



Reduksjon av isolasjon gjennom forebygging av aggresjon og vold.

Bacheloroppgave høst 2020 KRUS3900

Kandidatnr: 3905

**Kriminalomsorgens høgskole og utdanningscenter KRUS
Bachelorutdanningen 2019 - 2020**

Antall ord: 9544

Innhold

Innledning.....	3
Valg av tema.....	3
Valg av problemstilling.....	4
Avgrensninger.....	5
Gangen i oppgaven.....	7
Metode.....	7
Forforståelse.....	7
Valg av metode.....	8
Litteratursøk.....	9
Sentrale teoretiske perspektiver.....	10
Vold og avmakt.....	10
Symbolsk interaksjon.....	10
Hjernens regulering- og alarmsystem og toleransevinduet.....	11
Drøftelse.....	12
Kan relasjoner mellom innsatte og ansatte forebygge isolasjon i fengsel?.....	12
Kan fengselsbetjentens definisjon av situasjonen motvirke aggresjon og vold fra innsatte?.....	17
Hvordan kan fengselsbetjenter forebygge aggresjon og vold gjennom å lytte til innsatte?.....	21
Hvordan påvirker kravet om kostnadseffektivitet fengselsbetjenters forutsetninger for å forebygge aggresjon og vold?.....	23
Avslutning.....	25
Litteraturliste.....	27

Innledning

Valg av tema

I denne oppgaven vil jeg rette søkelyset på isolasjon i fengsel, og hvordan fengselsbetjenter kan forebygge aggresjon og vold for å redusere bruken av isolasjon. I artikkelen *The effects of solitary confinement on prison inmates - A brief history and review of the literature* (Smith, 2006, s. 456- 457) knyttes isolasjon historisk til utviklingen av to ulike straffegjennomføringssystem i USA i perioden 1770 til 1850. Disse to systemene ble kalt Auburnsystemet og Pennsylvaniasystemet. Straffegjennomføringsideologien som gjennomsyret begge disse systemene, hevder Smith (2006, s. 456 - 457) at rehabilitering av domfelte, skulle skje gjennom bruk av isolasjon. Tanken var at den domfelte skulle rette sine tanker innover og forsone seg med gud. Gjennom å søke bot for sin kriminalitet ovenfor gud, skulle den domfelte etter hvert returnere til samfunnet som en rensset og god kristen borger. Når det gjelder selve begrepet isolasjon, definerer Sivilombudsmannen (2019, s. 16) isolasjon med at innsatte holdes adskilt fra andre, slik at meningsfull og menneskelig kontakt reduseres til et minimum.

Videre understreker Smith (2006, s. 457) at Pennsylvania modellen også etter hvert ble importert til en rekke europeiske land, inkludert Norge. Veldig raskt oppstod det imidlertid problemer knyttet til fengsler som var knyttet til Pennsylvania-modellen. Allerede i 1830 ble det rapportert om psykiske lidelser blant innsatte, og symptomer som hallusinasjon, demens og monomani ble trukket frem (Smith, 2006, s. 457). Smith m.fl. (2013, s. 1-2) understreker at dokumenterte virkninger av isolasjon er angst, depresjoner og i noen tilfeller psykose, samt økt forekomst av både selvskading og selvmord. Videre finner forskerne at skadevirkningene kan oppstå allerede etter få dager med isolasjon og risikoen for slike skadevirkninger øker desto lengere isolasjonen vedvarer (Smith m. fl., 2013, s. 1-2). Ut fra disse beskrivelsene bør derfor isolasjon som tiltak unngås så langt det er mulig.

Til tross for at det ifølge Smith (2006, s. 457) har vært kjent siden 1800-tallet at isolasjon fører til psykiske lidelser, understreker Sivilombudsmannen (2019, s. 6) at bruken av isolasjon i norske fengsler er utbredt. I følge Sivilombudsmannen (2019, s. 8) har dessuten Norge gjennom flere år fått internasjonal kritikk for omfanget av isolasjonen. Senest i juni 2018 uttrykte FN's torturkomite en sterk bekymring for den langvarige bruken av isolasjon i norske

fengsler, i tillegg var komiteen også bekymret for at vilkårene for bruken av isolasjon ikke var tilstrekkelige klare (Sivilombudsmannen, 2019, s. 6).

Sivilombudsmannens forebyggingsenhet gjennomførte 20 besøk i 19 høysikkerhetsfengsler i tidsperioden 2014 til 2018, hvor de fant nedslående resultater, og hvor de avdekket en omfattende bruk av isolasjon. På bakgrunn av disse funnene valgte forebyggingsenheten å sende en særskilt melding til Stortinget i juni 19 (Sivilombudsmannen, 2019, s. 6).

Sivilombudsmannen (2019, s.18) presiserer samtidig at denne meldingen omhandler isolasjon som konsekvens av beslutninger som er tatt av Kriminalomsorgen eller som følge av de faktiske forholdene i fengslene. I denne meldingen ble det også påpekt nødvendigheten av at det iverksettes samordnende og nødvendige tiltak for å redusere bruken (Sivilombudsmannen, 2019). En konsekvens av dette er at kriminalomsorgen bør styrkes for å kunne forebygge situasjoner som kan føre til isolasjon i fengsel (Sivilombudsmannen, 2019, s. 8).

Forebyggende arbeid kan defineres på følgende måte: «Å forebygge vil si å ligge i forkant og forhindre at noe negativt skjer» (Myhre-Lie, 2015, s. 19). Det er akkurat dette jeg ønsker å fokusere på i min oppgave, altså hvordan fengselsbetjenter kan ligge i forkant og forhindre situasjoner som fører til isolasjon i fengsel. Hensikten med oppgaven blir derfor å peke på tiltak som kan være til hjelp i dette arbeidet, samt hvilke utfordringer som kan oppstå.

Valg av problemstilling

I denne oppgaven har jeg valg følgende overordnede problemstilling: Hvordan kan fengselsbetjenter gjøre jobben sin for å forebygge bruk av isolasjon gjennom å dempe aggresjon og utagering?

Ettersom problemstillingen handler om å hindre bruk av isolasjon gjennom å forebygge aggresjon og utagering, bør problemstillingen forståes i lys av «forholdsmessighetsprinsippet». I følge Storvik (2018, s. 65) handler «forholdsmessighetsprinsippet» om at betjenter ikke kan gripe inn ovenfor innsatte med sterkere midlere enn det som er nødvendig. Mildere virkemidler må dermed være forsøkt, vurdert eller fremstå som utilstrekkelige før mer inngripende tiltak tas i bruk. Videre må også mer inngripende tiltak være absolutt nødvendig og ikke fremstå som mer inngripende enn det situasjonen tilsier (Storvik, 2018, s. 65). Det å jobbe forebyggende kan i mange situasjoner anses som et mildere virkemiddel enn å benytte seg av isolasjon som tiltak for å trygge omgivelsene.

Med utgangspunkt i den overordnede problemstillingen har jeg formulert fire delspørsmål som jeg vil organisere drøftelsen etter. Disse spørsmålene er som følger: Kan relasjoner mellom innsatte og ansatte forebygge isolasjon i fengsel? Kan fengselsbetjentens definisjon av situasjon motvirke aggresjon og vold fra innsatte? Hvordan kan fengselsbetjenter forebygge aggresjon og vold gjennom å lytte til innsatte? Og til slutt, hvordan påvirker kravet om kostnadseffektivitet fengselsbetjentes forutsetninger for å forebygge aggresjon og vold? Sammen skal disse spørsmålene belyse valgt problemstilling.

Avgrensninger

Olsen, Skotte & Farstad (2018, S. 26 – 27) skiller mellom et aktørnivå, strukturnivå og et samfunnsnivå. Aktører beskrives her som den som handler, mens struktur beskrives som sosiale egenskaper og relasjoner i sosiale systemer. Videre beskriver Olsen, Skotte og Farstad (2018, s. 28) samfunn som et stabilt system med sosiale relasjoner som opprettholdes over tid. Selv om viktige faktorer på struktur- og samfunnsnivå kan ha stor betydning for bruk av isolasjon i fengsel, velger jeg hovedsakelig å legge vekt på aktørnivået. Aktørnivået vil i denne sammenhengen handle om sosiale relasjoner mellom individer (Skotte, Olsen og Farstad, 2018, s. 26). Avslutningsvis vil jeg imidlertid rette søkelyset mot struktur og samfunnsnivå generelt og hvordan krav om kostnadseffektiv drift i fengsel kan få betydning for aktørnivået spesielt.

Bruken av isolasjon i fengsel må være hjemlet i lov (Grunnloven, 1814, § 113), og disse ulike paragrafene sier noe om ulike situasjoner hvor isolasjonen kan benyttes. Innsatte kan ifølge Straffegjennomføringsloven (2001, § 37) utelukkes fra fellesskapet som et forebyggende tiltak dersom vedkommende har en særlig negativ innflytelse på miljøet i fengselet. Videre kan innsatte utelukkes etter denne paragrafen for å forhindre at han eller hun kan skade seg selv, utøve vold mot andre eller at vedkommende fremsetter alvorlige trusler. Innsatte kan også utelukkes for å forhindre betydelig materiell skade eller dersom det er nødvendig for å opprettholde ro, orden og sikkerhet i fengselet. Straffegjennomføringsloven (2001, § 38) hjemler bruk av tvangsmidler, hvor innsettelse på sikkerhetscelle er at av flere tvangsmidler. Sikkerhetscelle kan benyttes for å forhindre at innsatte iverksetter alvorlige trusler om å skade seg selv, andre eller om å forvolde betydelig skade på eiendom. Tvangsmidler kan også benyttes for å hindre alvorlige opptøyer eller andre uroligheter, samt hindre rømning fra fengsel. I tillegg kan tvangsmidler benyttes for å avverge alvorlig inntrenging fra personer utenfor fengsel eller for å sikre adgang til forskanset eller sperret rom (Straffegjennomføringsloven, 2001, § 38). Disse to formene for isolasjon velger jeg å ta med

meg videre i teksten. Det er disse to formene som jeg oppfatter som de mest inngripende og de mest brukte paragrafene når det gjelder isolasjon i fengsel, og dermed også relevant for min problemstilling.

