)

OVERHEAD 2:

VOLDENS NATUR

- HIERARKISK
 - SLÅR NEDOVER
 - RAMMER SJELDEN TOPPEN
 - FAMILIEHIERARKI

- EFFEKTIVT OG GODT
 - FÅR SIN VILJE
 - VIRKER
 - FYSISK ”GODT”
 - STATUS
 - ”RESPEKT”
 - HEVN
 - UTBLÅSING
 - FJERNER VONDE FØLELSER
 - FOREBYGGENDE (SKAPER FRYKT)

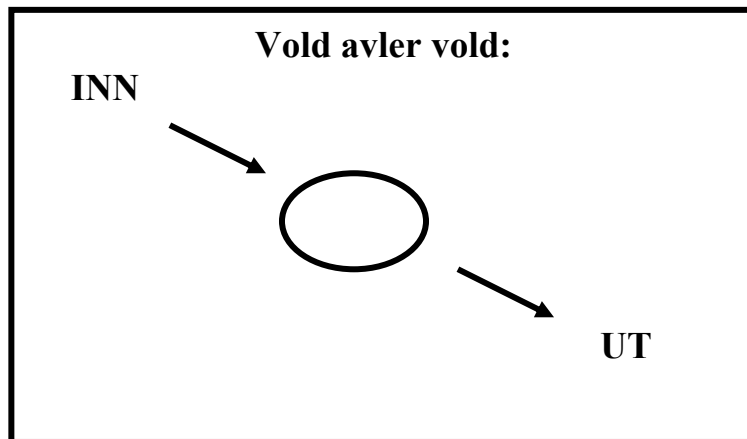
DISKUSJON

Under dette temaet kan det være bra å ta diskusjonen mens en holder på med introduksjonen. Be gruppen komme med egne eksempler eller innspill.

OPPGAVER

Oppgaven skal jobbe med temaet ”VOLD INN – VOLD UT”.
Gi en kort introduksjon om det at vold ofte kommer inn et annet sted enn der den kommer ut. (Eksempel med 2 etasje og første etasje)

OPPGAVE 1:

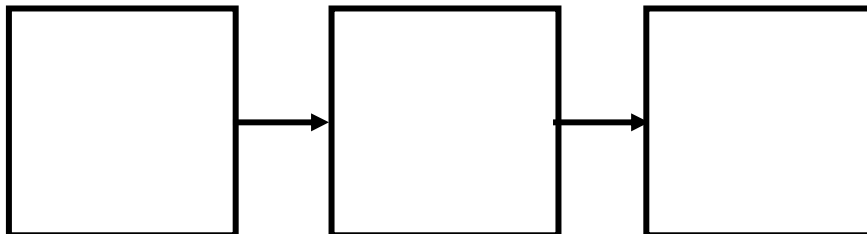


OPPGAVE 2:

Gruppedeltagerne skal finne et eksempel fra eget liv der de kan se eller tenke at volden kom inn et sted og ut et annet. Be gruppemedlemmene fylle ut firkantene med stikkord.

Inn:
KRENKELSE/ FØLELSE I
VOLD MEG

Ut:
VOLD



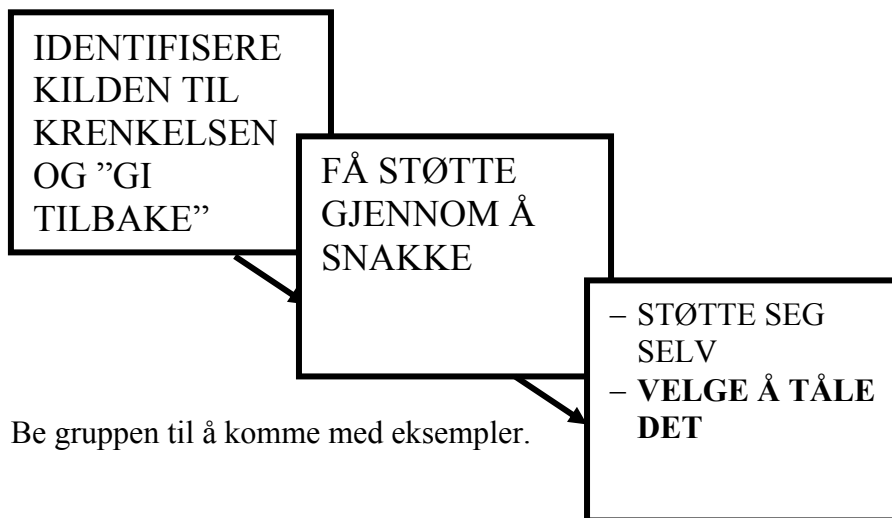
OPPGAVE 3 (for lang versjon):

Ta utgangspunkt i INN/UT metodikken: Hva er konsekvensene av å ta volden ut?

INN FØLELSE → UT → KONSEKVENNS

Få gruppedeltagerne til å tenke på et INN/UT tilfelle, og be dem identifisere alle konsekvensene at de valgte å ta ut følelsene sine i form av vold.

HVA ER ALTERNATIV TIL VOLD?



REFLEKSJON

Refleksjonen vil også være en del av oppgaveløsingen. Inviter også til alle former for refleksjoner, med for eksempel spørsmål som:

- "Er dette en ny måte å se vold på?"
- "Kan dette ha noe med dere å gjøre?"
- "Får dere noen nye tanker om vold, enten som dere har blitt utsatt for eller utøvd?"

AVSLUTNINGSRITUALET

Gjenta hva som har vært dagens tema. Minn gruppen på at vi nå har gått enda lenger inn i volden for å forstå mer av den, og at det sikkert setter i gang mange tanker. Be gruppedeltagerne ta det rolig resten av dagen, og oppfordre dem til å snakke med noen de liker å snakke med, dersom hodet blir fullt av tanker eller følelser. Utfør avslutningsritualet.

TEMA 5: VOLD ER INTELLIGENT

Mål: Målet med temaet er å bevisstgjøre gruppedeltagerne at voldsutøveren er noe mer enn en impulsiv person. Vi trekker inn hensikter/ønsker, og vi trekker inn vurdering og valg. Hvor, når og hvordan volden kommer ut, er ingen tilfeldighet.

Kilder: Isdal 2003, kap. 3.3 ”Voldens natur”.

Prioritering: Ved lang gruppe kan gruppelederne fortsette temaet, men nå begynne å trekke inn en sammenligning av vold og alternativtil-vold.

ÅPNINGSRUNDEN

Takk for sist og ønsk velkommen. Gi kompliment til gruppen for at det ikke er noen som har falt fra. Ta åpningsrunden.

INTRODUKSJON

”Dagens tema er påstanden om at ”vold er intelligent”. Det høres kanskje litt rart ut. Vi mener ikke med dette at det er lurt å bruke vold, eller at den som bruker vold ofte er klokere enn andre. Mange tenker på vold som bare dumt, eller som noe som skjer når vi helt ”mister hodet”, det vil si ikke tenker. Vold er ikke slik, det ligger alltid noen tanker i vold. Bak volden ligger det noen ønsker eller behov – det er noe vi vil. Og i situasjonen der volden kommer, gjør vi vurderinger og valg. I noen situasjoner bruker vi vold og i andre ikke. Hvorfor er det slik?”

BRAINSTORMING

Foreta en rask brainstorming rundt setningen ”vold er intelligent”:

Vold er intelligent!	
Jeg vil noe:	Vurdering/valg:

INNLEGG

OVERHEAD 1:

VOLD ER INTELLIGENT:

- IKKE TILFELDIG ELLER UTEN MÅL OG MENING.
- VURDERINGER OG AVVEIINGER – ET ØNSKET MÅL OG VALG AV
- VIRKEMIDLER FOR Å OPPNÅ MÅLET.
- VURDERING AV SITUASJONEN
 - MULIGHETER
 - RISIKO
 - STYRKEFORHOLD
 - FLUKTMULIGHET.
- VOLD ER BEGRENSET AV TID, STED, UTØVELSE OG ODDS.

