

Marianne Rasmussen Samdal

# Rehabilitering i kriminalomsorgen, Sinnemestringsprogram i norske fengsel

Hovedoppgave ved profesjonsstudiet i psykologi  
Psykologisk Institutt  
Norges Teknisk-Naturvitenskapelige Universitet  
Trondheim, høsten 2011

# Forord

Hvorfor valgte jeg dette temaet?

Gjennom psykologutdanningen på Dragvoll, NTNU er vi innom mange tema som er relevante for en psykolog. Vi lærer om normalpsykologi og psykopatologi. Vi leser om barn og utvikling og voksenpsykologi. Vi lærer ulike terapimetoder og ser på ulike pasientgrupper. Men innsattepopulasjonen har det ikke vært noe fokus på. Den første gang jeg kom i kontakt med dette emnet, var under et prosjekt om atferdsvansker. Spørsmålet var om atferdsvansker hos barn var det samme som kriminalitet hos voksne. Da jeg intervjuet min nåværende veileder om dette spørsmålet kom det frem at man vet lite om effekten av rehabiliteringsprogram som tilbys i norske fengsel, men at det blir tilbydd uansett, for det er bedre enn å ikke gjøre noe. Allikevel fant advokatforeningen, da de gjorde en undersøkelse blant advokater, politi, dommere, fengselsansatte og befolkningen generelt i 2007, at yrkesgruppene som jobber med lovbrøtere, samt befolkningen, mener at behandling under soning er viktig. Av de spurte svarte mellom 60 og 80% av de ulike yrkesgruppene og befolkningen at ”behandling under soning” var det som fungerte best for å forhindre ny kriminalitet etter endt soning (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008).

Jeg ble nysgjerrig på emnet, samtidig som jeg under hele utdanningen har ønsket en bred erfaring fra ulike felt innen psykologien. Hovedoppgaven ble et egnet forum for å gjøre noe med denne nysgjerrigheten.

Jeg vil rette en stor takk til veileder Kirsten Rasmussen ved NTNU, Merete Berg Nasset, Stig Jarwson og Anne Meisingset ved Brøset og Wenche Pedersen ved Tunga fengsel. De har alle bidratt til denne oppgaven, både faglig, men også med praksis på Tunga, praktisk hjelp og motivasjon.

# Sammendrag

Kriminalitet kan påføre individer tap og traumer og påføre samfunnet store kostnader. En reduksjon i kriminalitet er beskyttelse for individet og en indirekte innsparing av kostnader for samfunnet. Straffen for kriminelle handlinger må følgelig være slik at tilbakefallet til ny kriminalitet blir mindre. Valg av straffereaksjon, som betinget, ubetinget eller samfunnsstraff, har vist seg å ikke påvirke det samlede tilbakefallet i særlig grad. ”Straff som virker” innebærer blant annet mer- og bedre rehabilitering. Også blant befolkningen generelt har oppfattelsen om at rehabilitering har effekt på tilbakefall, slått rot.

I løpet av den siste delen av det 20. århundre skjedde det betydelige endringer i arbeidet med rehabilitering av innsatte. Man fant blant annet ut hvilke prinsipper som hang sammen med endring og programmene skulle lages med utgangspunkt i disse. På 90-tallet ble det vanlig med manualiserte program i kriminalomsorgen. Det er gjort mye forskning som bekrefter effekten kognitive atferdsprogram som følger prinsippene for ”what works” har på residiv.

Denne oppgaven ser på rehabilitering i kriminalomsorgen med spesielt fokus på sinnemestring på Tunga fengsel i Trondheim. Sinnemestringsprogrammet, som er utviklet av Brøset, er et kognitivt basert program for sinne og vold som retter seg mot deltakere med korte voldsdommer. I tillegg til en teoretisk gjennomgang av forskning på rehabiliteringsprogrammer i fengsel, blir problemstillingen eksemplifisert gjennom svarene fra 19 deltakerevalueringer av sinnemestringsprogrammet. Svarene kan tyde på at deltakerne synes programmet har vært nyttig og at de opplever endring etter endt kurs. Spesielt kan det se ut som deltakerne har hatt nytte av sinnesirkelen; å se sammenhengen mellom tanker, følelser og handlinger, og lære seg et verktøy for å komme seg ut av sinnesirkelen; time-out.

Det er flere variabler, som hvorvidt programmet følger prinsippene for what works, metodiske variabler, grad av implementering og hvorvidt vold er forårsaket av sinne, som gjør at forskjellige studier kan vise til ulike effekt. Dette blir diskutert i oppgaven.