Det finnes også andre bestemmelser som hjemler bruk av isolasjon i fengsel.

Straffegjennomføringsloven (2001, § 39) hjemler utelukkelse fra fellesskapet i 24 timer som en umiddelbar reaksjon på brudd på regler for ro, orden og sikkerhet. I følge

Straffegjennomføringsloven (2001, § 40d) kan også utelukkelse fra fellesskapet benyttes som en senere reaksjon på brudd på regler for ro, orden og sikkerhet, noe som kun gjelder fritidsfellesskapet og ikke jobb, skole eller andre tiltak. Jeg velger å utelate disse fra teksten, da jeg anser disse som mindre inngripende på grunn av tidsfristen i paragraf 39 og at utelukkelsen kun gjelder fritidsfellesskapet i paragraf 40d. Tekstens begrensning er også en medvirkende årsak til dette.

Videre hjemler også Straffegjennomføringsloven (2001, § 17.2) at fellesskapet for innsatte kan begrenses ved alvorlige hendelser som omhandler en eller flere innsatte på særlig høyt sikkerhetsnivå og forvaring- eller særavdeling. Fellesskapet kan også begrenses av samme grunn på ordinært høyt sikkerhetsnivå (Straffegjennomføringsloven, 2001, § 37.8). Disse lovhjemlene har også en relevans for min problemstilling, men ut fra mine erfaringer er disse svært lite brukt. Jeg velger derfor å avgrense teksten med tanke på disse lovhjemlene.

I følge Straffeprosessloven (1981, § 186) kan dessuten varetektinnsatte isoleres for å hindre bevisforspillelse, noe som bestemmes av retten. Gjennom Straffegjennomføringsloven (2001, § 37.9) kan også innsatte utelukkes fra fellesskapet som følge av bemanningsmessige- eller bygningsmessige forhold eller at innsatte selv ønsker dette. Disse formene for isolasjon har fengselsbetjenten begrenset innvirkning på, og jeg avgrenser oppgaven fra disse formene for isolasjon.

Som nevnt ovenfor handler valgt problemstilling om å unngå isolasjon gjennom å forebygge aggresjon og vold, derfor blir det viktig å presisere begrepet vold, ettersom jeg oppfatter begrepet som vidt. Ifølge Lillevik og Øien (2014, s. 36 – 37) kan vold være både reaktiv eller instrumentell. Den reaktive volden er knyttet til følelser og frustrasjon, mens den instrumentelle typen handler om at vold blir brukt som et middel for å oppnå noe (Lillevik og Øien, 2014, s. 36 – 37). Videre i teksten kommer jeg til å fokusere på den reaktive volden, ettersom denne har mest relevans for min problemstilling.

Gangen i oppgaven

I metodedelen vil jeg starte med å redegjøre for min forforståelse, deretter vil jeg redegjøre for mitt valg av metode for å svare på valgt problemstilling. I tillegg vil jeg også presentere relevant litteratur som jeg ønsker å benytte meg av.

Etter metodedelen ønsker jeg å presentere og redegjøre for sentrale begreper og teorier som vil bli sentrale i teksten. Disse begrepene og teoriene er vold og avmakt, symbolsk interaksjonisme og hjernens alarm- og reguleringsfunksjoner.

Videre vil jeg i drøftingen systematisk drøfte hver av de fire delspørsmålene jeg nevnte ovenfor, for å svare på valgt problemstilling. Som også nevnt ovenfor skal følgende spørsmål drøftes: Kan relasjoner mellom innsatte og ansatte for å forebygge isolasjon i fengsel? Kan fengselsbetjentens definisjon av situasjon motvirke aggresjon og vold fra innsatte? Hvordan kan fengselsbetjenter forebygge aggresjon og vold gjennom å lytte til innsatte? Og til slutt, hvordan påvirker kravet om kostnadseffektivitet fengselsbetjentes forutsetninger for å forebygge aggresjon og vold?

Til slutt vil komme med en oppsummering av hva jeg har gått inn på i oppgaven. Her vil jeg også komme med en konklusjon og jeg vil se på denne i forhold til min egen forforståelse.

Metode

Forforståelse

Dalland (2017, s. 58) hevder at vår forforståelse handler om at vi alltid har våre fordommer med oss, noe som innebærer at vi kan gi et fenomen en dom på forhånd. Alle har derfor lett for å la seg påvirke av det som bekrefter forforståelsen. Videre understreker Dalland (2017, s. 61) at forhistorie, kunnskap og holdninger påvirker hvordan vi tolker og bearbeider data. Når forskere selv er et instrument som samler inn data, krever dette bevissthet om eget ståsted og om forforståelse (Dalland, 2017, s. 47). I følge Dalland (2017, s. 58) er det lettere å lete etter data som kan avkrefte våre holdninger, dersom vi har klargjort våre tanker rundt et fenomen på forhånd.

Jeg har jobbet i Kriminalomsorgens siden 2008, både som fengselsbetjent, praksisveileder for fengselsaspiranter og som fungerende operativ fengselsførstebetjent. I disse årene har jeg opplevd kolleger som har utvist en egen evne til å skape gode relasjoner med innsatte, og roe ned krevende situasjoner. I tillegg har jeg også opplevd å se vanskeligstilte innsatte forandre atferd, takket være enkelte kollegers væremåte, egenskaper og engasjement. Til tross for dette

sitter jeg også igjen med en følelse av at både jeg og en del kolleger, kan ha vært en medvirkende årsak til at situasjoner har eskalert og endt med isolasjon. Dette er en erkjennelse jeg synes er litt vanskelig å forholde seg til, ettersom jeg går på jobb for å gjøre mitt beste. Samtidig er denne erkjennelsen viktig. Den har i høy grad vært med på å løfte frem både tema og problemstilling i denne teksten.

Gjennom våren 2020 gjennomførte jeg fordypningsfag i *arbeid med innsatte og domfelte med psykiske lidelser*. Ut fra mine oppfatninger handlet dette faget mye om forebygging av aggresjon og vold. Det å få mer innsikt i aggresjon, utagering og vold som fenomen har hjulpet meg betraktelig i arbeidet med innsatte og til å beholde roen i spente situasjoner. Den nye kunnskapen har ført til en holdningsendring og bidratt til at jeg velger andre tilnærminger enn tidligere. Ut fra egne opplevelser sitter jeg med et inntrykk av at jeg har klart å forebygge flere situasjoner enn tidligere. Min forforståelse dreier seg derfor om at økt kunnskap kan gjøre en fengselsbetjent mer rustet til å forebygge aggresjon og vold, slik at isolasjon kan unngås eller reduseres.

Valg av metode

Dalland (2017, s. 52) stiller spørsmålet «Hva er en metode?» og svarer følgende: «Metoden er redskapet vårt i møte med noe vi vil undersøke. Metoden hjelper oss til å samle inn data, det vil si den informasjonen vi trenger til vår undersøkelse». Videre påpeker Dalland (2017, s. 51) at det å være metodisk innebærer at det stilles krav til forskere om ærlighet og sannhet, samtidig som det også stiller krav om at forsker må systematisere sine tanker. Metoden forteller oss hvordan forsker skal komme frem til ny kunnskap eller etterprøve ny kunnskap. Begrunnelsen for valg av metode handler blant annet om at valgt metode bør være best egnet til å belyse den valgte problemstillingen (Dalland, 2017, s. 51).

For å belyse min valgte problemstilling, har jeg valgt en litterær oppgave som metode. Dalland (2017, s. 209) forklarer at den litterære oppgaven bygges på allerede eksisterende fagkunnskap, forskning og teori. Grunnen til at jeg valgte en litterær oppgave var at jeg ønsket å få frem nyttig fagkunnskap innen utviklingspsykologien og fenomenologisk perspektiv, som kan være til hjelp når det gjelder å forebygge aggresjon og vold i fengsler.

Forskningen jeg har benyttet meg av når det gjelder det fenomenologiske perspektivet bygger på kvalitativ forskning. «De kvalitative metodene tar sikte på å fange opp mening og opplevelse som ikke lar seg tallfeste eller måle» (Dalland, 2017, s. 52). I forhold til det

utviklingspsykologiske har jeg benyttet meg av teorier basert på kvantitative metoder. Dalland (2017, s. 52) forklarer at de kvantitative metodene gir data i form av målbare enheter.

Litteratursøk

I denne oppgaven tok jeg utgangspunkt i pensumet fra fordypningsfaget: *arbeid med innsatte og domfelte med psykiske lidelser*. Her valgte jeg på en mest mulig objektiv måte å bygge videre på dette pensumet i form av litteratursøk for å svare på valgt problemstilling. Jeg har først og fremst benyttet meg av Sivilombudsmannens forebyggingsenhet sin særskilte melding til Stortinget (2019) når det gjelder bruk av isolasjon i fengsel. Jeg har dessuten tatt utgangspunkt i både straffeprosessloven og straffegjennomføringsloven generelt, samt paragrafer som hjemler bruk av isolasjon i fengsel spesielt. I tillegg har jeg brukt forskningsartikler fra både Norge og USA. Ytterligere litteratursøk er søkt opp med hjelp av google, google scholar og oria. Søke ord som jeg brukte var «Symbolsk interaksjonisme», «Vold og utagering», «Vold, relasjon», «Relasjon», «Relasjon, samhandling», «Terapeutisk relasjon», «therapeutic, community, prisons», «staff, reaction, aggression», «Adrenalin, kroppen» og «Stress». Litteratursøket ble gjennomført i tidsperioden mellom 15 august og 24 september 20.