OVERHEAD 2:

VOLD INNEHOLDER TO ELEMENTER:

- FØLELSER
 - AVMAKT, REDSEL, KRENKETHET, SINNE, HAT, BEHOV FOR HEVN, HJELPESLØSHET, SMERTE, SORG
- FORNUFT
 - STYRING, VURDERING OG VALG

DISKUSJON

Gruppeleder skal prøve å gjøre diskusjonen personlig relevant. Alle innspill og refleksjoner skal mottas positivt.

Jobb med å få til en prosess. Spør for eksempel:

- ”Er det andre som tenker på samme måten?”
- ”Er det flere i gruppen som kjenner seg igjen?”
- ”Er det noen som har andre tanker enn dette?”

OPPGAVER

OPPGAVE 1:

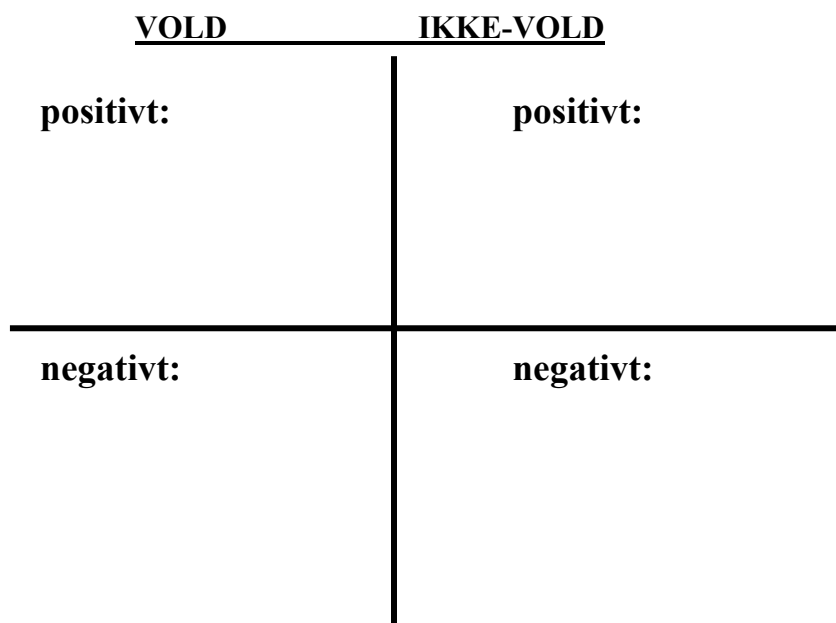
ANALYSE AV EGEN VOLD:

- 1 Finn fram til en voldsepisode (der du utøvde) fra eget liv og analyser denne.
- 2 Identifiser alle følelsene som lå bak volden:
 -
 -
 -
 -
- a) Hva var målet med volden?
 -
 -
 -
- b) Hvilke vurderinger gjorde du i situasjonen?
 -
 -
 -
 -

OPPGAVE 2:

KONSEKVENSENE AV VOLD:

- 1 TA UTGANGSPUNKT I EN EGEN VOLDSEPISEDE.
- 2 FINN POSITIVE OG NEGATIVE KONSEKVENSER AV DET Å BRUKE VOLD I DENNE SITUASJONEN.
- 3 FINN POSITIVE OG NEGATIVE KONSEKVENSER AV Å VELGE Å IKKE BRUKE VOLD I DENNE SITUASJONEN.



REFLEKSJON

La en åpen samtale, om det dere har vært gjennom, danne utgangspunkt for refleksjon. Vær spesielt interessert i om gruppedeltagerne får nye tanker, eller tenker annerledes om noe som har skjedd tidligere.

AVSLUTNINGSRITUALET

Gjenta hva som var dagens hovedtema, og fortell gruppen hva som er tema neste gang. Si til gruppen at de er åpne og modige og at det er så flott med det engasjementet de har. ”Nå jobber vi faktisk med ganske vanskelige ting”.

Utfør avslutningsritualet.

TEMA 6: HVA ER ÅRSAKENE TIL VOLD?

Mål: målet er å øke bevisstheten om vold, både volden i samfunnet og den i eget liv. I denne sammenheng sees volden fra flere dimensjoner; samfunn og levekår, kultur, personlig historie og tradisjon. Temaet skal gi nye tanker om vold, og dermed også om ikke-vold.

Kilder: Isdal 2003, aviskronikker, sosiologisk og kriminologisk grunnlitteratur.

Prioritering: Fattigdoms- og voldsarvaspektet prioriteres. I lang versjon foreslås det å ha et eget gruppemøte om avmakt.

ÅPNINGSRUNDEN

Start gruppen med å ønske velkommen, og fortell at vi i dag skal se på vold ut fra et større perspektiv; nemlig hva årsakene til vold i samfunnet er. Fortell nok en gang gruppen at den jobber kjempebra (dersom den gjør det). Ta runden, og prøv å få alle til å være ”korte”.

INTRODUKSJON

”I dag skal vi snakke om årsakene til vold. Det kan sikkert være veldig mange forskjellige årsaker til vold. Vold er komplisert. Vi skal se på vold ut fra et større perspektiv, og prøve å forstå de viktigste årsakene til volden som finnes i denne verden.”

BRAINSTORMING

Bruk Flippover og be gruppen komme med forslag:



INNLEGG

PÅ FLIPPOVER:

TO HOVEDÅRSAKER:

- FATTIGDOM
- TIDLIGERE UTSATT FOR VOLD

ANDRE ÅRSAKER:

- KULTUR
 - HEVNKULTUR
 - VÅPENKULTUR (USA VS. CANADA)
 - MACHOKULTUR
- AVMAKT
 - KOMME TIL KORT
 - URETTFERDIGHET
 - IKKE SE ALTERNATIVER
 - MANGLE SPRÅK
 - HA DET VANSKELIG
 - DÅRLIG SELVFØLELSE

DISKUSJON

I dette temaet er det mye å gripe fatt i. Følg det gruppen er interessert i, men prøv også å la den røde tråden være ”urettferdighet og tradisjon skaper vold”. Kom videre inn på hvorfor fattigdom gjør noen voldelige, men ikke andre.

OPPGAVER

Oppgaven skal gjøre temaet personlig relevant. Vi foreslår to mulige oppgaver:

OPPGAVE 1:

ÅRSAKER TIL VOLD – vår gruppe:

- 1 Se på listen på veggen over de ulike årsaker til vold.
- 2 Velg ut de tre punktene som du synes passer best som årsaker eller delårsaker til din egen voldsbruk.
 - a)
 - b)
 - c)
- 3 Lag en felles liste over gruppens årsaker til vold ut ifra alles svar:

OPPGAVE 2:

Brainstorming i fellesskap:

ÅRSAKER TIL VOLD OG SAMMENHENGER – FINNES DET ALTERNATIVER TIL VOLD?

Makt skaper avmakt, for eksempel kan fattigdom og andres økonomiske makt føre til avmakt.

Avmakt kan føre til vold.

Finnes det alternativer?

- 1 Ta utgangspunkt i at forskjeller og urettferdighet skaper følelser.
- 2 Sett inn i boksen hva dere tror disse forholdene gjør med mennesker rent følelsesmessig.
- 3 Hva kan disse følelsene komme ut som? Her er det en boks for destruktive/selvdestruktive handlinger og en boks for alternative, konstruktive muligheter.

INN:

Forskjeller:

- rik – **fattig**
- utdanning – **ulærd**
- **raseforskjeller**
- **kaster og klasseforskjeller**
- lovlydig - **kriminell**



FØLELSER/RESULTAT:

-

-

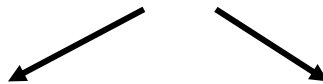
-

-

-



UT (mestring):



DESTRUKTIVT:

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

ALTERNATIVT:

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

REFLEKSJON

Oppgavene er i seg selv reflekterende. Som en avsluttende refleksjon kan gruppeleder spørre gruppen om de gjennom dette har fått noen nye tanker om vold, eller om de ser andre sider ved sin egen vold som de ikke tidligere har tenkt så mye på.