## Innhold

Forord.....	2
Sammendrag.....	3
1 Innledning.....	5
1.1 Hvorfor rehabilitering og sinnemestring er aktuelt .....	5
1.2 Hensikt med oppgaven .....	7
1.3 Metode.....	8
1.4 Straffegjennomføringens historikk og utviklingen av rehabilitering.....	9
1.5 Behandling/rehabilitering i norske fengsel.....	10
1.6 Sinnemestring-brøsetmodellen .....	16
1.6.1 Hva er sinne?.....	16
1.6.2 Hvordan måles sinne?.....	19
1.6.3 Teorigrunnlag sinnemestring.....	20
1.6.4 Manual sinnemestring .....	24
1.7 Tidligere funn av rehabiliteringsprogram.....	28
2 Illustrasjoner.....	41
2.1 Hva sier deltakerne om effekten av sinnemestring.....	41
3 Diskusjon.....	47
3.1 Tidligere funn sett opp mot sinnemestringsprogrammet Brøset. ....	47
3.2 Variabler som påvirker effekten av rehabiliteringsprogram.....	50
3.2.1 Technology Transfer .....	53
3.2.2 Implementeringsvansker.....	55
3.3 Forholdet mellom sinne og vold.....	59
3.4 Individuer med gjentatte voldsdommer.....	64
3.5 Er gruppetilbud bedre enn individuell rehabilitering?.....	65
3.6 Er randomiserte, kontrollerte studier gullstandarden?.....	67
3.7 Er deltakernes svar valide?.....	68
4 Videre forskning.....	72
5 Konklusjon og avslutning.....	75
Etterord.....	77
Referanser:.....	78
Vedlegg 1: Spørreskjema etter endt sinnemestringsprogram .....	84

# 1 Innledning

## 1.1 Hvorfor rehabilitering og sinnemestring er aktuelt

”Vold er et samfunnsproblem”. Søker man på akkurat dette utsagnet på google får man opp rundt 4000 treff. Vold er en del av samfunnet. I Novaco og Welsh (1989) skriver Novaco at ”the mysterious companion of everyday life and recurring ingredient of industrialized society is frequently entangled in acts of individual and collective violence” (s 40). Oversatt til muntlig norsk sier Novaco at vold, begått av individer eller grupper/samfunn er et ubestridelig faktum i industrialiserte samfunn og i vårt daglige liv. Det kan gjenspeiles i at i løpet av 2010 ble det anmeldt 14.610 voldelige lovbrudd i Norge (Statistisk sentralbyrå, kriminalstatistikken, tabell 4). I tillegg er det mulig å anta at det finnes mørketall i statistikken over voldshandlinger.

Kriminaliteten påfører samfunnet store kostnader, og en reduksjon i kriminalitet er indirekte en innsparing av kostnader. Men man kan ikke bare se på hvordan kriminalitet skader et samfunn økonomisk. Likeså viktig er at kriminalitet fører til lidelser og utrygghet for den enkelte og kan gjøre at mange av velferdsstatens og sosialdemokratiets idealer vakler. Om man imidlertid ser på den økonomiske siden av kriminaliteten, er det et svært komplisert regnestykke. Man må inkludere antall lovbrudd og gjentakelsesfaren i beregningen.

Lovbruddskategoriene vinning, vold og narkotika har ifølge Statistisk sentralbyrå mellom 55,8 % og 68,1 % tilbakefall (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). For det enkelte lovbrudd må man inkludere kostnader både til å bøte skaden som forvoldes, offentlige kostnader til etterforskning, straffeforfølgelse, domstolsbehandling, soningskostnader og behandlingskostnader for et eventuelt offer i regnskapet. I tillegg kommer det indirekte kostnader for befolkningen generelt i form av for eksempel høye forsikringspremier og investeringer i sikkerhetstiltak. Den samfunnsøkonomiske gevinsten ved redusert tilbakefall kan, i tillegg til at det offentlige sparer utgifter, også være at den tidligere lovbrøyteren får skattbar inntekt, altså bidrar til fellesskapet (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). St.meld. nr. 23 (1991–1992 i St. Meld. Nr 37, 2007-2008) «Om bekjempelse av kriminalitet» beregnet den totale kriminaliteten til å koste samfunnet 38 milliarder kroner i 1990. En undersøkelse i Sverige undersøkte den økonomiske effekten av rehabiliteringsprogram og fant at for hver krone som ble brukt, fikk samfunnet mellom 13 og 18 kroner tilbake (Jess, 2005 i St. Meld. Nr. 37, 2007-2008).