Jeg fant mye litteratur som ikke var relevant for valgt problemstilling eller som var utilgjengelig på grunn av manglende tilgang til ulike forskningssider. Den litteraturen jeg fant er trukket inn i oppgaven. Ytterligere litteratur som ble benyttet har blitt foreslått av kolleger og min veileder gjennom faglige diskusjoner.

Når det gjelder oppgavens fenomenologiske perspektiv har jeg bruk boken *Hverdagsliv og samhandling* av Irene Levin og Jan Trost. Levin og Trost (2005) bygger boken på et symbolsk interaksjonisme perspektiv som er en variant av et fenomenologisk perspektiv, for å forklare den sosiale virkeligheten og den sosiale samhandlingen mellom mennesker.

Med tanke på oppgavens utviklingspsykologiske perspektiv har jeg brukt fagartikkelen *Regulering som nøkkelbegrep og tolleransevinduet som modell i en ny traumepsykologi* skrevet av Dag Øystein Nordanger og Hanne Cecilie Braarud. Nordanger og Braarud (2014) tar her utgangspunkt i hjernens alarm- og reguleringssystem for å forklare hvordan traumer påvirker hjernen. Her blir også tolleransevinduet trukket inn for å forklare menneskelige reaksjoner når et menneskets aktiveringsnivå stiger over eller under dets tolleransenivå.

I forhold det utviklingspsykologiske perspektivet har jeg også brukt boken *Gode hjelpere kjenner seg selv – Traumebevisst omsorg i arbeid med barn og unge* av Cathrine S.

Thomassen og Cecilie B. Neumann. Thomassen og Neumann (2019) tar for seg hvordan hjelpere kan kontrollere egne følelser og kroppslige reaksjoner i møte med barn og unge. Her legger de vekt på begrepet «situering» som handler om at hjelperen reflekterer over hvordan han eller hun preger og blir preget av møte med sin klient.

Sentrale teoretiske perspektiver

Vold og avmakt.

Som jeg også var inne på innledningsvis handler oppgaven om å redusere bruken av isolasjon gjennom å forebygge aggresjon og vold. I den forbindelse ønsker jeg derfor å redegjøre for voldsbegrepet. Lillevik og Øien (2014, s. 24 – 25) forklarer at vold kan være både av fysisk og psykisk art. Den psykiske volden handler om verbal eller nonverbal væremåte i form av for eksempel trusler, mobbing, ydmykende utsagn eller truende kroppsspråk. Fysisk vold på sin side handler om slag, spark eller lignede som rettes direkte mot en annen person eller gjenstand. Videre påpeker Lillevik og Øien (2014) at vold kan rettes utover som raseri, vold og drap eller innover som tilbaketrekning, depresjon, selvskading og selvmord (Lillevik og Øien, 2014, s. 30 – 31). Så hvorfor oppstår vold?

Lillevik og Øien (2014) benytter begrepet avmakt som en grunnleggende forståelsesramme når det gjelder vold. Vold kan her forstås som et botemiddel mot opplevd avmakt. Avmakt handler om at individet mangler indre eller ytre betingelser for å få dekket sine fysiske eller psykiske behov. I en avmaktsposisjon ser personen hverken utveier eller muligheter til å motsette seg andres maktbruk som rettes mot en selv. Manglende forutsigbarhet, oversikt, kontroll, innflytelse- eller påvirkningsmulighet, utveier- og løsningsmuligheter, beskyttelse og trygghet eller manglende forståelse og anerkjennelse er eksempler på situasjoner som kan sette et individ i en avmaktsposisjon (Lillevik og Øien, 2014, s. 27 – 35). Erfaringsmessig kan innsatte som opplever en for rigid og krenkende behandling fra ansatte oppleve avmakt, noe som har vist seg å øke risikoen for aggresjon og vold.

Symbolsk interaksjon

For å belyse valgt problemstilling har jeg valgt å bruke symbolsk interaksjon som en av hovedteoriene. Slik jeg ser det åpner og gir denne teorien innsikt og kunnskap som muliggjør påvirkning og forandring av andre menneskers handlinger. Slike innsikter og kunnskaper vil komme godt med når det gjelder å påvirke innsattes atferd og i tillegg jobbe med sin egen

atferd for, å redusere bruken av isolasjon i fengsel, som springer ut av situasjoner med aggresjon og vold. I følge Levin og Trost (2005) kan symbolsk interaksjon anses som et verktøy for å forstå den sosiale virkeligheten. Utgangspunktet for denne teorien er at mennesket skal forstås ut i fra den konteksten det inngår i. Måten et menneske definerer en gitt situasjon er en sentral del av teorien (Levin og Trost, 2005, s. 7 – 11). Jeg skal derfor gå litt dypere inn i menneskets definisjon av en gitt situasjon og redegjøre for hva dette handler om.

Levin og Trost (2005, s. 63) påpeker at ett menneskets definisjon av en gitt situasjon, er koplet til dets forestillingsverden. Jeg velger her å knytte begrepet forestillingsverden til et begrep som Brottveit og Del Busso (2018, s. 50) omtaler som livsverden. Begrepet handler om et abstrakt sted hvor mennesket gjenopplever sine minner og erfaringer. Denne forestillingsverdenen er derfor knyttet til en del av menneskets selv, som består av minner og erfaringer og hvor disse også lagres (Levin og Trost, 2005, s. 97). Videre understreker Levin og Trost (2005, s. 12) at måten en person definerer en gitt situasjon på, vil kunne få betydning for hvordan denne personen handler. Dette kan bety at dersom fengselsbetjenter klarer å påvirke innsattes definisjon av en gitt situasjon, kan dette påvirke innsattes atferd. I følge Levin og Trost (2005, s. 13) kalles dette «reframing» og er blant annet en terapeutisk teknikk som brukes i behandlingen av ulike typer klienter.

Hjernens regulering- og alarmsystem og toleransevinduet

Ovenfor har jeg redegjort for symbolsk interaksjon, men for å svare på min problemstilling ønsker jeg videre å redegjøre for hvordan hjernen fungerer da mennesker samhandler.

Nordanger og Braarud (2014) påpeker at hjernen består av overlevelshjernen, emosjonshjernen og logikkhjernen. I emosjonshjernen ligger Amygdala som er hjernens alarmsentral og hippokampus som lagrer erfaringer. I logikkhjernen ligger prefrontal korteks som fortolker hendelser, knytter mening til opplevelser og regulerer følelser.

Så hva skjer egentlig da en person opplever en truende situasjon? Nordanger og Braarud (2014) forklarer at amygdala fanger opp trusselen og sender signal til binyrene som igjen produserer adrenalin og noradrenalin. I neste omgang sendes signalet fra Amygdala til hippokampus, hvor trusselen sammenfattes med tidligere erfaringer. Den sammenfattende informasjonen sendes deretter til prefrontal korteks som avgjør om alarmberedskapen skal senkes eller opprettholdes. Dersom alarmberedskapen opprettholdes sendes signal igjen til binyrene, som i neste bølge produserer kortisol. Adrenalin, noradrenalin og kortisol er

energimobiliserende hormoner som setter kroppen i stand til å forsvare seg (Nordanger og Braarud, 2014). En alarmberedskap kan utløse en hyperaktivert tilstand med kamp- eller flukt reaksjoner, noe som innebærer sterk uro, impulsivitet, aggresjon og utagering.

Alarmberedskaper kan også utløse en hypoaktivert tilstand med frys reaksjoner som fører til tomhetsfølelse, nummenhet, handlingslammelse og tilbaketrekning (Ogden m. fl. gjengitt i Nordanger og Braarud, 2014).

Tolleransevinduet er en modell som brukes for å forklare hvilket aktivitetsnivå som er optimalt for et menneske (Siegel gjengitt i Nordanger og Braarud, 2014, s. 3). Hvis et menneskets aktiveringsnivå stiger over dets toleransenivå, vil dette resultere i en hyperaktivert tilstand. Kommer menneskets aktiveringsnivå under dets toleransevindue, kommer dette i en hypoaktivert tilstand. Et aktivitetsnivå midt i mellom høyt og lavt anses som innenfor toleransevinduet, og det er her vi finner et optimalt aktivitetsnivå for et menneske (Nordanger og Braarud, 2014, s. 3).

Videre vil blant annet sosial kontekst ha en innvirkning på en persons toleransenivå (Siegel gjengitt i Nordanger og Braarud, 2014, s. 3). Ut fra mine refleksjoner kan derfor både innsattes og fengselsbetjentes toleransenivå bli påvirket i en felles sosial kontekst, og dermed spille en vesentlig rolle med tanke på valgt problemstilling.

Drøftelse

Kan relasjoner mellom innsatte og ansatte forebygge isolasjon i fengsel?

Ovenfor har jeg redegjort for sentrale begreper og teorier jeg har valgt å benytte meg av, for å svare på min problemstilling. Jeg vil nå drøfte hvorvidt relasjonsbygging med innsatte kan forhindre eller redusere bruken av utelukkelse fra fellesskapet eller innsettelse på sikkerhetscelle. Men først, for å belyse problematikken, vil jeg starte med et eksempel fra egen praksis.