AVSLUTNINGSRITUALET

Gjenta dagens tema og fortell om tema for neste gang. Takk gruppen for en aktiv diskusjon, og si at det er flott at gruppedeltagerne føler seg frie til å komme med sine egne meninger og tanker. Utfør avslutningsritualet.

TEMA 7: HVORDAN STYRE ATFERD?

Mål: Målet med temaet er å gi gruppedeltagerne tanker, ideer og motivasjon til å finne muligheter til alternativer til vold. Målet er også å tydeliggjøre at den som utøver volden styrer sine egne handlinger, eller velger å la være å styre dem. En viktig innsikt er at atferd påvirker følelser. For eksempel er det slik at når en er sint kan en begynne å rope; men like mye er det slik at når en begynner å rope, så hisser en seg selv mer opp og blir mer sint. Målet blir at gruppedeltagerne begynner å se at de gjennom å styre sin atferd også kan styre sine følelser.

Mange som utøver vold, har ikke tenkt på at de kan involvere seg i en situasjon, trekke seg ut av den, eller rett og slett la være å reagere. Temaet tar sikte på å diskutere slike oppfattelser i gruppen.

Målet med temaet er også å bevisstgjøre gruppedeltagerne på at de allerede har mye erfaring med å styre handlinger, og å at de skal bli mer bevisst hvordan de selv gjør det.

Kilder: Isdal 2000, kap. 5, selvhjelpslitteratur.

Progresjon: Kort versjon har en oppgave om vold og alternativer. I lang versjon legges hovedvekten på en ny oppgave, som er en videreføring av den første.

ÅPNINGSRUNDEN

Som vanlig. Minn gruppen på at det er kjempefint at de har tatt opp vanskelige situasjoner i åpningsrunden, og at dere kan ta opp igjen noen av disse situasjonene nå som gruppen begynner å jobbe med alternativer til vold.

INTRODUKSJON

Introduser dagens tema kort: Hvordan kan vi styre handlinger eller atferd, og hva kan være gode alternativer til vold.

BRAINSTORMING

Bruk flippover og oppfordre gruppen til å komme med alle mulige slags forslag til andre handlinger enn vold:

JEG BLIR VELDIG PROVOSERT – HVA GJØR JEG?:

-
-
-
-
-
-
-
-
-

INNLEGG

OVERHEAD 1:

HVORDAN STYRE ATFERD?

VOLDSATFERD HAR TRE ELEMENTER:

- HANDLINGER
- TANKER
- FØLELSER

DISSE TRE PÅVIRKER HVERANDRE GJENSIDIG.
FOR EKSEMPEL HVIS JEG TENKER AGGRESSIVE TANKER,
SÅ FØLER JEG MER AGGRESJON. ET ANNET EKSEMPEL ER
HVIS JEG ROPER OG SKRIKER, SÅ ØKER
AGGRESJONSFØLELSEN.

OVERHEAD 2:

HVORDAN STYRE ATFERD?



DISKUSJON

Diskuter overheadene: Spør om noen i gruppen har andre tanker. Hva er det de gjør istedenfor, når de klarer å la være å bruke vold i situasjoner der de føler seg provosert eller krenket?

OPPGAVER

OPPGAVE 1:

ANALYSE AV VOLDSSITUASJON:

- 1 Ta utgangspunkt i en situasjon der du følte deg krenket/provosert.
- 2 Identifiser krenkelsen.
- 3 Hva slags følelser fikk du?
- 4 Hva ønsket du å oppnå/prøvde du å få til?
- 5 Hva gjorde du?
- 6 Hva ble konsekvensene av din handling i ettertid?
- 7 Hvordan ble konsekvensene i forhold til det du ønsket?

Krenkelsen:

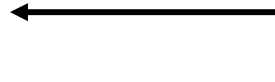
-
-
-

Følelsen (alle):

-
-
-

Mål/motiv (hva ønsker jeg å få til):

-
-



?

Min handling:

-
-
-

Resultat/konsekvens:

-
-
-



OPPGAVE 2:

Felles brainstorming:

Gandhi var en gjennomført ikke-voldelig mann. Hvordan fikk han til det?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

REFLEKSJON

Diskuter det dere kom frem til i øvelsen.

Kom tilbake til spørsmålet: Hva har fungert som alternativ for dem?

Sett i gang en prosess i gruppen ved å spørre om noen har samme erfaring, og om noen har andre erfaringer. Spør gruppen om de tror at man må ville ikke-vold for å få til å styre atferd.

AVSLUTNINGSRITUALET

Gjenta dagens hovedtema og fortell om neste tema. Si at dere nå har begynt å jobbe mer med det som kan kalles alternativer til vold. Gi gruppemedlemmene komplimenter for åpenhet og villighet til å dele personlige erfaringer. Fremhev spesielt at det også kan brukes eksempler fra egen hverdag (for eksempel situasjoner i fengselet). Avslutningsritualet.

TEMA 8: HVORDAN STYRE TANKER?

Mål: Målet med temaet er å bevisstgjøre hvor viktig det vi tenker og hvordan vi tenker er for det vi gjør. Vi vil skape en større nysgjerrighet rundt hva den enkelte tenker rett forut for og i det han bruker vold eller ikke-vold.

Kilder: Isdal 2000, eksempler/teori fra NY START og SINNEMESTRING

Progresjon: Legg mer vekt på øvelsesdelen i lang versjon.

ÅPNINGSRUNDEN

Ønsk velkommen og takk for sist. Fortell gruppen at den delen av studiet de er inne i nå, er svært krevende og avansert, og at de alle gjør en god jobb. Ta runden.

INTRODUKSJON

Presenter dagens tema kort. Fortell gruppen at de i dag skal jobbe med tanker, hva tanker har å si for om en bruker vold eller ikke, og med hvordan man kan styre tanker.

BRAINSTORMING

Bruk flippover til brainstormingen.

**HVORDAN TENKER
JEG I SITUASJONER
DER JEG BLIR
VOLDELIG?**

INNLEGG

OVERHEAD 1:

HVORDAN STYRE TANKER?

”JEG TENKER IKKE, JEG BARE SLÅR!”

- NOEN TROR AT DE IKKE TENKER.
- NOEN LEGGER IKKE MERKE TIL TANKENE SINE.
- MANGE STOPPER IKKE OPP LITT OG TENKER:
 - HVA ER DET JEG REAGERER PÅ?
 - HVORDAN KAN JEG TOLKE DET SOM SKJER?
 - HVA VIL JEG?
 - HVILKE ALTERNATIVER HAR JEG?
 - HVA VIL SKJE DERSOM JEG VELGER PLAN A?
- TANKER PÅVIRKER OG STYRER FØLELSER.
- STOPP – TENK – HANDLE.
- ”SPØR FØRST OG GRAV SIDEN”.

OVERHEAD 2:

TANKER ER EN VIKTIG DEL AV EN PROSESS!

A – B – C: TANKER – FØLELSER – HANDLINGER

ANDRES HANDLINGER

EKSEMPEL:

AVSLAG PÅ SØKNAD

A. TANKER/TOLKNINGER

ALT. 1: SYSTEMET HATER MEG OG KOMMER DERFOR TIL Å GI AVSLAG PÅ ALT JEG SØKER OM - DE VIL AT JEG SKAL HA DET JÆVLIG.

ALT. 2: SYSTEMET ER VELDIG STRENGT, MEN JEG SKAL FORTSETTE Å PRØVE.

B. FØLELSER

ALT. 1: RASERI OG HEVNLYST.

ALT 2: LITT SKUFFET MEN SER MULIGHETER.

C. HANDLINGER

ALT 1:” KNUSER” CELLA.

ALT 2: SKAFFER LITT STØTTE, BEGYNNER PÅ NY SØKNAD.

D. KONSEKVENSER?

DISKUSJON

Diskusjonen under dette temaet er best å ta parallelt med innlegget. Inviter gruppen til å komme med innspill eller synspunkter underveis. Hvordan ser de selv på tankene sine når de blir aggressive? Har de måter å tenke på som gjør dem sintere?

