

Fredfyldt tale i fængselsvæsenet

*Dette dokument er hentet fra
www.kommunikationforlivet.dk
og må kopieres til eget brug*



Fredfyldt tale i fængselsvæsenet

Ikke-voldelig-kommunikation har skabt fred og forsonlighed i både amerikanske fængsler og blandt fjender i Mellemøsten. Nu er kommunikationsformen også begyndt at brede sig i danske arresthuse.

TEKST OG FOTO: JOURNALIST MAJBRIIT LUND

Vold, aggressioner og anklager er der nok af i de danske fængsler og arresthuse. Men nu er en ny kommunikationsform ved at finde plads – en kommunikationsform, der hedder Ikke-voldelig kommunikation, også kaldet IVK.

Det sidste par år har IVK bredt sig bag tremmerne. I Helsingør Arrest har de tre fængselsfunktionærer Mona Dahl, Charlotte Jakobsen og Poul Schubell været på kursus i IVK, og selv om de ikke mener, IVK får træerne til at vokse ind i himlen, ser de det som et rigtig godt redskab, når de skal håndtere aggressive indsatte.

Behov og empati

”Vi er blevet rigtig gode til at lytte. Det tror jeg, at jeg altid har

været, men nu er jeg blevet mere bevidst om, hvad jeg gør. Hvis jeg snakker med en indsat, der er i dårligt humør, viser jeg noget empati. Jeg kan for eksempel sige: ”Du er vel også frustreret,” eller ”Jeg ville være vred, hvis det var mig.” Tit handler det om, at de er usikre over deres situation, og så kan jeg måske hjælpe dem med et telefonopkald, et besøg eller måske nogle oplysninger,” siger Charlotte.

Hun bakkes op af Poul, der er blevet meget bevidst om at finde ind til de indsattes behov i stedet for at tage udgangspunkt i den konkrete handling, der har fået den indsatte til at reagere voldsomt.

”Hvis en indsat flipper ud, fordi vedkommende eksempelvis har spildt havregryn, så ved jeg nu, at det slet ikke er det, det handler om. Så spørger jeg ind til den indsattes behov og forsøger at finde



Fra venstre Poul Schubell, Charlotte Jakobsen og Mona Dahl fra Helsingør Arrest. Ved hjælp af Ikke-voldelig kommunikation har de fået en anden kontakt til både kolleger og indsatte.

ud af, hvad det handler om, og han lægger af på mig. Det kan handle om kontakten til hans børn, og nogle gange tror jeg, at jeg forhindrer en magtanvendelse ved at bruge IVK,” siger Poul.

En af de store udfordringer, der er, når man arbejder med IVK i fængselsvæsenet, er, at det kan være meget svært at finde en måde at opfylde de indsatte behov på. For loven taler sit eget tydelige sprog, så det kræver en del kreativitet at opfylde behov for eksempelvis frihed, selvbestemmelse eller respekt.

Blev som engle

De tre IVK-fængselsfunktionærer har ikke tal på, hvor mange magtanvendelser de har sparet ved hjælp af IVK, men de er alle overbeviste om, at IVK har haft en betydning på den konto.

Blandt andet har Poul fået mere arbejde, fordi de indsatte meget gerne vil tale med ham.

Men de tre fængselsfunktionærer har gennem IVK ikke kun lært at se de indsatte behov.

De har også lært at mærke deres egne. Og behovet for tryk og sikkerhed kan være meget stort, når man arbejder med hærde kriminelle.

”Jeg er overrasket over, at IVK også har haft så stor en betydning for mit privatliv, som det har, for det skal læres indefra. Det handler om at leve på IVK,” siger Mona.

Det er ikke kun i Helsingør Arrest, at flere kan nikke genkendende til, at de har hørt om IVK. For nogle år siden havde mere end 50 af de indsatte i Sønderborg Arrest et forløb, hvor de lærte at mærke deres egne behov og fik redskaber til, hvordan de kunne få dem opfyldt. Dette projekt blev ledet af Kari Bjerke, der har været på adskillige kurser i IVK i ind- og udland igennem de sidste 15 år. Hun blev inspireret til projektet, da hun læste om et tilsvarende projekt ”Freedom Project” i USA.

Arrestforvarer i Sønderborg Arrest Per Schultz kan ikke direkte bekræfte, at færre af de indsatte faldt tilbage i kriminalitet efter projektet, men han omtaler det i de varmeste vendinger.

”De indsatte blev som engle, selv de mest aggressive. De sagde, at de fik meget ud af det, at de havde lært empati, at spørge ind til, hvorfor de andre reagerer, som de gør, og at få en god snak om det i stedet for at blive voldelig. Der var en helt anden stemning i hele huset. Jeg er meget ked af, at vi ikke har det mere,” siger han.

Hvad er Ikke-voldelig kommunikation?

Kommunikationsmetoden IVK er udviklet af den amerikanske psykolog Marshall Rosenberg.

Essensen er, at vi alle oplever en række forskellige følelser, alt

efter om vores behov er dækkede eller ej. Man kan ikke dømme eller kritisere på IVK. Intet er rigtigt eller forkert. Når man kommunikerer på IVK, taler man om, hvordan det, der sker, påvirker en selv, men man peger ikke fingre af de andre. Og hvis ens behov ikke er opfyldt, er man bevidst om, at man selv har det fulde ansvar for at få dem opfyldt.

Derfor kan man aldrig have det dårligt på grund af det, andre gør, men andres handlinger kan påvirke en, fordi man har nogle behov, der ikke bliver opfyldt. Som en løsningsmodel kan man anmode den anden om noget meget konkret (f.eks. ”Vil du fortælle mig, hvad du hørte, jeg lige sagde?” ”Vil du hjælpe mig med opvasken?” ”Vil du fortælle mig, hvad der rører sig i dig lige nu?”). Og når man anmoder på IVK, er der ikke den mindste gnist af krav i anmodningen. Et nej er lige så velkomment som et ja.

Kompromiser eksisterer ikke i IVK, for et kompromis betyder typisk, at begge parter slækker lidt på deres behov, og at ingen derfor får opfyldt deres behov 100 procent. I stedet eksisterer den tredje vej, som handler om at finde en løsning, hvor begge parter får opfyldt deres behov. Som udgangspunkt eksisterer der altid en tredje vej, det handler bare om at finde den.

IVK bag tremmer

Som udgangspunkt er IVK det samme, uanset hvor man er, men metoden kan varieres lidt efter omgivelserne. For uanset behov, så er faktum, at når man er indsat i et fængsel eller et arresthus, så skal loven selvfølgelig overholdes, og det sætter sine naturlige begrænsninger. Men kernen er den samme, og det er at finde frem til, hvilke behov den indsatte ikke har fået opfyldt og så tage den derfra.

”Som udgangspunkt eksisterer der altid en tredje vej, det handler bare om at finde den.”

Lær ikke voldelig kommunikation

Det første kursus, Mona Dahl var på, foregik på Brenderup Højskole: www.brenderuphøjskole.dk

IVK-kurser udbydes også af: www.rosenlundkurser.dk

Marshall Rosenbergs amerikanske organisation findes på: www.cnvc.org

Hjemmeside for Kari Bjerke, som ledede kurset i Sønderborg Arrest: www.hjertekommunikation.dk