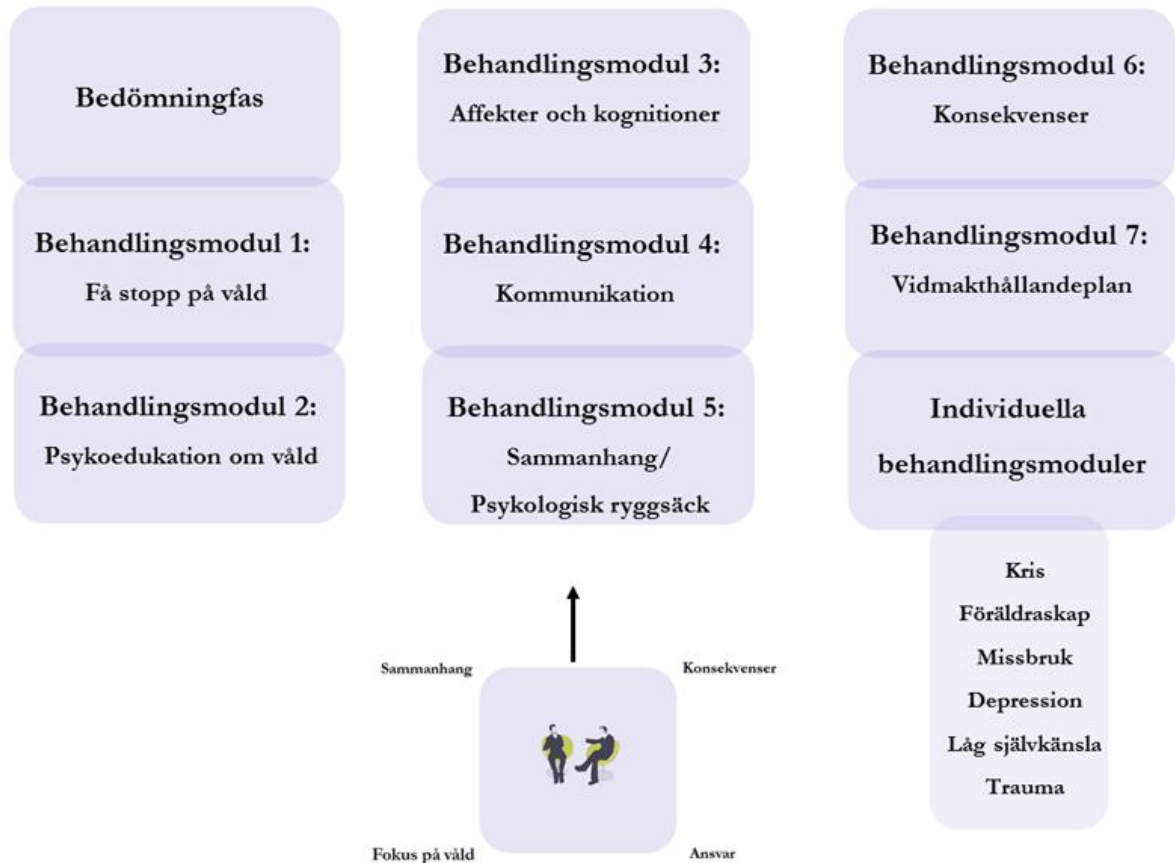


# ”Samtal om våld”

- En behandlingsstruktur i moduler i mötet med våldsutövare i nära relationer



## Bedömningsfas

Bedömningsfasen kan delas in i olika moment. Det är viktigt att klienten får ge sin historia, utifrån sitt perspektiv, och att terapeuten genom sitt lyssnande skapar förutsättningar för en god relation. Tidigt i bedömningsfasen behöver våldet benämnas och beskrivas. Klienten bör helst redan i första samtalet få våldsdefinitioner och våldsformer beskrivna för sig.

Vi vill få klientens livssituation, hans bakgrund och eventuella tilläggsproblematik. Vidare behöver en kartläggning av våldet göras på ett strukturerat sätt. Bedömningar av risk- och säkerhet och barns utsatthet bör genomsyra hela behandlingen, och påbörjas i de första samtalen. Mot slutet av bedömningsfasen bör terapeuten hjälpa klienten med att formulera mål med behandlingen, som direkt rör hans/hennes våld. Partnerkontakt presenteras som en viktig del i behandlingen.