OPPGAVER

OPPGAVE 1:

TANKER - FØLELSER – HANDLINGER:

1. Finn en situasjon der du reagerte aggressivt/voldelig.
2. Foreta en A-B-C analyse.

- Det som ”provoserte” meg:

TANKER (Hvordan tolket jeg det som skjedde, hva tenkte jeg om det?):

-
-
-

FØLELSER (Hva fikk tankene meg til å føle?):

-
-
-

HANDLINGER (Hva fikk de følelsene meg til å gjøre?):

-
-
-

KONSEKVENSER (Hvilke konsekvenser fikk handlingene, og hvor fornøyd ble jeg med dette?):

-
-
-

OPPGAVE 2:

ALTERNATIVE TANKER:

1. FINN FRAM EN EPISODE SOM VEKKET FØLELSER:

2. FINN FIRE TANKER SOM KUNNE GJORT DEG MER SINT:
 - A.
 - B.
 - C.
 - D.

3. FINN FIRE TANKER SOM KUNNE GJORT DEG MINDRE SINT:
 - A.
 - B.
 - C.
 - D.

REFLEKSJON

Dette temaet har daglig relevans. Vi opplever hele tiden små og store hendelser som aktiverer eller provoserer oss. Refleksjonen her bør derfor gå på å spørre gruppen om de kjenner igjen dette i dagliglivet. Her kan også gruppeleder komme tilbake til hendelser som gruppedeltagerne tidligere har fortalt om, for eksempel:

- ”Husker du den hendelsen på vaskeriet, hvilke tanker hadde du der?”
- ”Alle husker det Arild fortalte fra treningsrommet. Hva kunne han ha tenkt den gangen istedenfor?”

AVSLUTNINGSRITUALET

Takk for dagens gruppe, gjenta hovedtemaet og si hva dere skal jobbe med neste gang. Ros gruppen for at de så frimodig ser på og analyserer egne tanker. Ritualet.

TEMA 9: HVORDAN STYRE FØLELSER?

Mål: Målet med temaet er å gi et bilde av hvor viktig følelser er, og å bevisstgjøre deltagerne at følelser kan påvirkes. Målet er også nå å begynne å trekke inn perspektivet til de som utsettes for vold.

Kilder: Isdal 2003, kap. 9. Grunnbøker i psykologi. Temaoppslag i aviser/ukeblader.

Progresjon: Kort versjon legger hovedvekt på det enkle. Lang versjon bruker mer utdypende øvelser og diskusjoner.

ÅPNINGSRUNDEN

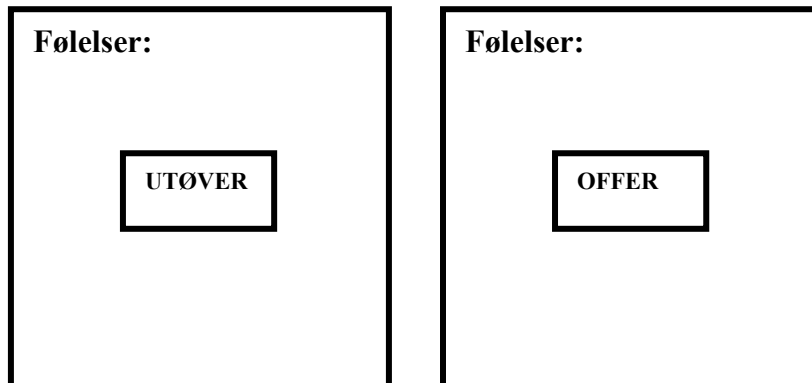
Ønsk velkommen og introduser dagens tema. Ta åpningsrunden.

INTRODUKSJON

Kort introduksjon: ”I dag er temaet følelser og hvordan vi kan styre følelser. Følelser kan være så mye, og i vold er det ofte mange følelser involvert. Hvis jeg sier følelser og vold, hva tenker dere på da? Vi skal gjøre en brainstorming med to forskjellige utgangspunkt: Følelsene til den som utøver vold, og følelsene hos den som blir utsatt for vold.”

BRAINSTORMING

Bruk flippover:



INNLEGG

OVERHEAD 1:

FØLELSER:

- ALLTID TIL STEDE
- SIGNALER SOM FORTELLER OSS HVA SOM SKJER
- HVA SKJER HVIS VI IKKE HAR FØLELSER?
(FOR EKSEMPEL: SMERTEFØLELSE)
- PÅVIRKER ATFERD (VI HANDLER ETTER VÅRE FØLELSER)
- VÅRT FORHOLD TIL FØLELSER ER **LÆRT**
- FØLELSESPROBLEMER FINNES I 4 VARIANTER:
 - VANSKER MED Å **OPPFATTE** FØLELSER
 - VANSKER MED Å **FORSTÅ** FØLELSER
(HVILKEN FØLELSE ER DET?)
 - VANSKER MED Å **TÅLE** FØLELSER
 - VANSKER MED Å **UTTRYKKE** FØLELSER
- MANNSROLLE OG FØLELSER

OVERHEAD 2:

4 GRUNNFØLELSER:

- SINNE
- GLEDE
- REDSEL
- SORG

OVERHEAD 3

STYRING AV FØLELSER:

1. STOPP OPP
2. HVA FØLER JEG?
3. HVOR STERKT FØLER JEG DET?
4. SELVBEROLIGELSE, PUST, BAKKEKONTAKT
5. SETTE ORD PÅ/DELE MED NOEN

DISKUSJON

Inviter gruppen til å diskutere hva følelser betyr for volden. Hvilket forhold har de til følelser?

Spør om hva de tenker om mannsrollen og følelser.

OPPGAVER

OPPGAVE 1:

FØLELSER OG VOLD

1. FINN FRAM EN SITUASJON DER DU UTØVDE VOLD.
2. VANLIGVIS SER VI BARE SINNE NÅR VI TENKER PÅ VOLDEN, MEN HVIS VI LEter, FINNER VI MANGE ANDRE FØLELSER OGSÅ. FINN SÅ MANGE FØLELSER DERE KAN:

FØLELSER FØR SELVE VOLDSUTØVELSEN:

-
-
-
-

FØLELSER UNDER SELVE VOLDSUTØVELSEN:

-
-
-
-

FØLELSER ETTER VOLDSUTØVELSEN:

-
-
-
-

OPPGAVE 2:

MITT FORHOLD TIL FØLELSER:

HVA SYNES JEG OM Å HA OG VISE FØLELSER?
(finn en læresetning eller regel)

SINNE:

GLEDE:

REDSEL:

TRIST/LEI MEG:

STOLT:

HJELPESLØS:

HAT:

REFLEKSJON

Refleksjonen bør prøve å utfordre gruppemedlemmene på hvordan deres forhold til følelser virker inn på deres liv. Spør gruppemedlemmene om hvilke alternativer som finnes når de har vanskelige følelser. Gi enorm støtte til alle som sier at følelser er vanskelig for dem, og spør om andre kjenner seg igjen.

AVSLUTNINGSRITUALET

Fortell gruppen at følelser er noe av det vanskeligste å skulle snakke om. Framhev gruppemedlemmenes mot i det å snakke om hvor vanskelig følelser er; si at de er sterke og modige menn. Framhev at det er viktig å sette ord på følelsene sine fordi det å skjule og benekte følelser, kan føre til vold.

Fortell gruppen om temaet for neste gang, og utfør avslutningsritualet.

TEMA 10: VIRKNINGENE AV VOLD

Mål: Målet med temaet er å øke gruppedeltagernes forståelse av og bevissthet om hva vold gjør med andre. Hvordan oppleves volden for den som utsettes for den, og for menneskene rundt den personen? Deltagerne skal prøve å ta inn over seg i større grad hvor skadelig, krenkende og angstskapende vold er. Gjennom å se volden fra offerets side, kan den som utøver volden, utvikle empati. Målet er også å bruke egne erfaringer som voldsoffer for å forstå voldens virkninger bedre.