Jeg skulle gi en innsatt beskjed om å utbedre en uregelmessighet på hans celle. Denne innsatte var av kolleger klassifisert som en krevende innsatt. Til tross for at jeg ba innsatte om å utbedre forholdet, var han ikke interessert i å etterkomme mine beskjeder. Her valgte jeg derfor å styre samtalen over på et annet tema, for å bygge opp en relasjon til denne innsatte. Det virket som om innsatte satte pris på denne samtalen, og han fortalte om sine problemer. Etterhvert forsøkte jeg nok en gang å gi innsatte beskjed om å utbedre forholdet på cella, men innsatte nektet fortsatt. Det endte med at vi ansatte måtte utbedre forholdet selv, men innsatte gjorde ikke motstand mot dette. I etterkant av situasjonen bestod imidlertid relasjonen jeg

hadde bygd opp med den innsatte. Etter hvert fikk også den innsatte bedre relasjon til mine kolleger. Han gikk da fra å bli oppfattet som brysom og krevende til å bli oppfattet som medgjørlig og hyggelig. Ut i fra mine refleksjoner i ettertid kan det virke som jeg stod ved et veiskille, da jeg valgte å prioritere relasjonsbygging. Hva ville skjedd dersom jeg hadde fortsatt med ordregiving og presset på? Kanskje kunne dette ha medført at innsatte gjorde motstand. Muligens kunne dette også ha preget hans videre soningsforløp på en negativ måte.

Jeg vil belyse eksemplet over med symbolsk interaksjon og begrepet den generaliserte andre. I følge Levin og Trost (2005, s. 61) viser begrepet den generaliserte andre til den sosiale gruppen som individet er en del av. Denne sosiale gruppen er med på å forme individets selv, og som utvikles gjennom individets oppfatninger av normer, meninger og forventninger som eksisterer hos andre i gruppen. Levin og Trost (2005) påpeker videre at de sosiale normene begynner med ytre forventninger, som etter hvert internaliseres gradvis hos individet (Levin og Trost, 2005, s. 81 – 82). Internaliserte normer, forventninger og meninger formes i selvet, som er i konstant forandring gjennom sosiale samhandlinger (Levin og Trost, 2005, s. 97). Selvet får igjen betydning for hvordan individet definerer en gitt situasjon og handler (Levin og Trost, 2005, s. 100).

I eksempelet ovenfor klarte jeg å bygge opp en relasjon til innsatte. Denne relasjonen ble på en måte en liten sosial gruppe, som både jeg og innsatte til sammen utgjorde. Samhandlingen jeg hadde med innsatte i ettertid kan ha ført til at han internaliserte normer og forventninger, noe som fikk betydning for hans selv, definisjon av situasjon og hans atferd. Dette kan ha vært en medvirkende årsak til innsattes positive utvikling videre i soningen, ettersom han gikk fra å være en krevende innsatt til å bli medgjørlig. Med utgangspunkt i det jeg har vært inne på ovenfor kan tillitsfulle relasjoner og sosiale samhandlinger med innsatte forebygge aggresjon og vold. Positive sosiale samhandlinger kan derfor fungere som et tiltak for å redusere bruken av isolasjon.

Ovenfor har jeg vært inne på hvordan tillitsfulle relasjoner kan ha en effekt gjennom begrepet den generaliserte andre og sosiale samhandlinger, men relasjoner kan ha en forebyggende effekt på flere måter. I følge Rygvold og Ogden (2017, s. 122) kan aggresjon og utagering ofte spores til svikt i kognitive funksjoner som selvregulering. Når det gjelder selvregulering kobler Nordanger og Braarud (2014, s. 4 - 6) dette til at hjernens utvikling er en respons på stimuli. Dersom et individ stadig opplever truende situasjoner styrkes amygdala, noe som kan føre til at individet får generell økt risiko for å komme i en hyperaktivert eller hypoaktivert

tilstand med kamp, flukt eller frysreaksjoner. Rygvold og Ogden (2017, s. 108 – 109) understreker dessuten at det er en sammenheng mellom en belastet barndom og psykiske lidelser. Innsatte i norske fengsler er mer belastet med psykiske lidelser enn normalbefolkning (Cramer, 2014, s. 5). Slik sett er det derfor sannsynlig at innsatte kan ha en forhøyet risiko for å komme i en hyperaktivert tilstand i spente situasjoner. Nordanger og Braarud (2014) vektlegger derimot at trygge sosiale relasjoner kan bidra til å holde et individ innenfor sitt toleransevindu, hvor også vekst og læring kan skje (Sigel gjengitt i Nordanger og Braarud, 2014, s. 3). Slik jeg ser det kan derfor den tillitsfulle relasjonen i seg selv holde innsatte innenfor sitt toleransevindu, samtidig som den også kan bidra til vekst og læring og på denne måten forebygge situasjoner som kan føre til utelukkelse eller innsettelse på sikkerhetscelle.

I forrige avsnitt var jeg inne på hvordan tillitsfulle relasjoner kan holde innsatte innenfor sitt toleransevindu og samtidig bidra til vekst og læring. Gjennom tillitsfulle relasjoner kan fengslebetjenter også bidra med å utvikle innsattes evne til å regulere følelser. I følge Rygvold og Ogden (2017, s. 116) starter selvregulering med ytre påvirkning i sosiale interaksjoner, for så å bli internalisert i individet. Denne prosessen kan forstås parallelt med begrepet den generaliserte andre, som også handler om hvordan individet internaliserer normer, forventninger og meninger (Levin og Trost, 2005, s. 61). Nordanger og Braarud (2014, s. 3 - 4) omtaler på sin side dette som andre-regulering. I utviklingspsykologien handler dette om at en omsorgsperson hjelper barnet tilbake til toleransevinduet, samtidig utvikler barnet indre arbeidsmodeller for å regulere egne følelser. Det er viktig å understreke at denne andrereguleringen ifølge Hagen, Da Silva og Thelle (2016, s. 28 – 30) også gjelder voksne pasienter med tidlige relasjonstraumer. De påpeker samtidig at affektregulering, trygghet og relasjoner er viktige prinsipper i arbeide med traumatiserte klienter. Mitt syn tilsier at dette også er viktige prinsipper å ta med seg inn i arbeidet med innsatte, da en fengselsbetjent gjennom å regulere innsattes følelser samtidig kan bidra til å utvikle den innsattes evne til å regulere egne følelser. På denne måten kan fengselsbetjenter gjennom etableringen av tillitsfulle relasjoner til innsatte forebygge aggresjon og vold og dermed forhindre restriktive tiltak som isolasjon.

Så langt har jeg tatt for meg hvordan tillitsfulle relasjoner kan bidra til å redusere bruken av isolasjon, men er det virkelig så enkelt? Hvilke utfordringer finnes i forhold til relasjonsbygging? Først og fremst påpeker Levin og Trost (2005, s. 14) at en persons sinnstilstand kan få betydning for hvordan han eller hun definerer en gitt situasjon og handler. Erfaringer, emosjonell tilstand og temperament kan bidra til både hypoaktivert og

hyperaktivert tilstand (Siegel gjengitt i Nordanger og Braarud, 2014, s. 3). Dette kan bety at tillitsfulle relasjoner ikke er nok til å forebygge aggresjon og vold. Dette er også noe jeg gjenkjenner fra egen praksis. Eksempelvis opplevde jeg for noen år siden å bli fysisk angrepet av en innsatt som jeg hadde en god relasjon til. I dette tilfellet forsøkte jeg gjentatte ganger å kommunisere med vedkommende, men jeg fikk et inntrykk av at jeg ikke oppnådde noen kontakt med den innsatte. I følge Nordanger og Braarud (2014, s. 6) kan traumatisk stress gjennom å utløse kortisol bidra til at den nevralt forbindelsen mellom hjernens alarmsystem og logikkhjernene brytes ned. Dette kan være en grunn til at jeg ikke oppnådde kontakt med innsatte. Uansett så viser eksempelet at tillitsfulle relasjoner i noen tilfeller ikke er nok til å forebygge aggresjon og vold. Dette tilfellet endte med at innsatte ble isolert på sikkerhetscelle.

En innsattes psykiske helse kan skape utfordringer når det gjelder relasjonsbygging generelt og i krevende relasjoner spesielt. Her velger jeg å bruke personlighetsforstyrrelser som et eksempel, en lidelse som er utbredt blant innsatte. Cramer (2014, s. 5) fant i sin undersøkelse at hele 73% av de innsatte i norske fengsler viste tegn på personlighetsforstyrrelse. Kort fortalt handler personlighetsforstyrrelser om stabile og rigide personlighetstrekk som skaper problemer for individet selv eller omgivelsene, og humørsvingninger, fiendtlighet og mistenksomhet er utbredt (Craissati, Joseph og Skett, 2015, s. 1-2). Craissati m. fl. (2015, s. 112) påpeker at klienter med personlighetsforstyrrelser kan vekke sterke reaksjoner hos ansatte. Stressende reaksjoner i møte med en klient kan automatisk utløse den ansattes alarmberedskap og utløse kamp, flukt eller frysreaksjon hos denne. (Thomassen og Neumann, 2019, s. 56 – 59). Resultatet kan bli at hjelperen fremstår som straffende, avvisende eller dehumaniserende ovenfor klienten (Craissati, Joseph og Skett, 2015, s. 112-115). Dette er godt kjent i fra egen praksis og erfaringsmessig er slike reaksjoner et dårlig grunnlag for å etablere tillitsfulle relasjoner til innsatte. Innsattes psykiske helsetilstand kan dermed påvirke en fengselsbetjents alarmsystem, noe som kan hemme muligheten for å bygge en tillitsfull relasjon. Dette kan få negative konsekvenser med tanke på å forebygge aggresjon og vold ved hjelp av tillitsfulle relasjoner, og dermed forhindre isolasjon ved hjelp av en slik relasjon.

