

## **Instruktörsutbildning inom lågaffektivt bemötande, mjukt självskydd & vårdande skyddstekniker**

Utbildningen omfattar 10 dagar fördelade på 3 tillfällen.

Durewallmetoden är en lågaffektiv, konfliktdämpande metod som bygger på en humanistisk inställning och ett etiskt förhållningssätt.

En person som är hotfull eller utagerande ska vi bemöta på ett sätt som minskar frustrationen/ aggressionen samtidigt som vi skyddar både oss själva och den personen. Grundprincipen som vi arbetar efter lyder: "Att med minsta möjliga kraft nå största möjliga effekt utan att förorsaka smärta eller skada".

Utbildningen varvar teori och praktik.

### **Målgrupp:**

Personal inom funktionshinder, psykiatri, äldreomsorg, personlig assistans, migration m fl

### **Syfte:**

Målet med denna utbildning är att du ska få kunskaper i vilka mekanismer som utlöser en hotfull eller utagerande situation, samt hur man med hjälp av kroppsspråk, förhållningssätt och bemötande kan undvika och bemöta utagerande beteenden. Om en fysisk situation ändå uppstår så har du ha fått kunskaper för att kunna skydda dig själv, din kollega eller andra personer i närheten, utan att kränka eller skada personen i affekt.

Under utbildningens gång får du alla verktyg som du behöver för att kunna instruera dina kollegor. Instruktörsövningar, pedagogik och utbildningsplanering är några moment i det arbetet.

## **Innehåll:**

### **Empati, etik, omsorg, omvårdnad och respekt**

löper som en röd tråd genom utbildningen

### **Attitydförändring** till vår kraft, styrka och vår kropp

### **Kort historik och bakgrund** till Durewallmetoden

### **Arbetslagar och regler**, AMV:s föreskrifter

Vilka föreskrifter finns det som vi skall ta hänsyn till och följa i vårt arbete

### **Nödvärn** (Brottsbalken, 24:e kapitlet)

En genomgång av lagstiftningen samt vad det praktiskt innebär i vårt dagliga arbete

### **Pedagogik - Inläringsteknik**

Grundläggande teorier kring pedagogik generellt. Vad vi bör tänka på som utbildare.

Vi har alla olika sätt att lära oss på. Vi går igenom de olika sätten du kan använda för att öka genomslagskraften i dina utbildningar.

### **Metodik**

I metoden ingår dels hur kursdeltagarna skall lära in, instruktören förmedla, hur övningarna skall göras och vilket resultat vi skall uppnå. Även trivsel, motivation och förståelse ingår här. Vi arbetar med inläringstempo och normaltempo.

### **Improvisationsteknik**

Hur gör vi när det inte blir som vi planerat. Problem med t ex lokal, deltagare, respons mm

### **Instruktörsövningar**

Under kursens gång får du regelbundet agera instruktör för att bli bekväm i din nya roll. Vi börjar med enkla övningar och ökar svårighetsgraden allt eftersom.

### **Utbildningsplanering**

Hur lägger du bäst upp en utbildning? Längd, innehåll, praktiska övningar. Vad måste jag tänka på för att det skall bli en så bra utbildning som möjligt

### **Kroppsspråk**

Vilka signaler skickar vi med vårt kroppsspråk? Hur uppfattas jag? Vad skall jag tänka på med t ex placering,

### **Verbal konflikthantering**

För att undvika att en situation eskalerar använder vi en samtals teknik som dämpar och ger kontroll. Den skapar en win-winsituation. Verbal judo är en väl beprövad metod som väl följer våra principer och används inom en rad olika områden i samhället. Vi tränar praktiskt på metoden i grupparbeten.

### **Bemötande i konfliktsituationer**

Vad är den bakomliggande orsaken till det utagerande beteendet ?

Vi tittar på aggressionsteorier och sambandet mellan ångest och aggression. Integritet och autonomi.

Viktiga begrepp att förstå för det förebyggande bemötandet Hur bemöter jag bäst en människa utifrån den kunskapen jag nu fått ? Ett konfliktdämpande bemötande. Vad är det ?

### **Skyddstänkande**

Risikanalyser. Hur ser vår arbetsplats ut ? Möblering ? bemanning Använd tidigare erfarenheter för att förebygga att situationer uppstår

### **Arbetsplatsrelaterade problemlösningar**

Den egna arbetsplatsens problematik ligger som en grund för i stort sett alla avsnitten i utbildningen. Både teoretiskt och praktiskt.

### **Basprogrammet**

Principinläring Kroppsmedvetenhetslära

Handkunskap – hur använder vi våra händer som ett redskap i ett gott bemötande

Arbets- och skyddsställningar

Rörelsemetodik

Kroppshanteringsteknik – hur och var tar vi i en annan människas kropp?

Bedömningsteknik

### **Mjukt självskydd och vårdande skyddsteknik**

Skydd vid:

Handledstag, handskakning,

Fingerbrytning, hår-och klädtag,

Klös och bett, slag, spark,

Halstag, tag för att skalla/ slå,

Omfamningar,

”Angrepp” från liggande

Bistå andra i konfliktsituationer

Kontrollgrepp

Självskydd i fritt och trängt läge

Möblering, flyktvägar

Dessa praktiska övningar anpassas helt efter de situationer som gruppen upplever som relevanta.

Under de praktiska övningarna filmar vi de olika teknikerna. Kursdeltagarna får med sig dessa filmer vid kursens slut. Ett bra stöd för minnet i tillägg till kursmaterialet.