Kilde: Isdal 2000, kap. 6, annen litteratur om vold, selvhjelpsbøker og -hefter.

Progresjon: I kort versjon legges hovedvekten på å tenke rundt voldens effekt på andre. I lang versjon bør vekten legges på tydeliggjøring og læring av egne erfaringer som voldsutøver.

ÅPNINGSRUNDEN

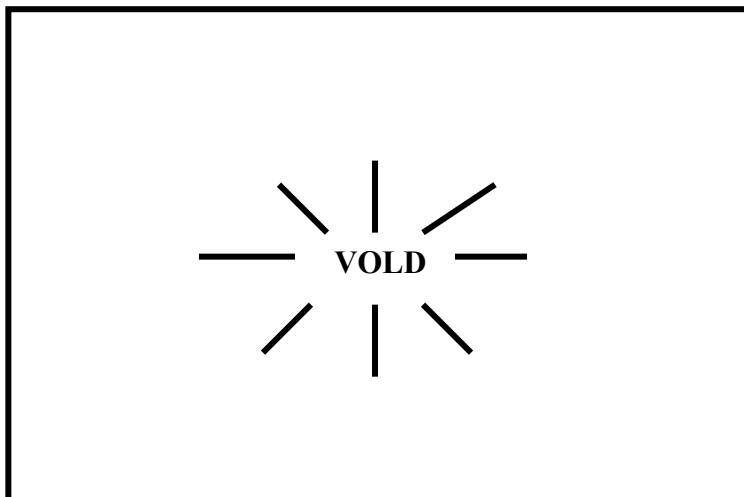
Ønsk velkommen til gruppen og fortell gruppen at de nå er kommet langt, og at det er sterkt å se den motivasjonen og den innsatsen de har, selv om arbeidet i gruppen blir mer og mer personlig. Ta runden.

INTRODUKSJON

”I dag er temaet virkningen av vold eller hva det gjør med mennesker å bli utsatt for vold. Vi tenker ofte at vold kanskje ikke gjør så mye med mennesker, men i dag skal vi studere mye nærmere hva volden faktisk gjør.”

BRAINSTORMING

Be gruppen brainstorme rundt hva vold gjør med den som utsettes for den. Oppfordre gruppen til å komme opp med all slags mulig virkninger. Bruk flippover:



INNLEGG

OVERHEAD 1:

VIRKNINGENE AV VOLD:

VOLD ER VONDT!

- PÅ KORT SIKT/PÅ LANG SIKT
- STERKERE OPPLEVELSE (UTØVERENS SINNE BEDØVER HAM, FRYKT FORSTERKER OPPLEVELSEN)
 - SMERTE
 - FRYKT/ANGST
 - SJOKK/OVERVELDELSE
 - TRAUME
 - LITENHET/HJELPELØSHET/AVMAKT
 - URETTFERDIGHETSFØLELSE
 - KRENKELSE
 - HAT, BITTERHET OG SINNE
 - BLIR REDD PERSON
 - BLI USIKKER OG SKEPTISK
 - BLI UNDERKASTENDE
 - BLI AGGRESSIV PERSON

OVERHEAD 2:

VIRKNINGER AV VOLD:

UTØVER tror at volden virker positivt

- Utøver lærer ("unger trenger litt juling")
- Virkningen positiv for utøver
- Virkningen positiv når man ikke "ser" offeret
- Virkning positiv når man ikke ser risikoen (straff, tap og fordømmelse)

OFFER:

- NEGATIV EFFEKT
- LÆRER IKKE (BLIR BARE REDD ELLER MOTVILLIG)
- VOLD AVLER VOLD

DISKUSJON

Inviter til diskusjon ut fra overheadene. Spør gruppen om deres erfaringer: Hvordan har vold virket på dem, hvordan har de opplevd å bli utsatt for vold? Hva gjorde volden med dem? Er det forskjellige virkninger av vold? Er det lov å si at vold virker skadelig for menn?

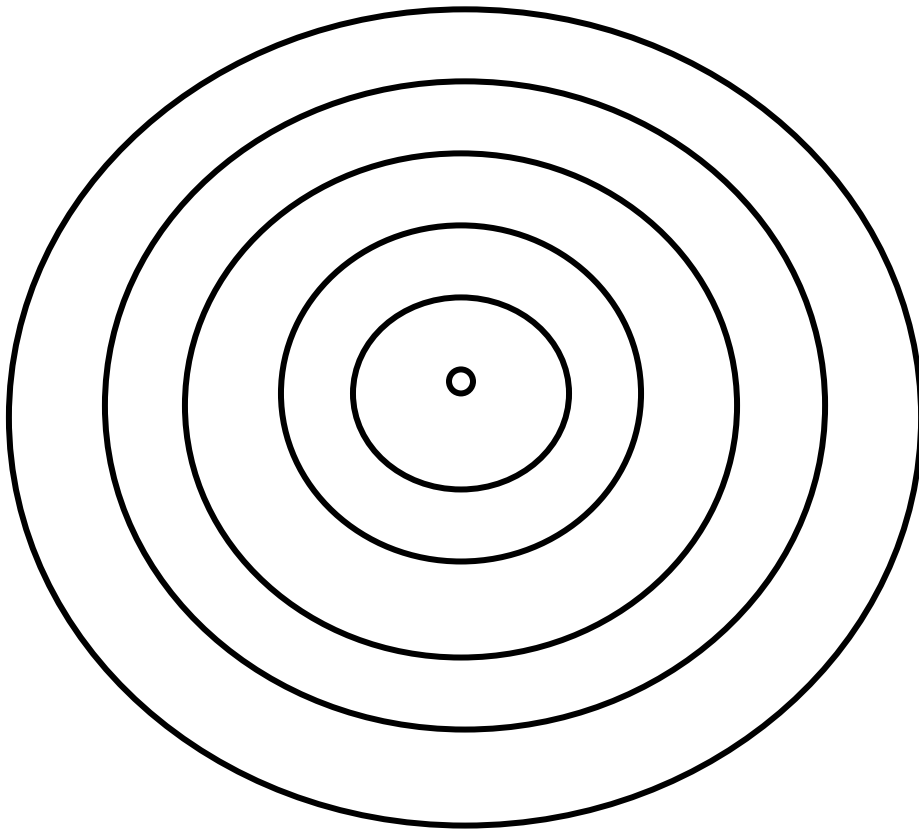
OPPGAVER

OPPGAVE 1:

VIRKNINGENE AV VOLD

VOLDENS RINGVIRKNINGER – VIRKER PÅ MER ENN BARE DEN VOLDEN GÅR DIREKTE UT OVER:

1. Finn et tilfelle der du selv brukte alvorlig vold.
2. Sett opp alle de du tenker blir påvirket av volden etter hvor nær de står volden (du selv og volden er sentrum).
3. Skriv gjerne noen korte kommentarer på hver "aktør".



OPPGAVE 2:

HVA SKJER MED ET BARN SOM **BLIR BEHANDLET MED VOLD?**

- FYSISK?
- PSYKISK?
- SEKSUELT?

FØLELSER:

TILLIT TIL ANDRE:

KONSENTRASJON:

SELVTILLIT:

HOLDNING TIL VOLD:

HOLDNING TIL
FEIL/SVAKHET:

DET Å STOLE PÅ ANDRE/NÆRHET:

REFLEKSJON

Reflekter ut fra øvelsene. Spør etter gjenkjennelse, og spør ikke minst etter før/nå refleksjon:

- ”Hvordan tenkte dere om vold før?”
- ”Hva slags tanker hadde dere om offeret?”
- ”Hvis dere tenker at det vi har kommet fram til i øvelsen, er riktig, får dere da andre tanker om de som dere brukte vold mot?”
- ”Tror dere at det å tenke annerledes om hvordan volden var for dere, kan hjelpe dere til å forstå dere selv bedre?”
- ”Kan dere kjenne dere igjen i det de andre sier?”
- ”Har dere noen tanker om hvorfor det er vanlig å ikke tenke at vold har så store ringvirkninger, eller har dere noen tanker om hvorfor det er vanlig å ikke kjenne så mye etter når det gjelder dette”?