Genom förhållningssätt utifrån motiverande samtal anpassat för våldsutövargruppen kan behandlaren skapa allians, hantera motstånd och öka förändringsmotivation hos klienten. Verktöget "Ansvarscirkeln" hjälper behandlare att reflektera över våldsutövarens grad av ansvarstagande för det våld han utövade.

## **Behandlingsmodul 1 – få stopp på våldet och göra våldet i detalj**

I denna första behandlingsmodul arbetar man fokuserat kring klientens våld. En central del i modulen är de så kallade våldet-i-detalj-samtalen där terapeuten, med hjälp av samtalsverktyget ”Nio ingångar till våldet”, hjälper klienten att i detalj berätta om första, värsta och sista våldet.

Ett fokus är att få ett tidigt stopp på våldet. Med behandlingsverktyget ”Känslotermometern” lär behandlaren klienten effektiva strategier för hantering av stark ilska och tillsammans med klienten görs en individuell vanmaktsanalys. I denna analys blir klienten varse vad just hans/hennes vanmakt består av och hur han/hon förhåller sig till upplevelser av vanmakt. En viktig del i arbete med våldsutövare är att hjälpa dem att börja reflektera över sig själva och vända blicken inåt. Klienten får därför redan i denna första behandlingsmodul träna på att registrera tankar, känslor och beteenden runt situationer som har med vanmakt, ilska och våld att göra. I behandlingsverktyget ”Att förstå mitt våld” kan behandlaren och klienten gemensamt, under behandlingens gång, registrera klientens tankar, känslor och beteende före våld, i samband med våld samt efter våld. Syftet är att öka klientens förståelse för det våld han utövat samt skapa förutsättningar för alternativa beteenden.

## **Behandlingsmodul 2 – psykoedukation om våld och ansvar**

Socialstyrelsen konstaterar i sin rapport ”Behandling för män som utövar våld – en utvärdering” (2010) att en gemensam nämnare i samtliga våldsbehandlingar är att hjälpa mannen till ”ökat ansvarstagande”. Råkil (2010) och Isdal (2001) för också fram ”medvetenhet om sitt våldsproblem” samt ”ökad förståelse av sitt våldsproblem” (t.ex. förståelse för våldets funktion och omedelbara/kortsiktiga positiva konsekvens för utövaren).

Man talar om vikten av att våldsutövaren lär sig något om sig själv genom sitt våld. Behandlaren kan behöva förmågan att pendla mellan pedagog och terapeut. Som enbart pedagog kan vi tappa den terapeutiska processen, men utan god psykoedukation kan vi istället beröva våldsutövaren på viktig kunskap om sig själv, sina inre upplevelser och våld. *Våldsstegen* är ett exempel på ett material som syftar till att klargöra den psykologiska process som föregår våld. Även de processer som sker efter våldet tydliggörs och processas. Klienten görs delaktig i materialet genom övningar och frågor för reflektion. Modulen behöver ofta anpassas efter klientens förmåga att ta in nytt material.

## **Behandlingsmodul 3 – Affekter och kognitioner**

En del av behandlingen av våldsutövare behöver handla om ”alternativ till våld”. Många våldsutövare har svårt att reglera känslor, har bristfälliga copingstrategier och nedsatt förmåga att hantera konflikter (Murphy & Eckhardt, 2005). En gemensam nämnare hos våldsutövare är de har svårt för att stå ut med vanmakt (Råkil, 2010). Affektreglering bör därför vara en komponent i behandlingen. Behandlaren är hjälpt av specifika intervjumetoder och formulär som syftar till att kartlägga och bedöma klientens förmåga till känslomedvetenhet och känsloreglering.

Mindfulness, som metod att acceptera/reglera svåra känslor, kan vara en del av arbetet i denna modul. Klienten ges möjlighet att träna på mindfulnessbaserade tekniker för känsloregulering där han/hon lär sig att bli mindre reaktiv och mer accepterande av sina känslor och kroppsliga sensationer.