Media har gjentatte ganger de siste årene hatt fokus på vold og sinneproblematikk og flere individer har blitt åpne om problemer de har på disse områdene, og hvilke konsekvenser det har hatt for dem. Samtidig har behandlingstilbudet for sinne- og voldsproblematikk blitt utvidet. Noen av de største medier vi har i landet har hatt oppslag, både oppslag om individuelle historier og om tilbudet. Eksempler finnes i avisen Dagbladet (Magasinet "kvinner som slår"; [www.Dagbladet.no](http://www.Dagbladet.no)), Adresseavisen ("Mann rabiater på julebord"; [www.adressa.no](http://www.adressa.no)), NRK ("mindre vold etter terapi"; [www.broset.no](http://www.broset.no)) og på radio ("så rasende at jeg slår"; [www.nrk.no](http://www.nrk.no)). Vi får et inntrykk, både fra statistikken og media, av at voldsbruk er økende, både innad i familien, men også blind vold og gjengvold.

Hvordan reagerer samfunnet på dette? I tillegg til styrket forebyggende arbeid i politiet har også programvirksomheten i fengslene blitt styrket. På bakgrunn av forskning har det skjedd en holdningsendring i vår tenkning om hvordan man best kan redusere kriminalitet og tilbakefall til kriminalitet. For eksempel konkluderte Christophersen (2006) i en oversiktsartikkel at valg av straffereaksjon, som betinget, ubetinget eller samfunnsstraff, påvirker det samlede tilbakefallet i liten grad. Denne konklusjonen finner vi også tidligere beskrevet flere steder, blant annet hos Møglestue (1996 i Christophersen, 2006), som trekker frem sosiale bakgrunnsvariabler som viktigere enn type reaksjon for tilbakefallshyppigheten. For eksempel viser funn fra en rekke livsløpsundersøkelser i vestlige land, at personer som står for det meste av kriminaliteten, særlig vold, har hatt store atferdsvansker allerede i førskolealder eller tidlig skolealder (for eksempel Granic og Patterson, 2006; Kratzer og Hodgins, 1999; Moffit med flere, 2002 i St. Meld. Nr. 37, 2007-2008.) Jarwson peker også på i sin studie fra 2010 at 39,4% av et representativt utvalg av deltakere på sinnemestringsprogram, selv ble utsatt for vold som barn. Som vi skal se under punkt 2, oppgir også nesten halvparten av deltakerne på sinnemestringsprogram i fengselet at årsaken til at de bruker vold, er barndommen. Som et resultat av forskning som dette har det, som vi skal komme tilbake til, blitt en økende innsats av rehabilitering av kriminelle, ikke bare bruk av fengslene som oppbevaring. Grunnlaget for rehabilitering er at sinne og vold skjer som en konsekvens av et tankemønster og tankefeil. Da blir kognitiv behandling et naturlig alternativ. Det er utviklet mange rehabiliteringsprogram for kriminalomsorgen, med fokus på ulike tema, og som vi skal se på om har effekt. Men de siste tiårene med forskning har lært oss at ingen tiltak virker for alle, eller virker alltid i forbindelse med reduksjon av tilbakefall til ny kriminalitet. Derimot har det vist seg at noen tiltak virker for noen personer under noen

omstendigheter. Virkningene er i stor grad avhengige av individuell kunnskap om de straffedømte. Man må kartlegge om en potensiell deltaker tilhører målgruppen for et spesifikt tiltak og om han er tilstrekkelig motivert for det. Med de rette tiltakene, på riktig tidspunkt for den riktige deltakeren, er det mulig å begrense risikoen for tilbakefall (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008).

Styrking av rehabilitering av kriminelle er noe også folket støtter. En undersøkelse i USA viser at befolkningen er villig til å betale store summer i skatt, for programmer som virkelig har effekt i å redusere kriminalitet (Cohen, 2004 i Dodge, Lansford og Dishion, 2006).

Som sagt har voldskriminalitet høy tilbakefallsrate. Videre finner forskere at dette gjelder både ved voldelig- og ikkevoldelig kriminalitet (Motiuk og Belcourt, 1997, i Serin, Gobeil og Preston, 2009). Dette gjør at innsatte dømt for vold er en spesielt viktig gruppe å ta tak i. Allikevel påpeker enkelte at det er overraskende at mange land gir voldsforbrytere betraktelig mindre rehabiliteringsoppmerksomhet enn andre forbrytere, når man ser på alvorlighetsgraden av konsekvensene voldshandlingene får (Howell, Watt, Hall og Baldwin, 1997, i Serin, Gobeil og Preston, 2009). Sinnemestringsprogrammet, som er utviklet av Brøset, originalt for vold i nære relasjoner, er et kognitivt basert program for sinne og vold som retter seg mot deltakere med korte voldsdommer (Brøset programmanual, 2009). Jeg skal senere gå inn på hva deltakerne på sinnemestringsprogrammet i norske fengsel sier om utbytte av programmet i dag,

## **1.2 Hensikt med oppgaven**

Jeg vil i denne oppgaven se på rehabilitering i kriminalomsorgen og spisse den inn mot sinnemestring på i norske fengsel etter Brøset-modellen (Brøset teoribase, 2009). Målet er å belyse teorien som danner grunnlaget for rehabilitering og diskutere hvorvidt rehabilitering generelt, og sinnemestringsprogrammet i norske fengsel, er nyttige tiltak i forebyggingen av kriminalitet.