AVSLUTNINGSRITUALET

Gjenta dagens hovedtema og takk gruppen for innsatsen. Framhev at det er flott at de kan sitte i gruppe og virkelig snakke om hva vold gjør med folk. Si at det er sterkt at de kan snakke om seg selv som ofre og sin smerte. Ritualet

TEMA 11: Å VÆRE VITNE TIL VOLD

Mål: Målet er en ytterligere bevisstgjøring av voldens virkninger gjennom å fokusere spesifikt på hva det gjør med mennesker å være vitne til vold. Vi ønsker å skape en større forståelse av at vitnet også blir offer for volden. Et sentralt område i bevisstgjøringen er hva det gjør med barn å være vitne til vold i egen familie. Et viktig mål med temaet er å sette ord på og dele personlige erfaringer som vitner til vold.

Kilder: Isdal 2000, kap. 6.

Progresjon: I kort versjon legges hovedvekten på det generelle, i lang versjon prioriteres barneperspektivet og personlige erfaringer.

ÅPNINGSRUNDEN

Ønsk velkommen og takk for sist. Ta runden.

INTRODUKSJON

”I dag skal vi snakke om det å være vitne til vold, eller hvordan det virker på mennesker å bli vitne til voldshendelser. Noen ganger er avstanden stor når vi er vitner, vi ser for eksempel et TV-innslag om krigshandlinger i Afghanistan. Andre ganger er avstanden kort, for eksempel når et barn blir vitne til at pappa mishandler mamma. Hva gjør det med mennesker å bli vitne til vold?”

BRAINSTORMING

Gruppen har en brainstorming på hva det kan være å bli vitne til vold. Vi ber gruppen komme med både personlige eksempler og eksempler i forhold til andre (som barn i krig).

<u>EKSEMPLER MEG SELV:</u>	<u>EKSEMPLER ANDRE:</u>
VITNE TIL VOLD	

INNLEGG

OVERHEAD 1:

Å VÆRE VITNE TIL VOLD:

- SE, HØRE, SKJØNNE, OPPLEVE KONSEKVENSENSENE
- REDSEL OG TRAUME
- HJELPESLØSHET OG AVMAKT
- SKAM: "JEG GREP IKKE INN"
- SKYLD: "JEG DELTOK I VOLDEN, VAR TILSKUER"
- SORG: "NOEN JEG ER GLAD I, BLE SKADET"
- SINNE: "DET VAR FEIGT OG URETTFERDIG"

OVERHEAD 2:

VITNET: VOLD AVLER VOLD

- VITNET TIL VOLD (SPESIELT I EGEN FAMILIE)
BLIR MER AGGRESSIVE OG VOLDELIGE ENN
ANDRE
- LÆRING: LÆRER AV MODELLER
- RELASJONSLÆRING: SLIK ER ET
KJÆRLIGHETSFORHOLD
- USIKKERHET PÅ ANDRE
- REDSEL FOR KONFLIKT
- LÆRER Å IKKE HA MEDFØLELSE

DISKUSJON

Prøv å gjøre diskusjonen personlig. Hva slags erfaringer har gruppen? Har de andre opplevelser av det å være vitne til vold. Har noen av dem noen helt spesielle opplevelser når det gjelder å være vitne til vold? Når de blir vitne til en voldsepisode i hverdagen (for eksempel i fengsel), hvordan virker det inn på dem? Har de noen gang opplevd glede ved å være vitne til vold, og hva tenker de om det?

OPPGAVER

OPPGAVE 1:

MINE PERSONLIGE ERFARINGER MED Å VÆRE VITNE TIL VOLD:

Finn eksempler på personlige erfaringer fra barndom, ungdomstid og voksenliv der du har blitt vitne til vold (minst et eksempel på hvert punkt). Lag noen kommentarer på hva det gjorde med deg:

1. BARNDOM:

-
-

HVA DET GJORDE MED MEG:

-
-

2. UNGDOMSTID:

-
-

HVA DET GJORDE MED MEG:

-
-

3. VOKSENLIV:

-
-

HVA DET GJORDE MED MEG:

-
-

OPPGAVE 2:

VITNET SOM LÆREMESTER:

1. Tenk deg at du er vitne til vold og at du med din erfaring skal få voldsutøveren til å skjønne noe av det volden hans gjør med andre.
2. Lag tre setninger som du vil at voldsutøveren skal skjønne:

A: voldsutøveren skal vite at.....

B: voldsutøveren skal vite at.....

C: voldsutøveren skal vite at.....

REFLEKSJON

Heng gjerne løsningene på oppgaven(e) opp på veggen og bruk disse som utgangspunkt for refleksjon. Få gruppen til å reflektere rundt hvordan det vi har snakket om i dag, er noe de har tenkt før. Som voldsutøvere, hva gjør det med dem å tenke på vitnene til vold. Har det å snakke om det å være vitne til vold, fått de til å tenke nye ting om hvorfor de selv har fått voldsproblemer? Hva gjør det egentlig med et barn å være vitne til vold?

AVSLUTNINGSRITUALET

Takk gruppen for en flott og modig innsats. Gruppen er nå inne i en veldig personlig og krevende del. Alle gruppemedlemmer må være klar over at dette er vanskelig og at de nå gjør ting, tenker tanker og merker følelser som mange ikke ville tort eller orket å gå inn i. Minn gruppen om tema for neste gruppemøte, og utfør avslutningsritualet.

TEMA 12: HVA GJØR VOLDEN MED UTØVEREN?

Mål: Målet med dette temaet er en økt bevisstgjøring rundt hva volden gjør med utøveren på lang sikt. Et vanlig trekk ved voldsutøvelse er nettopp at man ikke reflekterer over hvordan volden påvirker en selv. Gjennom å ha flere tanker om voldens virkning, vil voldsutøvelse over tid i større grad bli et faktisk valg: ”Jeg velger vold, selv om jeg er klar over at den ødelegger meg, min selvfølelse og mitt liv.”

Kilder: Isdal 2000, kap. 6. og 8.

Progresjon: I kort versjon jobber vi med generelle virkninger, mens i lang versjon kan gruppeledere for eksempel ta utgangspunkt i den voldsutøvelsen gruppedeltagerne ble dømt for sist.

ÅPNINGSRUNDEN

Takk for sist og gi gruppen komplimenter nok en gang for innsatsen. Ta åpningsrunden.

INTRODUKSJON

”I dag er temaet hva volden gjør med utøveren. Vår påstand vil være at volden også rammer utøveren. Mange som utøver vold har i liten grad virkelig tatt inn over seg hva volden har gjort med dem og deres liv. Det er kanskje også vanskelig å ta inn over seg at volden er skadelig. Det er lettere å enten fortrenge dette eller å tviholde på at volden var berettiget og andres skyld. I dag skal vi se nærmere på hva volden faktisk har gjort med deg som voldsutøver?”

BRAINSTORMING

Be gruppen brainstorme ut fra egen erfaring over ”Hva fører voldsutøvelse til for voldsutøveren på lang sikt?” Bruk flippover



INNLEGG

OVERHEAD 1:

HVA SKJER MED VOLDSUTØVEREN?

- KONSEKVENNS FOR EGET LIV: STRAFF
- TAP: ANDRES TILLIT, ANDRES TRYGGHET, JOBB (UTESTENGELSE FRA DELER AV ARBEIDSLIVET)
- ANDRES BILDE AV MEG
- NOEN JEG ER GLAD I FÅR DET VONDT
- SKAM OG SKYLD
- ANGER
- SELVFØLELSE
- ØKT SINNE – ØKT VOLD
- REDD FOR MEG SELV OG HVA JEG KAN GJØRE
- STIGMA (MERKELAPP)
- FORVENTNING OM AT JEG ER FARLIG
- POSITIVE EFFEKTER

OVERHEAD 2:

HVILKE KONSEKVENSER FIKK SISTE VOLDSUTØVELSE?