I modulen ingår även strategier för att hjälpa klienten att bli mer uppmärksam på de tankar, känslor och impulser som ökar risken för våld, t ex. genom beteendeanalys (KBT) av våldet och andra problematiska relationsbeteenden. Klienten får verktyg för att utmana och skapa distans till tankar som skapar ilska, svartsjuka och vanmakt, t ex. genom kbt-verktyg som bevisprövning, kognitiv frikoppling och konsekvensanalys.

#### **Behandlingsmodul 4 – Kommunikation**

Det är vanligt att personer som utövat våld har svårt att hantera konflikter i nära relationer (Murphy & Eckhardt, 2005). Deras vanmakt aktiveras ofta i just dessa sammanhang. Många våldsutövare kan uppleva att de har svårt för att hitta orden och känner sig svaga och i underläge i diskussioner med partnern. Våld blir då ett sätt att ta sig bort från konflikten och hamna i överläge. Denna modul syftar till att hjälpa våldsutövaren att hitta en respektfull kommunikationsstil, att få konkreta verktyg för konflikthantering och perspektivtagande.

#### **Behandlingsmodul 5 – Sammanhang/Psykologisk ryggsäck**

Forskning visar att nära två tredjedelar av våldsutövare i behandling har upplevt fysiskt våld i sin uppväxtfamilj (Askeland, 2010 och 2012). Denna näst sista modul syftar till att sätta våldsutövarens våld i ett historiskt och psykologiskt sammanhang. Vad har våldsutövaren med sig i sin psykologiska ryggsäck, som bidragit till att han/hon använder våld? Vilka källor till vanmakt kan man tillsammans hitta? En djupare förståelse för våldet och den egna sårbarheten, kan för flera utövare vara en central del av behandlingen.

Schematerapi (Young, 2005) kan vara en terapeutisk metod i denna fas. Detta är en terapiform där klientens s.k. livsteman identifieras och kan användas för att ge klienten djupare förståelse för det innehåll i hans/hennes psykologiska ryggsäck som är kopplat till användning av våld. Youngs schematerapi kan ses som en vidareutveckling av Beck's ursprungsmodell anpassad för behandling av mer långdragen och komplex problematik där traditionell KBT inte visat sig effektiv. Schematerapi innehåller influenser från bland annat anknytningsteori, gestaltterapi och dynamisk terapi. Till skillnad från traditionell KBT har schematerapi bland annat större fokus på barndomserfarenheter och terapialliansen.

Med behandlingsverktyget "Att vara man" uppmuntras klienten till att beskriva på vilket sätt problematiska och vanmaktsskapande maskulinitetsnormer står i vägen för den han vill vara som partner och pappa.

## **Behandlingsmodul 6 – Konsekvenser**

I denna modul vill terapeuten väcka och stärka klientens förmåga till empati med de våldsutsatta. Genom samtal, information och övningar försöker man förmå klienten att byta perspektiv och att sätta sig in i de utsattas position.

## **Behandlingsmodul 7 – Vidmakthållandeplan**

I denna modul vill terapeuten förbereda klienten inför avslutning av terapin genom att ge verktyg till att tidigt upptäcka signaler på återfall i våldsamt beteende.

## **Individuella behandlingsfokus**

I denna modul återfinns områden som kan vara högst relevanta för den enskilda klienten, men inte för alla. Kris, missbruk, depression, låg självkänsla och egna trauman är områden som är nödvändiga att arbeta igenom för flera våldsutövare (Askeland, 2012). Är våldsutövaren förälder blir detta ett viktigt område i behandlingen.

## **Utbildningens fokus**

I grundutbildningen på fyra dagar kommer fokus vara på att hjälpa klienterna att få stopp på sitt våld och förstå sitt våldsutövande. Större delen av utbildningstiden kommer ligga på bedömningsfas, modul 1, modul 2 och modul 3. Även de andra delarna i behandlingsstrukturen kommer att beröras.

**Dan Rosenqvist**  
**Leg. psykolog**  
**070-22 50 415**

**Kjell Nordén**  
**Skötare/leg. psykoterapeut**  
**070-525 85 82**

**redphalaropehb@gmail.com**