Programmer er en benevnelse på tiltak i form av undervisning, ferdighetstrening og strukturerte samtaler. Programmer kan gjennomføres i grupper eller individuelt (St. Meld. Nr 37, 2007-2008). I litteraturen om dette emnet brukes det ulike begrep om rehabilitering, som kurs eller program. Jeg vil gjennom oppgaven holde meg til begrepet ”program”. Jeg refererer til studier gjort både med populasjoner av voksne og ungdomskriminelle, da Lipton, Landenberger og Wilson (2007) ikke fant noen forskjell på effektene av program rettet mot ungdom og program rettet mot voksne.

### 1.3 Metode

Jeg startet mitt arbeid med oppgaven med å søke på ”anger management” på BibSys, Psycinfo, Google Scholar og Pubmed. Jeg søkte også på ”offender rehabilitation” på de samme søkemotorene. Videre litteratur fikk jeg deretter som kildehenvisninger fra de artiklene og bøkene jeg fant initialt. Gammel litteratur omtalt i punkt 1.7, som Martinsons artikkel fra 1974, Whitehead og Labs artikkel fra 1989, Andrew med fleres artikkel fra 1990 og Izzo og Ross’ artikkel fra 1990 fikk jeg ikke tak i førstehåndskilden. Bortsett fra èn artikkel fra Lipsey med flere, utelukket jeg artikler om sinnemestring med barn. Etter jeg leste midtveisevalueringer fra Danmark har jeg også kontaktet det Danske Justisdepartementet via e-post. Dette blir presentert under punkt 1.7.

For den praktiske delen tok jeg kontakt med Stig Jarwson på Brøset, St. Olav, våren 2011. Stig har vært med å utvikle sinnemestringsprogrammet ”vold i nære relasjoner”. Han introduserte meg for Merete Berg Nettet og Anne Meisingset, begge fra Brøset. Merete har vært med å utvikle fengselsmodulen og Anne er èn av to instruktører som holder programmet på Tunga fengsel. Jeg ble deretter invitert til å være med som observatør på gruppesamlingene på Tunga. Jeg har selv vært med å delt ut evalueringsskjema på Tunga fengsel. Brøset distribuerte spørreskjemaet til de øvrige fengslene som driver sinnemestringsprogrammet. Vi fikk til sammen inn 19 evalueringsskjemaer.

For å lage evalueringsskjemaet etter fengselsprogrammet tok jeg utgangspunkt i et evalueringsskjema fra sinnemestringen ”vold i nære relasjoner” og tilpasset dette, sammen Stig, Merete og Kirsten, til fengselsmodulen og fengselspopulasjonen.

Jeg ble i løpet av sommeren 2011 meldt inn til REK som medarbeider i Stig Jarwsons pågående studie av sinnemestringsprogrammet- vold i nære relasjoner og sinnemestringsprogrammet fengselsmodulen. Jeg kunne på den måten bruke evalueringene som kom inn fra fengselsmodulen av programmet, da de innsatte ved oppstart av gruppen har signert et skjema som tillater bruk av informasjonen de oppgir, til forskning.

Jeg har deltatt som observatør på sinnemestringsprogrammet på Tunga ved 5 anledninger og med to forskjellige grupper; èn gang i vår, med en gruppe på fire menn og 4 ganger i løpet av høsten med en gruppe på fem menn. Jeg har kun observert ved disse anledningene, men ble spurt ved avrundingen av hver gruppesamling om det var noe jeg ville si. På samme måte fikk deltakerne anledning til å si noe om min tilstedeværelse.



## 1.4 Straffegjennomføringens historikk og utviklingen av rehabilitering

I de eldste tider var den enkeltes hevnfølelse grunnlaget for straffen. Straffemetoder som tvangsarbeid, gapestokk, fysiske avstraffelser og bålbrekking, metoder vi nå ser på som inhumane, ble brukt i stort omfang (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008; Hollin og Palmer, 2006a). Senere ble straffen et samfunnsanliggende hvor man bygget på prinsippet om rettferdig gjengjeldelse. Lovgrunnlaget for straffegjennomføringen i Norge har utviklet seg fra den første felles lov for hele landet, Magnus Lagabøters landslov fra 1274 og hans bylov fra 1276. Den første fengselsdriften ble ledet av ulike myndigheter som festningskommandanter og embetsmenn i amtene. Før Norge fikk egne fengsler, ble straff sonet på for eksempel Akershus festning. Lovutviklingen tok en ny retning fra 1814 da legemsstraffen ble avskaffet. Deretter fulgte byggingen av landets første sivile fengselsbygg på midten av 1800-tallet. Den første fengselsloven kom i 1903, den neste i 1958. Disse lovene legger til grunn at det er frihetsberøvelse som er straffen (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008).