- MIN FRIHET
- MINE FØLELSER
- ANDRES FØLELSER FOR MEG
- MIN FRAMTID

DISKUSJON

Inviter til en åpen diskusjon rundt hva volden gjør med utøveren. Har de andre erfaringer enn de som er nevnt? Har de tenkt mye igjennom hva vold har gjort med dem selv? Legg spesielt vekt på hva de gjør med slike tanker; har de noen steder å diskutere slike tanker? Hva hadde skjedd hvis de hadde begynt å formidle slike tanker i det miljøet der de befinner seg?

OPPGAVER

OPPGAVE 1:

KONSEKVENSER FOR EGET LIV:

1. Tenk gjennom den volden du selv har utøvd gjennom livet
2. Gi noen kommentarer i hver boks ut fra spørsmålet: "HVA HAR VOLDEN GJORT MED MEG?"

A. MIN FRIHET

B. MIN FAMILIE

C. MIN SELVFØLELSE

D. HVORDAN JEG HAR DET

E. MIN FRAMTID

F. MITT RYKTE

G. JOBB OG RUS

OPPGAVE 2:

**VOLD OG RUS: HVORDAN VOLD HAR FØRT TIL
RUS I MITT LIV:**

- a. Tenk gjennom sammenhengen mellom vold og rusbruk i eget liv.
- b. Finn tre grunner til at volden i ditt liv har ført til mer rus:

GRUNN 1:

GRUNN 2:

GRUNN 3:

OPPGAVE 3:

MIN SISTE VOLDSEPISE:

1. Ta utgangspunkt i din siste voldsepisode – den du ble dømt for.
2. Skriv ned så mange konsekvenser av den som mulig:

-
-
-

REFLEKSJON

I denne refleksjonen er både forskjeller og likheter i gruppen viktig. Stimuler til refleksjon ved å spørre om for eksempel:

- ”Er det flere som har opplevd det samme?”
- ”Er det noen som har andre opplevelser?”
- ”Hvordan var akkurat det for deg?”

og videre:

- ”Er dette noe dere har snakket mye om før?”
- ”Hvorfor ikke det?”
- ”Hvem kunne dere snakket mer med dette om?”
- ”Hvordan tror dere de ville reagert?”

AVSLUTNINGSRITUALET

Dette er tunge og krevende temaer. Fortell gruppen dette og oppfordre dem til å være snille med seg selv resten av dagen. Det krever mot å snakke om hvordan vold kanskje har ødelagt ikke bare andres, men også eget liv. Spør gruppen hva de trenger i tiden fram til neste gruppemøte. Utfør ritualet.

TEMA 13: ANSVARET FOR VOLDEN

Mål: Målet med temaet er en økt bevisstgjøring om at volden er utøvers ansvar og valg. I tillegg kommer en bevisstgjøring av at voldens ansvar forplikter i forhold til hva man kan gjøre etter at en har utøvd vold.

Kilde: Isdal 2000, kap. 4. og 8.

Progresjon: I kort versjon kan gruppen jobbe med ansvarstemaet i generell forstand. I lang versjon kan gruppen jobbe mer med skyld som en viktig følelse, og med det å skille mellom årsaker til vold og ansvar for vold.

ÅPNINGSRUNDEN

Ønsk velkommen til gruppen og fortell den at gruppen nå går mot slutten. Framhev for gruppen at de har gjort en jobb det står stor respekt av. Ta åpningsrunden.

INTRODUKSJON

”I dag skal vi arbeide med ansvar. Volden er utøvers ansvar. Dette er en vanskelig tanke. Når vi gjør en handling som vi egentlig ikke skal gjøre, så har vi behov for å bortforklare denne handlingen. Å si at vi har gjort noe galt er vanskelig. Enda vanskeligere blir det dersom vi føler oss krenket og dårlig behandlet. Sinne kan sperre for at mennesker tar ansvar for det de gjør.”

BRAINSTORMING

Inviter gruppen til å brainstorme over påstanden om at volden er utøvers ansvar.

Bruk flippover.

Hvorfor vold er utøvers ansvar?

INNLEGG

OVERHEAD 1:

VOLDEN ER UTØVERS ANSVAR:

- UTØVERENS FORHISTORIE (EKS. HAR DET DÅRLIG)
- UTØVERENS SÅRBARHET: HVA PROVOSERER HAM?
- UTØVERENS TOLKNING AV ANDRE OG AV SITUASJONEN
- UTØVERENS BEHOV: JEG VIL OPPNÅ....
- UTØVERENS TILKORTKOMMENHET: "JEG FINNER IKKE ORD"
- UTØVERENS RETTIGHETSTENKNING
- VALG – DET FINNES ALLTID ALTERNATIVER
- VOLD ER GALT!

OVERHEAD 2:

SKYLD ER VIKTIG

- NÅR VI GJØR NOE GALT, SKAL VI FØLE SKYLD
- Å FØLE SKYLD ER Å TA ANSVAR
- SKYLD ER NØDVENDIG FOR Å LÆRE AV VOLDEN OG KOMME VIDERE
- Å TA SKYLD ER Å GI OPPREISNING

Paul Leer Salvesens nivåer av skyld:

1. JEG GJORDE DET
2. JEG SKULLE IKKE HA GJORT DET
3. DET VAR MIN SKYLD

DISKUSJON

Diskuter begrepet ansvar med gruppen. Hvorfor er ansvar viktig? Hva har de selv tenkt om ansvar? Har disse tankene endret seg mens de har fulgt studiegruppen?

OPPGAVER

OPPGAVE 1:

ANSVAR:

**A. FEM TING DU HAR SAGT TIL DEG SELV FOR Å FRI DEG
FRA ANSVAR FOR VOLD:**

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

**B. FEM TING DU KAN SI TIL DEG SELV SOM VISER AT DU
TAR ANSVAR FOR
VOLDEN:**

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

OPPGAVE 2:

SKYLD OG FORSONING:

SE PÅ LEER SALVESENS TRE NIVÅER:

1. JEG GJORDE DET
2. JEG SKULLE IKKE HA GJORT DET
3. DET VAR MIN SKYLD

1. HVOR LANGT VAR DU KOMMET FOR ET ÅR SIDEN?
2. HVOR ER DU I FORHOLD TIL VOLDEN DIN I DAG, HVA ER ENDRET?
3. HVOR TROR DU AT DU ER OM TI ÅR, HVA ER ENDRET?
4. HVA TROR DU AT DU VIL SI TIL DINE BARN?

OPPGAVE 3:

Å TA ANSVAR FOR VOLD:

FINN FIRE TING MENNESKER KAN GJØRE FOR Å VISE AT DE TAR ANSVAR FOR DEN VOLDEN DE HAR UTFØVD:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

HVILKEN AV DISSE HANDLINGENE ER DEN VANSKELIGSTE Å UTFØRE?

REFLEKSJON

Legg hovedvekten av refleksjonen på endring. Hva slags endring i deres eget syn har skjedd? Hva skaper dette av følelser? Har de erfaringer med å ta ansvar for volden sin, og hvordan gikk det?

AVSLUTNINGSRITUALET

Si hva dagens tema var, og minn om at dere på neste gruppemøtet skal gjøre etterprosjektet. Gjenta at ansvar kanskje er det aller viktigste temaet, og at gruppen tar mye ansvar for sin vold gjennom nettopp det å delta i gruppen. Utfør avslutningsritualet.

ETTERPROSJEKT

Etterprosjektet er avslutningen og oppsummeringen av studiegruppen. Gjennom dette skal gruppedeltagerne se tilbake på de 13 temaene, og på det som har skjedd med dem selv i løpet av studiegruppens gang. Vi bruker også etterprosjektet til å spørre deltagerne igjen om deres forståelse av vold. Etterprosjektet skal være en form for oppsummerende refleksjon.