Som jeg allerede har vært inne på kan en fengselsbetjents alarmberedskap skape utfordringer i forhold til relasjonsbyggingen med de innsatte. Finnes det egentlig noen løsninger på dette? Hagen, Da Siva og Thelle (2018, s. 188) foreslår «selvavgrensing» som en mulig løsning, noe som handler om å skille mellom tjenesteyters egne følelser og klientens følelser. Dette kan bidra til at hjelperen følger seg mindre truet når det gjelder sin egen selvfølelse. I tillegg

påpeker Thomasen og Neumann (2019, s. 13) at bevissthet rundt egne følelser og kroppslige reaksjoner som oppstår hos hjelpere i stressede situasjoner er sentralt. Dette kan hjelpe tjenesteyter å holde sine egne følelser unna samhandlingen med sin klient, slik at hjelperen ikke risikerer å opptre avvisende eller med sinne ovenfor klienten (Thomassen og Neumann, 2019, s. 23 - 24). For å bli kjent med seg selv kreves det «et situeringsarbeid», som innebærer å reflektere rundt sine egne følelser, samt hvordan man påvirker klienten og selv blir påvirket i møte med denne (Thomassen og Neumann, 2019, s. 15). På bakgrunn av dette kan «selvavgrensing», kjennskap til egne følelser og reaksjoner være nyttige verktøy for å hjelpe en fengselsbetjent til å holde kontroll på sin egen alarmberedskap. Kontroll på egen alarmberedskap kan gi et bedre grunnlag med tanke på å bygge tillitsfulle relasjoner, som igjen kan virke forebyggende på situasjoner som kan føre til isolasjon i form av utelukkelse eller bruk av sikkerhetscelle.

I forrige avsnitt rettet jeg søkelyset mot hvordan en fengselsbetjents egne følelser kunne skape utfordringer når det gjelder å bygge tillitsfulle relasjoner, men erfaringsmessig så finnes det en ytterligere utfordring som skaper problemer i dette arbeidet. Utfordringen jeg ønsker å drøfte handler om makt. Forskrift til straffegjennomføringsloven (2002) paragraf 3-11 gir fengselsbetjenten en formell myndighet til å forvalte makt ovenfor innsatte (Forskrift om straffegjennomføring, 2002, § 3-11). Fredwall (2017) påpeker at fengselsbetjentens plikter går ut på å kontrollere innsatte, og om nødvendig bruke fysisk makt. Fengselsbetjenten skal samtidig støtte og ivareta de innsatte gjennom fengselsoppholdet, og som følger av dette arbeider fengselsbetjenten i spenningsfeltet mellom kontroll og omsorg (Fredwall, 2017, s. 327). I følge Rygvold og Ogden (2017, s. 106) forutsetter positive relasjoner at den profesjonelle kan vise empati, omsorg og respekt for klienten. Samtidig trekker Lillevik og Øien (2014, s. 20) frem at institusjonelle rammer, regler og rutiner kan virke krenkende på klienten. I forhold til egne erfaringer kan denne spenningen mellom kontroll og omsorg skape utfordringer i relasjonsbyggingen, og krenkelse av innsatte gir ofte et dårlig grunnlag når det gjelder å bygge relasjoner. Eksempelvis har jeg opplevd at jeg har klart å bygge opp en relasjon, men at denne igjen har blitt ødelagt som følge av avkreving av urinprøver, visitasjon og grensesetting.

En løsning på disse utfordringene kan være det Levin og Trost (2005, s. 13) betegner som «reframing» og som går ut på å endre en persons definisjon og syn på en gitt situasjon. I mitt første møte med innsatte har jeg derfor brukt tid på å forklare innsatte grundig om hva mine er arbeidsoppgaver som fengselsbetjent er. Her har jeg påpekt at jeg har både kontrolloppgaver i

form av opprettholdelse av ro, orden og sikkerhet, samtidig som jeg også skal støtte og veilede den innsatte gjennom soningen. Tilsvarende hevder Nytrøen (2019) følgende om innsatte: «De forstår det meste, bare de får en forklaring» (Nytrøen, 2019, s. 204). Dette er helt i tråd med mine egne erfaringer. På denne måten kan en avklaring rundt arbeidsoppgaver bidra til at relasjoner opprettholdes, slik at relasjonen får en forebyggende effekt og dermed også forebygge situasjoner som kan føre til isolasjon.

Kan fengselsbetjentens definisjon av situasjonen motvirke aggresjon og vold fra innsatte?

I dette kapitlet skal jeg rette søkelyset mot hvorvidt fengselsbetjentens definisjon av en gitt situasjon kan redusere bruken av isolasjon. Levin og Trost (2005, s. 97) forklarer at en persons minner og erfaringer, vil påvirke hvordan personen handler. Det som formet min definisjon av en tilspisset situasjon, var å få en forståelse av fenomenet vold og at dette ifølge Lillevik og Øien (2014, s. 10) er et resultat av avmakt. I tillegg har volden en mening (Lillevik og Øien, 2010, s. 87). Dette har blitt en del av min definisjon av tilspissede situasjoner, hvor jeg nå søker å forstå denne meningen og gjøre noe med den innsattes potensielle avmaktsfølelse, for å roe ned situasjoner. I følge Lillevik og Øien (2014, s. 10) vil alt en tjenesteyter gjør for å redusere avmakt hos klienten, ha en aggresjonsdempende effekt. Tidligere har jeg nok hatt en tendens til å definere situasjonen som om innsatte er «ufin», «masete» eller lignede. Når jeg har forstått situasjonen på en slik måte har jeg ønsket å irettesette innsatte. Min erfaring er at en slik irettesettende tilnærming ofte har ført til at situasjonen har eskalert og aggresjon og vold har oppstått. På bakgrunn av det jeg har beskrevet ovenfor kan derfor en bevisstgjøring av hvorfor aggresjon og vold oppstår, legge til rette for tilnærminger som reduserer avmakt hos innsatte. Dersom avmakten hos innsatte reduseres kan dette igjen forebygge aggresjon og dermed forhindre isolasjon i form av utelukkelse eller bruk av sikkerhetscelle.

Ovenfor var jeg inne på hvordan en forståelse av aggresjon kan hjelpe fengselsbetjenter i tilspissede situasjoner. Her skal jeg se nærmere på hvordan den samme forståelse kan komme til nytte i en fengselsbetjents generelle tilnærming til innsatte. Johnstone og Cooke (2008, s. 14) beskriver «situasjonelle risikofaktorer» for vold og aggresjon. Disse risikofaktorene finnes i konteksten som individet inngår i og ansattes tilnærming til innsatte er en slik risikofaktor. Altfor rigid behandling eller det å bli utsatt for overgrep og provokasjoner fra ansatte kan føre til motstand, forsvar og vold fra innsatte (Johnstone og Cooke, 2008, s. 76). En forståelse av at vold som et botemiddel mot avmakt (Lillevik og Øien, 2014, s. 10), har ført til at jeg prøver

så langt det er mulig å unngå å sette innsatte i en avmaktssituasjon. I eksempelet jeg startet med innledningsvis var det akkurat dette som var taktikken. Da jeg heller valgte å bygge relasjon med innsatte i stedet for å gi han ordre om å utbedre forholdet på cellen, unngikk jeg samtidig å skape en avmaktssituasjon. Slik jeg ser det kan derfor en forståelse av sinne som et resultat av en avmaktssituasjon, bidra til mer skånsomme tilnærminger fra fengselsbetjenter når det gjelder grensesettingssituasjoner. Dette kan igjen redusere situasjoner som ofte fører til isolasjon av innsatte.

Kjennskap til hjernens alarm- og reguleringssystem kan også bidra til hvordan fengslebetjenter definerer situasjoner og deretter handler. I følge Thomassen og Neumann (2008, s. 14) kan stressaktivering sette kroppen i alarmberedskap. Alarmberedskap kan, som tidligere nevnt, igjen føre til en hyperaktivert tilstand med flukt- eller kampreaksjoner som videre kan resultere i sinne, aggresjon og vold (Ogden, Minton og Pain i Nordanger og Braarud, 2014, s. 8). Hjelperen bør derfor bidra til å roe ned i konfliktsituasjoner, for blant annet å senke stressnivået hos klienten. Dette kan gjøres ved å opptre rolig, forslå at en setter seg ned og tar små naturlige pauser i kommunikasjonen (Lillevik og Øien, 2014, s. 109). Slik jeg ser det vil kunnskap om hjernens alarm- og reguleringssystemer, hjelpe fengslebetjenter å forstå hva som skjer med innsatte i konfliktsituasjoner og kanskje også dreie oppmerksomhet til fengselsbetjenter, slik at de opptre rolig nok og kan hjelpe innsatte tilbake i tolleransevinduet. Klarer fengselsbetjenter å unngå at innsatte havner i flukt- og kampreaksjoner i opphetede situasjoner, kan dette forebygge utagering og aggresjon som kan ende med isolasjon.

Ovenfor har jeg vært inne på hvordan økt forståelse kan prege en fengselsbetjents definisjon på en måte som kan redusere aggresjon og vold, men kan fengselsbetjentes minner og erfaringer også skape utfordringer? Thomasen og Neumann (2019, s. 21) påpeker at minner og erfaringer fra hjelperens liv kan prege hjelperen i samhandlingen med sine klienter. Som fengselsbetjent har jeg opplevd mange vold- og trusselsituasjoner og slik er det sikkert også for mange andre kollegaer i Kriminalomsorgen. Slik jeg ser det kan dette få betydning for hvordan fengselsbetjenter definerer situasjoner og dermed konsekvenser for samhandlingen med innsatte. I følge Thomassen og Neumann (2019, s. 58 - 59) kan ubevisste minner automatisk utøse hjelperens alarmberedskap dersom hjelperen opplever en stressende situasjon. Konsekvensen kan bli at fengselsbetjenter reagerer med sinne og blir høylytte, noe som kan skape ytterligere aggresjon hos innsatte (Lillevik og Øien, 2014, s. 105 – 108).

Jeg har selv kjent at min alarmberedskap har blitt utløst. I slike situasjoner kjenner jeg at jeg blir varm i kinnene og skjelven i kroppen. Både rødme og skjelving er et tegn på at adrenalin er skilt ut (Hilsen, 2019). Ut i fra mine refleksjoner vil trigget alarmberedskap hos innsatte og ansatte utgjøre en høy risiko for aggresjon og fysisk maktanvendelse. Trammell og Rundle (2015) gjennomførte en kvalitativ undersøkelse når det gjelder innsattes perspektiv på konfliktsituasjoner i USA, og viser at ansattes sinneutbrudd ofte førte til fysiske konfrontasjoner. Så fremt fengslebetjenter ofte har vært i konfliktsituasjoner med innsatte som ender med fysisk maktanvendelse, kan minner og erfaringer fra disse tidligere situasjonene bidra til at liknende nye situasjoner eskaleres og i mange tilfeller ender med bruk av isolasjon.