I 2011 er ikke lenger primitiv hevn målet med straff, men straff som virker – som reduserer sannsynligheten for nye lovbrudd. Straffen må være slik at tilbakefallet til ny kriminalitet blir mindre. Det innebærer blant annet mer- og bedre rehabilitering. Dette ser vi blant annet i Norge ved at friomsorgens rolle i straffegjennomføringen er godt etablert og utviklingen går klart i retning av integrering mellom fengsel og friomsorg i de nordiske landene. Denne ”sømløse” straffegjennomføring, med et tett og kontinuerlig samarbeid innenfor etaten antas å være det som best sikrer en god reintegrering i samfunnet. I en del europeiske land er etableringen av en friomsorg av nyere dato, og bruken av fengsel som eneste straffereaksjon dominerer i større grad enn hos oss. Enkelte land i Øst-Europa har heller ikke enda innført at det skal være progresjon i straffegjennomføringen (St. Meld. Nr 37, 2007-2008).

Straffen har tre hovedgrupper av ønskelige konsekvenser. Tiltak skal virke *individualpreventivt, allmennpreventivt og som opprettholdelse av den ”sosiale orden”*. Tiltak som er individualpreventivt er tiltak som å hindre nye lovbrudd med frihetsberøvelse, avskrekkende tiltak og/eller forbedrende tiltak. Gjennom avskrekkende tiltak skal straffen også virke allmennpreventivt, og på lengre sikt skal dette være holdningsskapende i samfunnet. Opprettholdelse av den ”sosiale orden” er også et formål ved straffen (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). Dette er et resultat av den *relative straffeteorien* som fremholder at straff bare kan forsvares dersom den er nødvendig eller nyttig for samfunnet, i motsetning til å

tilfredsstillende en hevnløst (Andenæs, 1996). I de senere år har lovgiveren lagt større vekt på straffens forbedrende virkning. Her er straffegjennomføringsloven et eksempel når den fremholder at kriminalomsorgen «skal legge forholdene til rette for at domfelte skal kunne gjøre en egen innsats for å motvirke nye straffbare handlinger» (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). Det filosofen Protagoras sa, et halvt tusen år før vår tidsregning, er fortsatt like aktuelt i dag, ”Den som straffer med fornuft, straffer ikke fordi en forbrytelse er begått, for det som er skjedd, lar seg ikke gjøre om; men han straffer av hensyn til fremtiden, for at verken gjerningsmannen selv eller andre som ser at han blir straffet, skal begå ny urett” (i Andenæs, 1996, s 13).

Disse tre gruppene med ønskelige konsekvenser åpner for en annen type straff enn oppbevaring. I de siste to hundre år har tanken om behandling av forbryteren stått sentralt i fengselsvesenet. Dette grunner blant annet i et menneskesyn som sier at vi skapes av arv og miljø og at en frihetsberøvelse, uten forsøk på å endre gamle mønster, har begrenset verdi i å hindre tilbakefall. Dette begrenser allikevel ikke individets ansvar for sine handlinger, selv om mange kriminelle handlinger kan forklares og forstås (Andenæs, 1996). Når vi samtidig har fått bekreftet fra forskning at verken avskrekkingsprogram, korrigerende ”boot camps” eller frihetsbegrensninger uten program er effektivt i å redusere tilbakefall (St. Meld. Nr 37, 2007-2008; Christophersen, 2000; Day og Howells, 2002), har vitenskapen vist oss at for å endre et mønster må man velge en annen innfallsvinkel enn hevn.

### **1.5 Behandling/rehabilitering i norske fengsel**

I norske fengsel følges et prinsipp om at soningen må ha et hensiktsmessig innhold (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). Dette har ført til at fengsler i dag tilbyr et mangfold av rehabiliteringstiltak, alt fra sosialhjelp, arbeidstrening og utdanning til psykisk- og psykiatrisk behandling, både individuelt og i grupper (Hollin og Palmer, 2006a). Programmer kan tilbys varetektsinnsatte og domfelte til både fengselsstraff, samfunnsstraff og strafferettslige særreaksjoner. Formålet med programvirksomheten er å gi domfelte ny kunnskap og motivasjon til endring, og å stimulere deres ressurser og kompetanse til å mestre et liv uten kriminalitet (St. Meld. Nr 37, 2007-2008). I stortingsmeldingen konkluderes det at det er avgjørende å få domfelte inn i rehabiliteringsspor selv om dommen er kort, ikke minst fordi det nettopp er i gruppen med korte dommer for mindre alvorlige lovbrudd vi finner mange av gjengangerne.