Gruppelederne (eller gruppedeltagerne) skal ta med besvarelsene fra pre-testen. Vi gjør dette for å ha et konkret utgangspunkt for tydeliggjøring av endring eller bevegelse.

NB: Sett av tre timer til siste gruppemøte. Dette møtet bør også inneholde en eller annen form for bevertning. Det skal markeres positivt at gruppen har gjort en lang og flott jobb sammen, og at det nå er slutt.

ÅPNINGSRUNDEN

Gruppelederne ønsker velkommen til gruppen. Gjenta viktigheten av taushetsplikten.

INTRODUKSJON

Gi en kort presentasjon av gruppens formål:

OVERHEAD:

STUDIEGRUPPE I VOLD

STUDIET I VOLD ER EN AKTIV PROSESS I FORHOLD TIL VOLD, OG ET STUDIUM AV DE FORHOLD I SAMFUNNET, MILJØET RUNDT OSS, OPPVEKSTEN OG OSS SELV, SOM SKAPER VOLD. VIDERE ER DET ET STUDIE I HVORDAN VOLDEN KAN KONTROLLERES, OG EN KREVENDE BEVISTGJØRING I FORHOLD TIL HVORDAN DEN VIRKER.

BRAINSTORMING

Ta en rask runde blant gruppedeltagerne om de syns målsettingen over har blitt realisert i denne studiegruppen. Spør gruppen om hva de tenkte om det å begynne i gruppen.

FORSLAG TIL OPPGAVE:

To ting jeg mener jeg har fått ut av gruppen:

- 1.
- 2.

(Kan fylles ut individuelt eller av gruppeleder på flippover i plenum)

INNLEGG

Repeter det gruppen har gått igjennom.

OVERHEAD 1:

**OPPBYGNING OG INNHOLD I
STUDIEGRUPPENE:**

- STUDIEGRUPPEN ER BYGGET OPP I 15 DELER
- STARTER MED FORPROSJEKT OG SLUTTER MED ETTERPROSJEKT – en innledning og en oppsummering som også skal gi oss et bilde om forandringer som har skjedd fra start til slutt

13 TEMADELER:

1. HVA ER VOLD/VOLDENS ROLLER?
2. OMFANGET AV VOLD
3. VOLD SOM UNDERTRYKKELSE
4. VOLDENS NATUR
5. VOLD ER INTELLIGENT
6. HVA ER ÅRSAKENE TIL VOLD?
7. HVORDAN STYRE ATFERD?
8. HVORDAN STYRE TANKER?
9. HVORDAN STYRE FØLELSER?
10. VIRKNINGENE AV VOLD
11. Å VÆRE VITNE TIL VOLD
12. HVA GJØR VOLDEN MED UTØVEREN?
13. ANSVARET FOR VOLDEN

OVERHEAD 2:

MÅL OG MENING MED STUDIEGRUPPE I VOLD:

- STUDERE VOLD I FORSKJELLIGE SAMMENHENGER:
 - SAMFUNNET
 - MILJØET RUNDT OSS
 - OPPVEKSTEN
 - OSS SELV SOM VOLDSUTØVERE
- BEDRE FORSTÅELSE AV EGET REAKSJONSMØNSTER
- SE SAMMENHENGER OG HELHET
- BEDRE RUSTET TIL Å VELGE ANDRE LØSNINGER
- SE VALGMULIGHETER

DISKUSJON

Gruppeleder åpner opp for en diskusjon av det gruppemedlemmene har opplevd, og hva de selv husker best eller synes var viktigst. Er det noen temaer de har savnet? Noe de ville hatt mer av? Noe som kunne vært utelatt?

OPPGAVER

Gruppeleder bruker samme oppgave som i forprosjektet.

ALTERNATIV 1:

HVA ER ÅRSAKEN TIL DEN VOLDEN JEG HAR UTØVD?

a) Hva er de tre viktigste årsakene til min voldsutøvelse slik jeg ser det?

- 1.
- 2.
- 3.

b) Hvilke av disse forholdene kunne jeg selv ha innflytelse på?

ALTERNATIV 2:

”VOLDSSTIGEN”

Tenk at det som ledet opp til at jeg brukte vold en gang (bestem deg for en voldsepisode), hadde 7 trinn som logisk fulgte hverandre. På trinn 7 kommer volden. På trinn 1 starter det. Trinn 1 ledet til trinn 2, som ledet til trinn 3 osv. Til slutt endte det i trinn 7. Husk at trinn 1 har mange muligheter, det kan være noe som skjer kort tid før volden, eller noe som skjedde mange år tidligere.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7. VOLDEN

Oppgavealternativ 2 krever som regel aktivt hjelp fra gruppeleder. Når oppgavebesvarelsen skal deles i plenumsrefleksjonen, kan gruppeleder prøve å stille spørsmål og komme med forslag som kan hjelpe gruppedeltageren til å fylle ut trinnene. Det er en vanskelig oppgave. Poenget er ikke nødvendigvis at gruppedeltagerne skal fylle ut alle trinn, bare så mange som de klarer.

ALTERNATIV 3:

MINE SPØRSMÅL:

TRE TING JEG NÅ LURER PÅ I FORHOLD TIL MEG SELV
OG DEN VOLDEN JEG HAR OPPLEVD ELLER UTØVD:

- 1.
- 2.
- 3.

REFLEKSJON

Gruppeleder hjelper gruppen med å sammenligne oppgaveløsningene sine i plenum, og oppfordrer gruppen til å tenke høyt og se etter felles trekk i det som legges fram.

Spør gruppemedlemmene hvor de nå går videre, og spør om hvilke tanker de har i forhold til å jobbe videre med seg selv framover.

AVSLUTNINGSRITUALET

Siste avslutning er alvorlig. Gruppeleder kan for eksempel holde en liten tale til gruppen eller til hver enkelt. Minn gruppen på at de har vært gjennom noe krevende og vanskelig, og at det er mange menn i deres situasjon som ikke ville tørre å gjøre det samme som de har gjort - Noen fordi de ville vært så sinte at de ikke hadde noen åpning for å ta inn nye synspunkter eller vinkler. Be gjerne gruppedeltagerne komme med noen sluttord til hverandre.

Litteraturliste

Arnulf, J. K. & Lau, B. (2002): *Samtalegrupper etter ATV-modellen – En evaluering av spesialopplæringen og domfeltes erfaringer*. Kriminalomsorgens utdanningscenter: Dokumentasjon og debatt 2/2002.

Friestad, C.(2005): *Tilbud til volds- og sedelighetsdømte – En gjennomgang av fem tiltak*. FAFO-rapport 488.

Hubble, M. A., Duncan, B. L. & Miller, S. D. (1999): *The Heart and Soul of Change – What Works in Therapy*. Washington: American Psychological Association.

Isdal, P. & Dammann, B. B. (2003): *Håndbok i samtalegrupper for voldsdømte*. Oslo: Kriminalomsorgens utdanningscenter, reviderte utgave.

Isdal, P & Råkil, M. (2002): Volden er mannens ansvar – behandling av mannlige voldsutøvere som tiltak mot kvinnemishandling. I: Råkil (red.) *Menns vold mot kvinner*. Oslo: Universitetsforlaget (s. 100 – 128).

Lambert, M. J. & Ogles, B. M. (2004): The efficacy and effectiveness of psychotherapy. I: M. J. Lambert (Ed.). *Bergin & Garfield's Handbook of psychotherapy and behaviour change* (5th Ed., pp. 139-193). New York: Wiley.

Nerdrum, P. & Høglend, P. (1996): *Alternativ til Vold – Evaluering* (særtrykk). Oslo Kommune.

Pence, E. & Paymar, M. (1986): *Power and Control: Tactics of Men Who Batter. An Educational Curriculum*. Duluth: Minnesota program Development Inc.

Strategi for faglig virksomhet i kriminalomsorgen 2004-2007. Oslo:
Kriminalomsorgens sentrale forvaltning (KSF).

Wolfus, B. & Bierman R. (1996): An evaluation of a group treatment program for incarcerated male batterers. I: *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology* 40 (318 – 333).