Til tross for at våre minner og erfaringer kan trigge aggresjon og motstand, finnes det likevel noen mulige løsninger. Tidligere har jeg nevnt at både «selvavgrensning» og kontroll på egne følelser kan bidra til at fengselsbetjenten føler seg mindre truet, og at denne klarer å holde egne følelser og reaksjoner unna samhandlingen med innsatte. Men holder dette i tilspissede situasjoner? I følge Lillevik og Øien (2014, s. 105 -106) kan avspenningsteknikker og selvinstruksjon hjelpe oss til å gjenkjenne følelser og regulere disse følelsene. Videre foreslår Thomassen og Neumann (2019, s. 60) bruk av verktøy for å regulere følelser, slik som pusteøvelser i en tilspisset situasjon. Jeg bruker også pusteøvelser i skarpe situasjoner for å håndtere negative følelser. Disse øvelsene går ut på at jeg puster dypt inn en gang, deretter fokuserer jeg på å puste. I tillegg konsentrerer jeg meg om å kjenne at fotbladene er trykket mot gulvet samtidig som jeg instruerer meg selv til å forholde meg rolig. Disse teknikkene har fungert utrolig bra for meg, og jeg bruker disse øvelsene før jeg blir varm i kinnene og skjelvingene i kroppen kommer. En annen ting som har fungert godt for meg er kjennskap til hvordan hjernens alarm- og reguleringsystem fungerer. Dette har bidratt til en større forståelse av mine egne kroppslige reaksjoner i tilspissede situasjoner og hva jeg må ha fokus på i disse situasjonene. På bakgrunn av det jeg har beskrevet kan derfor selvavgrensning, kjennskap og forståelse om egne følelser og avspennings- og selvinstruksjonsteknikker fremstå som nyttige verktøy for å forebygge aggresjon, og situasjoner som kan eskalere til bruk av isolasjon.

Ovenfor har jeg vært inne på hvordan minner og erfaring kan ha både en positiv og negativ effekt når det gleder valgt problemstilling. I følge et symbolsk interaksjonsperspektiv er et menneskets handlinger et produkt av hele dets historie. Det vil si at mennesket aldri glemmer og at tidligere erfaringer vil påvirke nåværende situasjoner (Levin og Trost, 2005, s. 22). Tilsvarende vil jeg argumentere for at de erfaringene fengselsbetjenter sitter igjen med etter

en tilspisset situasjon, vil få betydning for hvordan de definerer og løser den neste liknende situasjonen. I følge Lillevik og Øien (2014) er refleksjon rundt egen praksis grunnleggende for å se nye muligheter og løsningsstrategier (Lillevik og Øien, 2014, s. 141), og ut fra dette også endre fengselsbetjentes praksis. Det er, som tidligere nevnt, klare paralleller mellom selvrefleksjon slik Lillevik og Øien beskriver det, og det som Thomassen og Neumann (2019, s. 15) beskriver som «situering», hvor hjelper reflekterer over hvordan han eller hun selv preger og blir preget av situasjonen. Jeg har erfart at refleksjon har vært til stor hjelp når det gjelder å forstå egne følelser og reaksjoner, samt evaluere om mine løsninger hadde en triggende eller hemmende effekt på en opplevd situasjon. I tillegg til selvrefleksjon har jeg også benyttet meg av tilbakemeldinger fra involverte kolleger, noe som har vist seg å gi nyttig informasjon som jeg kan ta med meg inn i mine refleksjoner. Lillevik og Øien (2014, s. 141) understreker at det å kunne reflektere er en del av det å være en god hjelper. Slik jeg ser det kan selvrefleksjon være et nyttig verktøy for å gjøre fengselsbetjenter i bedre stand til å forebygge situasjoner som kan føre til bruk av isolasjon.

Som hjelpere kan fengselsbetjenter både ha triggende og hemmende effekt på innsattes aggresjon. Derfor er det viktig at hjelpere utvikler egenskaper som kan dempe vold og aggresjon (Lillevik og Øien, 2014, s. 10). I følge Levin og Trost (2005, s. 100 – 101) er utdanning en sosial samhandling, og gjennom utdanning utvikles selvet. Hvordan selvet utvikles får dermed betydning for hvordan en person definerer situasjoner og handler. Jeg tolker dette i retning av at økte faglige kunnskaper kan sette fengselsbetjenter bedre i stand til å forebygge aggresjon og vold, som tidligere nevnt under redegjørelsen for min forforståelse.

Ovenfor kom jeg dessuten frem til at også selvrefleksjon er nødvendig for å bli bedre i stand til å forebygge vold og aggresjon. Dette kan tyde på at en kunnskapsbasert tilnærming koblet sammen med selvrefleksjon kan være fordelaktig i forebyggingsarbeid. I følge Nordtvedt, Jamtvedt, Graverholt, Nordheim og Reinart (2012, s. 15 – 19) handler kunnskapsbasert praksis om at vi benytter oss av forskningsbasert kunnskap og erfaringsbasert kunnskap i vår praksis, samtidig som vi også tar hensyn til brukermedvirkning og konteksten vi inngår i.

Brukermedvirkning og kontekst vil jeg komme tilbake til senere, men er en kunnskapsbasert tilnærming nok til å sette fengselsbetjenter i stand til å forebygge aggresjon og vold? Lillevik og Øien (2010, s. 94) gjennomførte en kvalitativ undersøkelse som fokuserte på hvilke kvaliteter en hjelper må ha for å kunne forebygge aggresjon, trusler og vold. Konklusjonen i studien var at faglig kunnskap alene ikke var nok, men de fant at hjelperens personlige

kompetanse hadde en viss dempende effekt. I følge forskerne utgjør den personlige kompetansen en relativ stabil del av den profesjonelle og inkluderer medfødte egenskaper, egenskaper utviklet over tid, teoretisk kunnskap og praktiske ferdigheter (Lillevik og Øien, 2010, s. 94). Engel, McManus og Herold (2020) gjennomførte en systematisk oversikt over effekten av de-eskalerings treningsprogrammer for å hindre eskalering av konfliktsituasjoner i psykiatriske institusjoner i USA. Forskerne gjennomgikk 64 evalueringer over en periode på 40 år, men de fant ikke noen tilstrekkelige funn som kan garantere effektiviteten av de-eskalerings treningsprogrammer. I lys av de nevnte studiene vil jeg argumentere for at en kunnskapsbasert tilnærming kan være en nødvendig forutsetning fengselsbetjenter må ha for å forebygge aggresjon og vold, men at en kunnskapsbasert tilnærming ikke alltid er tilstrekkelig i forebyggingsarbeidet. Personlig egnethet kan dessuten spille en viktig rolle når det gjelder å kunne forebygge situasjoner som fører til isolasjon i fengsel.

Hvordan kan fengselsbetjenter forebygge aggresjon og vold gjennom å lytte til innsatte?

I kapitlet over har jeg drøftet hvordan fengselsbetjentes definisjon og forståelse av situasjoner kan få betydning for hvordan de kan forebygge aggresjon og vold. I dette kapitlet vil jeg drøfte hvorvidt fengselsbetjenter kan forebygge situasjoner som fører til isolasjon gjennom å lytte til innsatte. Her vil jeg først redegjøre for begrepet «sympatisk introspeksjon». Levin og Trost (2005, s. 68) forklarer begrepet «sympatisk introspeksjon» med at en forsøker å sette seg inn i og forestiller seg andre menneskers forestillingsverden, og hvordan dette mennesket definerer en gitt situasjon. Hvis jeg forstår vold, parallelt med Lillevik og Øien (2014, s. 10) som et botemiddel mot avmakt, vil jeg være opptatt av å finne ut om innsatte føler avmakt, hva denne avmakten består av og hvordan den innsatte opplever sin situasjon. Gjennom denne tankegangen er jeg også inspirert av hermeneutikken, som ifølge Brottveit og Del Busso (2018, s. 29) handler om å forstå menneskelige handlinger, og i tillegg er jeg inspirert av en fenomenologisk tilnærming som tar sikte på individets fortellinger om hvordan noe oppleves i deres livsverden (Brottveit & Del Busso, 2018, s. 46 – 50) Jeg har erfart at det å lytte til innsattes historier gir mange muligheter til å forebygge aggresjon og vold.

Først og fremst kan aktiv lytting i seg selv bidra til å senke konfliktnivået i tilspissende situasjoner (Bråten, 2011, s. 19). Bare det at fengselsbetjenter tar seg tid til å lytte, viser at de tar innsatte på alvor, kan i seg selv ha en aggresjonsdempende funksjon (Lillevik og Øien, 2014, s. 75). I tillegg har også språk vist seg å ha en aggresjonsdempende funksjon (Rygvoid

og Ogden, 2017, s. 122). I selve aggresjonsoppbygningen kan et «aktiveringsbrudd» bidra til at fengselsbetjentene hjelper innsatte med å gjenvinne kontrollen over aggresjonen sin. Et «aktiveringsbrudd» handler om å bryte konflikteskaleringen (Lillevik og Øien, 2014, s. 94 – 96). I opphetede situasjoner har jeg forsøkt å holde roen, invitert innsatte til samtale og signalisert at jeg er villig til å lytte til hans perspektiv. I denne sammenhengen har selve invitasjonen til samtale fungert som et «aktiveringsbrudd», og selve samtalen har fungert som aggresjonsdempende. Det å invitere til samtale, ta den innsatte på alvor og lytte kan ha en forebyggende effekt, slik at vi unngår bruk av isolasjon.