Deltakelse i all programvirksomhet er frivillig, så lenge det ikke klart framgår at det er en del av innholdet i straffen - som for eksempel promilleprogrammet. Før en domfelt eller varetektsinnsatt tilbys å delta i et program, skal det vurderes om programmet er et egnet tilbud for vedkommende ut ifra domfeltes risiko og behovsprofil, samt om tilbudet gis på et riktig tidspunkt. Denne vurderingen tas på bakgrunn av vedkommendes totale situasjon i forhold til det aktuelle programmets målgruppe og innhold ([www.kriminalomsorgen.no](http://www.kriminalomsorgen.no)).

Dagens rehabiliteringstilbud er et resultat av en lang utvikling. Under de første forsøkene med rehabilitering i fengslene, ble de samme teknikkene som ble brukt i vanlig klinisk praksis, prøvd ut på fengselspopulasjonen (Hollin og Palmer, 2006a). Blant annet ble terapien holdt individuelt. Grunnen til at dette ble valgt over gruppebehandling var delvis et resultat av at ansatte ved gruppeanstaltene opplevde at de innsatte hadde dårlig innvirkning på hverandre. Gradvis ble dette systemet avløst av fellesskap som hovedregel, delvis på grunn av humane årsaker, men også av hensyn til ressurser (Andenæs, 1996).

I løpet av den siste delen av det 20. århundre skjedde to betydelige endringer i arbeidet med rehabilitering av innsatte. Den første store endringen var å trekke seg unna den kliniske psykologien hvor fokus var på psykopatologi. De erstattet fokuset på sykdom med fokus på ”sosial læringsteori”. Denne teorien fokuserte på at kriminell atferd er lært og at man har muligheten til å lære en *annen* atferd i stedet (Hollin og Palmer, 2006a). Det finnes ulike teorier, og dermed ulike atferdsterapeutiske metoder, for hvordan man best lærer en ny atferd. Disse er alle blitt overført til behandling av vold, med større eller mindre omfang. Dette inkluderer både direkte kontrollmetoder gjennom manipulasjon av forsterkende belønning og indirekte kontrollmetoder som å lære bort ikke-voldelige alternativer, hvor den mest vanlige er sosial ferdighetstrening. De fleste intervensjonene vil inneholde begge metodene (Henderson, 1989).

### **Atferdsterapeutiske metoder**

Et eksempel på en direkte kontrollmetode er klassisk betinging. Denne metoden vil kontrollere voldsbruk ved at vold gjentatte ganger blir etterfulgt av påført smerte eller noe annet negativt, slik at vold etter hvert blir assosiert med dette (Milner og Myers, 2007). Metoden brukes ikke i lengre og blir ikke gått mer inn på. En annen direkte kontrollmetode er operant betinging. Av atferdsmetodiske fremgangsmåter brukes denne metoden oftest. Ved hjelp av konsekvenser, enten belønning eller straff, lærer man ny atferd. Straff kan deles inn i positiv straff, noe ekstra blir tilført, for eksempel fengselsstraff, og negativ straff, ”et gode”

blir fratatt deg, for eksempel forholdet til din samboer eller dine barn (Milner og Myers, 2007). Vi skal i løpet av oppgaven se på hvordan forskere vurderer rene atferdsprogrammer i rehabiliteringen av voldelige kriminelle.

En annen teori om hvordan atferd læres er Banduras sosiale læringsteori som fremholder at vi lærer av det vi ser andre gjør, spesielt rollemodeller. Dette brukes noe i rehabiliteringen av voldsforbrytere, for eksempel skal programlederne være et godt forbilde. Etter endt soning kan man også ta kontakt med organisasjonen Wayback som driver en ”fadderordning” for tidligere innsatte. Wayback ble dannet av innsatte i Oslo fengsel i 2002 som et sosialt nettverkstilbud for innsatte som ønsker en rusfri og lovlydig tilværelse. Wayback skriver på hjemmesiden sin at målsettingen er at tidligere straffedømte skal integreres i samfunnet og arbeidslivet og leve et liv uten kriminalitet og rusbruk ([www.wayback.no](http://www.wayback.no)). Fadderen fungerer som en rollemodell og viser hvordan man kan få til det lovlydige livet (Milner og Myers, 2007). Toch (1989) påpeker at man må sikre at adferdsterapeutiske program gjennomføres for de innsattes skyld, ikke for institusjonens skyld. Programmet skal ha som mål å øke sjansene til de innsatte for å leve et godt liv når de har sonet ferdig, og *ikke* at de innsatte skal tilpasse seg inhumane levevilkår i fengselet. Dette kan veies opp med frivillighet for programdeltakelse.