Det å lytte til innsatte kan også gi flere andre muligheter til å forebygge aggresjon og vold. Sett i lys av symbolsk interaksjonisme blir et menneskes definisjon av en situasjon bestemmende for hvordan mennesker handler. Gjennom pågående prosesser omdefinierer mennesker situasjonen konstant (Levin og Trost, 2005, s. 12). Informasjon om innsattes egne opplevelser, gir fengselsbetjenter derfor mulighet til å omdefinere sin egen definisjon av situasjonen og hvordan de kan håndtere situasjonen. Først og fremst kan tjenesteyter bidra med en redefinering av klientens definisjon av sin situasjon (Levin og Trost, 2005, s. 13). Eksempelvis har jeg erfart at det er nyttig å klare opp i misforståelser, gi nødvendige begrunnelser for beskjeder eller rett og slett komme med et annet perspektiv på innsattes avmaktssituasjon, slik at avmaktsfølelsen reduseres. For det andre kan hjelperen ifølge Lillevik og Øien (2014, s. 110 – 111) bidra til å finne muligheter og handlingsvalg for å løse klientens avmaktsfølelse. I denne sammenhengen er det viktig å ivareta prinsippet om brukermedvirkning, som i seg selv kan ha en aggresjonshemmende funksjon (Lillevik og Øien, 2014, s. 83).

Brukermedvirkning er en del av en god kunnskapsbasert praksis koblet sammen med at tjenesteyter tar i bruk forskningsbasert kunnskap og erfaringsbasert kunnskap i sitt arbeide. Brukermedvirkning handler om at klientens syn innhentes og blir lagt vekt på i avgjørelser (Nordtvedt, Jamtvedt, Graverholt, Nordheim og Reinart, 2012, s. 16). Både redefinering av innsattes situasjon, finne konkrete løsninger på innsattes avmaktssituasjon og ivareta brukermedvirkning kan derfor være nyttige verktøy for å redusere aggresjon som igjen kan forhindre bruk av isolasjon i form av utelukkelse eller innsettelse på sikkerhetscelle.

Ovenfor drøftet jeg brukermedvirkning som virkemiddel for å redusere innsattes avmaktsfølelse. Brukermedvirkning kan imidlertid også by på utfordringer. I følge Lillevik og Øien (2014) kan brukeren komme med krav som hjelperen ikke kan imøtekomme, derfor må

hjelperen klargjøre nødvendige grenser på en rolig og skånsom måte, samtidig som også hjelperen aktivt leter etter kompromisser (Lillevik og Øien 2014, s. 11). Gjennom å skape forutsigbarhet og oversikt reduseres brukerens avmakt (Lillevik og Øien, 2014, s. 104), og på denne måten kan fengselsbetjenten redusere risikoen for situasjoner som ofte kan ende med isolasjon.

Som tidligere nevnt kan det erfaringsmessig være vanskelig å kommunisere med innsatte i svært opphetede situasjoner. Lillevik og Øien (2014, s. 94 – 96) påpeker at desto lengere en kommer i aggresjonsoppbygningen, desto mindre blir mulighetene til å forebygge utagering. Når det gjelder arbeid med atferdsproblemer blant ungdommer i skolen er det viktig for lærer å være proaktiv, fokusert og gripe inn før små problemer blir store (Ogden & Rygvold, 2017, s. 115). Jeg har erfart at dette også gjelder i arbeide med innsatte. I følge Lillevik og Øien (2014) handler dette om tidlig intervensjon, som er et viktig prinsipp når det gjelder konflikthåndtering. Denne formen for konflikthåndtering krever «miljøsensitivitet», som blant annet handler om å fange opp tegn på mulige samhandlingsproblemer mellom brukere eller mellom brukere og ansatte (Lillevik og Øien, 2014, s. 96 – 98). Ut i fra mine erfaringer er det enkelt og fange opp stemningen i innsattes miljø, men det krever at betjenten er tilstedeværende i dette miljøet. «Miljøsensitivitet» og tidlig intervensjoner er på denne måten viktige forebyggende tiltak når det gjelder situasjoner som kan føre til isolasjon i fengsel.

Hvordan påvirker kravet om kostnadseffektivitet fengselsbetjentes forutsetninger for å forebygge aggresjon og vold?

I de forrige kapitlene har jeg diskutert hvordan fengselsbetjenter kan bidra til å dempe aggresjon og vold, men det finnes faktorer på struktur- og samfunnsnivå som kan påvirke fengselsbetjentes forutsetninger for å lykkes i dette arbeidet. I det neste vil jeg drøfte hvordan kravet om konstandseffektivitet kan påvirke arbeidet med å dempe aggresjon og vold. I følge Nordtvedt, Jamtvedt, Graverholt, Nordheim og Reinart (2012, s. 16) vil konteksten spille en rolle for hvordan en tjenesteyter utfører sin praksis. Dette betyr at de rammene fengselsbetjenter jobber innenfor, vil få betydning for hvordan de faktisk klarer å forebygge situasjoner som leder til isolasjon i fengsel.

Fra og med budsjettåret 2015 innførte regjeringen Avbyråkratiserings- og effektiviseringsreformen (Oppegaard og Seip, 2019, s. 1). Poenget med denne reformen var å sikre en mer effektiv statelig drift, og forutsetter at offentlige virksomheter årlig kutter 0,5% av sine driftsutgifter. Beregningsgrunnlaget regnes ut fra virksomhetens salderte driftsbudsjett fra året før (Prop. 1 S (2014–2015), s. 35). Oslo Economics og Agenda Kaupang fikk av

regjeringen oppdraget om å analysere driftssituasjonen i Kriminalomsorgen ut i fra Avbyråkratiserings- og effektiviseringsreformens konsekvenser. I denne rapporten ble det konkludert med at reformen ikke hadde hatt vesentlige konsekvenser for hverken sikkerhet eller tjenestetilbud i Kriminalomsorgen (Oslo Economics 2018, s. 1). FAFO gjennomførte også en undersøkelse om konsekvenser av reformen på vegne av LO. I denne studien kom det derimot frem at mange offentlige virksomheter opplever ansettelsesstopp, redusert bemanning, økt arbeidsmengde, usikkerhet i organisasjonene og kulturendringer. I tillegg påpekes det at reformen har ført til svekket tjenestekapasitet (Oppegaard og Seip, 2019). Mine erfaringer samsvarer med den sistnevnte undersøkelsen. Jeg har erfart at bemanningen er blitt noe redusert, samtidig som arbeidsoppgavene har blitt flere.

I følge Arbeidstilsynet (2020) kan arbeidstakere oppleve stress når det stilles krav til jobben deres, utover det de kan mestre. Det understrekes her at stressreaksjoner er kroppens alarmfunksjon som er aktivert. Stressreaksjoner inkluderer derfor kamp, flukt- og frysreaksjoner (Thomassen og Neumann, 2019, s. 58), og Arbeidstilsynet (2020) informerer også om at psykologiske reaksjoner på stress blant annet vil være frustrasjon, irritasjon og generelt dårlig humør. Engel, McManus og Herold (2020) fant i sin kvalitative studie om innsattes perspektiv på konflikter, at sinneutbrudd hos fengselsbetjenter ble trukket frem som en klar årsak til konflikter mellom ansatte og innsatte. Johnstone og Cooke (2008, s. 76) påpeker som tidligere nevnt at ansattes stil- og tilnærming er en «situasjonell risikofaktor» som kan øke sannsynligheten for aggresjon og vold fra innsatte. Dette betyr at økt stress hos fengselsbetjenter kan bidra til at risikoen for at aggresjon og vold øker i omfang, og dermed kan resultere i økt bruk av isolasjon som tiltak.

Økt arbeidsmengde og stress kan også redusere ansattes tilgjengelighet, som ifølge Johnstone og Cooke (2008, s. 76) også er en «situasjonell risikofaktor» for vold og aggresjon.

Fengselsbetjenter kan bli utilgjengelige på flere måter. Jeg har ofte erfart at innsatte spør etter hjelp, men ikke får hjelp fordi ansatte er opptatt med andre gjøremål. I noen situasjoner kan dette kanskje øke avmaktsfølelsen hos innsatte, noe som ifølge Lillevik og Øien (2014, s. 10) kan resultere i aggresjon og vold. I tillegg påpeker Arbeidstilsynet (2020) at stress kan utløse ansattes alarmberedskap, noe som ifølge Thomassen og Neumann (2019, s. 58 – 59) kan utløse en fluktreaksjon. Dette kan igjen føre til at ansatte opptrer unnvikende ovenfor sine klienter (Thomassen og Neumann, 2019, s. 24).

For fengselsbetjenter kan utilgjengelighet også få flere uheldige konsekvenser. Ut fra mine erfaringer kan stress og økt arbeidsmengde svekke ansattes mulighet når det gjelder «miljøsensitivitet». Som jeg også var inne på ovenfor påpeker Lillevik og Øien (2014, s. 96-97) at miljøsensitivitet er en forutsetning for å gripe inn tidlig i en aggresjonsoppbygning, hvor også muligheten til å forbygge vold og aggresjon er størst. Ut fra mine erfaringer vil økt arbeidsmengde svekke fengselsbetjentes mulighet til å delta i fellesskapet med de innsatte, og dermed også svekke muligheten til å fange opp signaler i miljøet som kan ha betydning for det forebyggende arbeidet. Slik jeg ser det kan derfor stress og økt arbeidsmengde redusere fengselsbetjentes forutsetninger til å forebygge situasjoner som kan medføre bruk av isolasjon. Samtaler mellom innsatte og ansatte kan også ha en stressdempende funksjon hos de innsatte (Whittington og Wykes gjengitt i Johnstone og Cooke, 2008, s. 76). Ut fra mitt syn kan derfor fravær av slike samtaler ha motsatt effekt, noe som kan bety økt risiko for aggresjon og vold.

Avslutning

Innledningsvis slo jeg fast at isolasjonsskader har vært kjent siden 1830 (Smith, 2006, s. 457). Selv om disse skadevirkningene har vært kjent lenge, avdekket likevel Sivilombudsmannen (2019) hyppig bruk av isolasjon i norske fengsler. I denne oppgaven rettet jeg derfor fokuset på hvordan fengselsbetjenter kan redusere bruken av isolasjon i norske fengsler, gjennom å forebygge aggresjon og vold hos innsatte. Først drøftet jeg hvordan relasjoner mellom innsatte og ansatte kan forebygge aggresjon og vold. Videre drøftet jeg hvorvidt fengselsbetjentens definisjon av en gitt situasjon kan bidra og hvordan en fengselsbetjents evne til å lytte til innsatte kan bidra til å forebygge situasjoner som fører til isolasjon i fengsel. Til slutt tok jeg for meg hvordan kravet om kostnadseffektivitet kan svekke en fengselsbetjents forutsetninger til å forebygge hendelser som fører til isolasjon.

En konklusjon kan synes å være at en kunnskapsbasert tilnærming langt på vei kan hjelpe fengselsbetjenter når det gjelder å forebygge aggresjon. Samtidig er ikke en kunnskapsbasert praksis alene nok, men må støttes av gunstige rammebetingelser som gir fengselsbetjente mulighet til å være tilstede i avdelingen. Forforståelsen min tilsa at økte faglige kunnskaper kunne redusere behovet for isolasjon i fengsel, men i løpet av oppgaven kom jeg frem til at personlig egnethet også spiller en stor rolle i dette arbeidet. Dessuten kan kontekstuelle forhold i form av krav om kostnadseffektivitet redusere fengselsbetjentenes forutsetning til å lykkes i det forebyggende arbeidet.

Min forforståelse ble her motbevist, men likevel kunne det ha vært interessant og fruktbart og sett effekten av økt kunnskap når det gjelder å forebygge situasjoner som fører til isolasjon i fengsel. Fremtidig forskning i forhold til norske fengsler og aggresjonsforebyggende arbeid bør kanskje rettes mot effekten av den nye bachelor utdanningen i straffegjennomføring, eller gjennomføring av aktuelle enkeltemner.

Litteraturliste

Arbeidstilsynet. (2020). *Stress*. Hentet 24.09.20 fra:

<https://www.arbeidstilsynet.no/tema/stress/>

Brottveit, G., & Del Busso, L. (2018). *Vitenskapsteori og kvalitative forskningsmetoder: Om å arbeide forskningsrelatert*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Bråten, O., A. (2011). *Håndbok i konflikthåndtering: Forebygging av trakassering, trusler og vold* (1. utg. ed.). Kristiansand: Høyskoleforlaget AS.

Craissati, J., Joseph, N., & Skett, S. (2015). *Working with offenders with personality disorder: a practitioners guide* (second edition). National offender management service. NHS England.

Henter fra:

https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/869843/6.5151_HMPPS_Working_with_Offenders_with_Personality_Disorder_v17_WEB.pdf

Cramer, V. (2014). *Forekomst av psykiske lidelser hos domfelte i norske fengsler*. Kompetansesenterets prosjektrapport, 1. Hentet fra: https://sifer.no/wp-content/uploads/2019/08/Forekomst_av_psykiske_lidelser_hos_domfelte_i_norske_fengsler.pdf

Dalland, O. (2017). *Metode og oppgaveskriving* (6. utg. ed.). Oslo: Gyldendal akademisk.

Engel, R., S., McManus, H., D., & Herold, T., D., (2017). *The Deafening Demand for De-escalation Training: A Systematic Review and Call for Evidence in Police Use of Force Reform*. Hentet fra: https://www.theiacp.org/sites/default/files/IACP_UC_De-escalation%20Systematic%20Review.pdf

Forskrift om straffegjennomføring. (2002). Forskrift om straffegjennomføring (FOR-2002-02-22-183). Hentet fra: <https://lovdata.no/forskrift/2002-02-22-183>

Fredwall, T., E. (2019). Balansekunst og lydighet. Etikk og forventet profesjonsmoral i Kriminalomsorgens yrkesetiske retningslinjer. I K., G. Westerheim & H., M. Kjærgård, E. (Red.), *Kunnskapsbasert straffegjennomføring i Kriminalomsorgen i Norge*. (s. 310 – 331). Bergen: Fagbokforlaget.

Grunnloven. (1814). Kongeriket Norges Grunnlov (LOV-1814-05-17). Hentet fra:

<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1814-05-17>

Hagen, M., Barbosa da Silva, A., & Thelle, M. (2016). *Traumebevisst omsorg i psykisk helsearbeid: Fra et tilknytningsteoretisk perspektiv*. Oslo: Universitetsforlaget.

Hilsen, M. (2019). -Stresshormonet adrenalin gir sommerfugler i magen ved forelskelse. Sykepleien. Hentet fra: <https://sykepleien.no/2019/03/stresshormonet-adrenalin-gir-sommerfugler-i-magen-ved-forelskelse>

Johnstone, L. & Cooke, D. (2008). *PRISM: Promoting Risk Intervention by Situational Management: Strukturerte faglige retningslinjer for vurdering av situasjonsbetingede risikofaktorer knyttet til vold i institusjoner: Brukermanual*. Bergen: SIFER

Levin, I., & Trost, J. (2005). *Hverdagsliv og samhandling: Med et symbolsk interaksjonistisk perspektiv*. Bergen: Fagbokforlaget.

Lillevik, O. G., & Øien, L. (2010). Kvaliteter hos hjelperen som bidrar til å forebygge trusler og vold fra klienter. *Nordisk tidsskrift for helseforskning*, 84-96. hentet fra:

<https://septentrio.uit.no/index.php/helseforsk/article/view/1191>

Lillevik, O., & Øien, L. (2014). *Miljøterapeutisk arbeid i møte med vold og aggresjon*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Myhre-Lie, E. (2011). *I forkant: kriminalitetsforebyggende politiarbeid*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Nordanger, D. Ø., & Braarud, H. C. (2014). Regulering som nøkkelbegrep og toleransevinduet som modell i en ny traumepsykologi. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 51(7), 530-536. Hentet fra:

<https://psykologtidsskriftet.no/fagartikkel/2014/07/regulering-som-nokkelbegrep-og-toleransevinduet-som-modell-i-en-ny>

Norge Justis- og beredskapsdepartementet. (2014). *For budsjettåret 2015* (Vol. 1(JBD)(2014-2015), Prop. 1 S). Oslo: Departementet. Hentet fra:

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/Prop-1-S-20142015/id2005447/>

Norge Stortingets ombudsmann for forvaltningen. (2019). *Særskilt melding til Stortinget om isolasjon og mangel på menneskelig kontakt i norske fengsler*. ((2018-19), Dokument 4:3). Oslo: [s.n.].

Nortvedt, M. W., Jamtvedt, G., Graverholt, B., Nordheim, L. V., & Reinart, L. M. (2012). *Jobb kunnskapsbasert!/: en arbeidsbok* (2. utg.). Oslo: Akribe.

Nytrøen, I. (2019). Bruken av isolasjon i fengsel – fra en fengselsbetjents perspektiv. I Smith, P., S. & Rua, M. (Red). *Isolasjon: Et fengsel i fengselet*. (1. utg. ed.). Oslo: Cappelen Damm akademisk.

Olsen, B., Skotte, P., & Farstad, G. (2018). *Sosiologi i sosialfagene*. Oslo: Universitetsforlaget.

Oppegaard, S., & Seip, Å., A., (2019). ABE-reformen i staten: Avbyråkratisering og effektivisering gjennom budsjettkutt. Fafo hentet fra:

<https://www.faf.no/images/pub/2019/191119-ABE-refomen-faktaflak.pdf>

Oslo Economics, (2018).Analyse av driftssituasjonen i kriminalomsorgen etter innføringen av ABereformen. hentet fra:

<https://www.regjeringen.no/contentassets/b7e267cf8e0d4631a6f324a765313298/analyse-av-driftssituasjonen-i-kriminalomsorgen-18012018.pdf>

Rygvdal, A., & Ogden, T. (2017). *Innføring i spesialpedagogikk* (5. utg. ed.). Oslo: Gyldendal akademisk.

Smith, P. S. (2006). The effects of solitary confinement on prison inmates: A brief history and review of the literature. *Crime and Justice*, 34(1), 441-528. hentet fra:

<https://doi.org/10.1086/500626>

Smith, P. S., Horn, T., Nilsen, J. F., & Rua, M. (2013). Isolasjon i skandinaviske fengsler. *Kritisk juss*, 39(03-04), 170-191. Hentet fra:

https://www.idunn.no/kritisk_juss/2013/03-04/isolasjon_i_skandinaviske_fengsler.

Storvik, B. (2017). *Straffegjennomføring* (3. utg. ed.). Oslo: Cappelen Damm akademisk.

Straffegjennomføringsloven. (2001). Lov om gjennomføring av straff mv. (LOV-2001-05-18-21). Hentet fra: <https://lovdata.no/lov/2001-05-18-21>

Straffeprosessloven. (1981). Lov om rettergangsmåten i straffesaker (LOV-1981-05-22-25).

Hentet fra: <https://lovdata.no/lov/1981-05-22-25>

Thomassen, C., S., & Neumann, C., B. (2019). *Gode hjelpere kjenner seg selv: Traumebevisst omsorg i arbeid med barn og unge*. Oslo: Cappelen Damm.

Trammell, R., & Rundle, M. (2015). The inmate as the nonperson: Examining staff conflict from the inmate's perspective. *The Prison Journal*, 95(4), 472-492. Hentet fra:

<https://doi.org/10.1177/0032885515596516>