### **Utvikling av evidensbaserte program i kriminalomsorgen**

Det andre framskrittet var rundt 70-80 tallet, når de fokuserte på ”what works” og det ble fokus på evidensbasert programvirksomhet. Man fant ut hvilke prinsipper som hang sammen med endring og programmene skulle lages med utgangspunkt i disse (Hollin og Palmer, 2006a). Dette skal jeg komme tilbake til.

På 90-tallet ble det vanlig med manualiserte program i kriminalomsorgen. Dette er program som følger en ”oppskrift”, hvor både mål med timen og midler for å oppnå dem er allerede satt for hver enkelt time. Fordelene ved det er at man kan lære opp annet personell enn terapeuter, til å holde programmene. Dette gjør programmene lettere å gjennomføre i praksis og i større omfang. Det første rehabiliteringsprogrammet som ble tatt i omfattende bruk var ”Reasoning og Rehabilitation (R&R; Ross og Fabiano, 1988 i Hollin og Palmer, 2006a). Dette var det første evidensbaserte, strukturerte kognitive atferdsterapeutiske programmet som skulle redusere tilbakefall. Målet var å promotere og lære bort alternative måter å tenke på, som kunne gi grobunn for andre måter å handle på og øke prososial atferd (Hollin og

Palmer, 2006a). ”Think first” var det første kognitive programmet som går inn på spesifikke kriminelle hendelser hos deltakerne (McGuire, 2000 i Hollin og Palmer, 2006a).

Etter år 2000 har utvalget av program som tilbys, økt markant og det er publisert flere evalueringer av programmene. Flere ulike retninger har trådt frem innen intervensjoner for voldelige forbrytere. Program som tar for seg vold mot partner har i store trekk gått i en annen retning enn program for generell vold. De mener også at utenfor domenet seksuell vold og partnervold er det få spesialiserte program for alvorlig voldelige menn, sinnemestring er ett av få (Polaschek, 2006).

Det finnes flere sinnemestringsprogram, de fleste basert på Novacos (1997) tilnærming til sinne, for eksempel Video Anger Management Programme (VAMP) i New Zealand. Gjennom dette programmet lærer blant annet deltakerne å kjenne igjen sinnet sitt og gjenkjenne forløpere. De lærer også avslapningsøvelser, selvsnakk, konflikthåndtering og sosiale ferdigheter (Polaschek, 2006).

I følge kriminalomsorgens hjemmeside tilbyr norske fengsel program som retter seg mot sedelighet (”Relasjon og samspill” og samtalegrupper), rus i trafikken (”trafikk og rus”), rus generelt (”rusprogram i fengsel”, ”mitt valg”), generell kriminalitet og livsmestring (”ny start”, samtalegruppe for kvinner, ”En-til-en”, ”Brotts-brytet”) og sinnemestring ([www.kriminalomsorgen.no](http://www.kriminalomsorgen.no)). I 2007 deltok 296 domfelte (fengsel og samfunnsstraff) på sinnemestring (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). På kriminalomsorgens hjemmeside finner man at programmene bygger på ulike teorier, men flere av programmene har innslag fra flere teoribaser, som for eksempel både kognitiv atferdsterapi og motiverende intervju. Andre teoribaser programmene bygger på er psykodynamisk tankegang, kognitiv problemløsning og – omstrukturering, sosial læringsteori, Prochaska, DiClemente og Norcross’ endringsmodell og humanistisk klientsentrert tradisjon ([www.kriminalomsorgen.no](http://www.kriminalomsorgen.no)).

### **Akkreditering**

For å sikre at det bare er programmer som følger de effektive prinsippene som brukes i institusjoner, ble akkreditering og programkontroll innført i USA. Lipton, Thornton, McGuire, Porporino og Hollin (2000, i Hollin og Palmer, 2006a) gjorde et omfattende arbeid for å finne hvilke faktorer som påvirket effekten positivt og satte sammen kriteriene for akkreditering. Det samme skjedde i Norge i 2005 da departementet ønsket å kvalitetssikre og begrense antallet program i kriminalomsorgen og satse på de som har forskningsmessig belegg for at de

virker. Det ble opprettet et rådgivningspanel i kriminalomsorgen som skal vurdere programmene i norske fengsel og sikre at disse er på et høyest mulig faglig nivå.

Akkreditering skal bidra til kvalitetsutvikling av de ulike programmene og skape tillit til programvirksomheten i norsk kriminalomsorg (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). Ordningen skal også bidra til en effektiv utnyttelse av de ressurser som anvendes på dette området ([www.kriminalomsorgen.no](http://www.kriminalomsorgen.no)). I tillegg legger søkningskriteriene for akkreditering til rette for at tiltakene som gjennomføres er basert på dokumentert kunnskap (St. Meld. Nr 37, 2007-2008).

I Norge har vi 8 akkrediteringskriterier, som er så å si identiske med kriteriene i USA. Disse gjenspeiler forskningsfunn om hva som gir mest effekt i rehabiliteringen.

Akkrediteringskriteriene som gjelder i Norge er

- *En tydelig endringsmodell*

Det må foreligge en eksplisitt modell for endring og hvordan programmet er ment å virke.

#### *Begrunnet deltagerutvalg*

Det må spesifiseres hvem programmet er ment for og hvilke metoder som brukes for utvelgelse av deltakere.

- Det må være samsvar mellom den problematikken deltagerne har og de risikofaktorer programmet retter seg mot.
- Hvilke utvelgelsesinstrumenter som brukes

- *Sikte mot et flertall av dynamiske risikofaktorer*

Programmet skal påvirke dynamiske faktorer som ifølge forskning har en viss sannsynlighet for å forårsake tilbakefall.

- *Effektive metoder*

Den metoden programmet benytter skal ta utgangspunkt i den valgte endringsmodellen. Det skal sannsynliggjøres at de metodene som brukes i programmet har en effekt på de dynamiske risikofaktorene programmet retter seg mot og at metoden egner seg for de deltakerne som er tatt ut. Det skal også beskrives hvordan metoden bedømmer den innsattes motivasjon før programmet, hvordan metoden er med på å opprettholde motivasjonen underveis i programmet og etter at programmet er avsluttet. Det skal også beskrives under hvilke forutsetninger den enkelte deltager i programmet må ha for å kunne nyttiggjøre seg programmets ulike komponenter.

- *Ferdighetsorientert*

Programmet skal fremme læring av ferdigheter som vil gjøre det lettere for deltakerne å unngå kriminelle aktiviteter og å lykkes med å involvere seg i lovlige aktiviteter.

- *Pedagogiske aspekter*

Det skal gjøres rede for de pedagogiske prinsippene som ligger til grunn for programmet. Dette innebærer bl.a. en redegjørelse for forholdet mellom mengde, intensitet, rekkefølge og tidsrom for intervensjon og kriminalitetens art og alvorlighetsgrad. Søknaden skal forklare hvorfor mengden intervensjon anbefalt i programmet skal produsere støttende effekter hos målgruppen. Intervensjonsnivåene skal ta hensyn til risikofaktorer, slik som alvorlighetsgrad, grad av etablert mønster og i hvilken kontekst lovbrudd ble begått.

- *Programimplementering og kvalitetssikring*

Programbeskrivelsen må inneholde opplysninger om hvilket materiale som er nødvendig, samt hvilke forutsetninger og rammebetingelser som må være tilstede for å kunne gjennomføre programmet. Søknaden må inneholde opplysninger om støttende programmiljø og programimplementering. Eksempel på støttende programmiljø er prosedyrer for valg av instruktører, instruktørutdanning, støtte og veiledning for instruktører, lokaler, utstyr og annen praktisk tilrettelegging og hvilke hensyn og hvilken involvering fra ledelsen som er nødvendig for å sikre korrekt drift av programmet.

- *Regelmessig evaluering*

Evaluering kan skje på ulike måter og på ulike nivåer. Dokumentasjon og registrering av programaktiviteter er viktige instrumenter for å kunne evaluere både prosessen og effekten. Som eksempler nevnes det her prosessevaluering med hensyn til implementeringsprosessen, deskriptive studier med hensyn til deltakergruppene, analytiske problemstillinger rundt programmets innhold og metode, effektevaluering på ulike nivåer og brukertilfredshetsundersøkelser.

Dessuten skal det registreres hvor stor frafallsandelen er og hva som er begrunnelsene for dette (Haugli, Høyem, Lindebø, Ploeg, Røise og Sund, 2006).

Programmer som ikke kan dokumentere effekt, skal avvikes (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008).

Som nevnt under forrige punkt bør det være prosedyrer som tilrettelegger for kontinuerlig evaluering av programmet og da både på prosessmål og effektmål for programmet (St. Meld.

Nr. 37, 2007-2008). Hollin (2008) påpeker viktigheten av dette og kritiserer mange studier ved at de kun måler resultat ved residivmål. Han mener det er svært viktig å se verdien av prosessevalueringene, for eksempel ved positive endringer i kriminogene behov.

## 1.6 Sinnemestring-brøsetmodellen

### 1.6.1 Hva er sinne?

Sinne er en grunnleggende emosjon og Chon (2004 i Kassinove og Tafrate, 2002) skriver at den har vært en del av oldtidens og nåtidens teorier om emosjoner, både i vestlige og østlige kulturer. Han konkluderer med at ”sinne ser ut til å være en fundamental og livsviktig menneskelig emosjon og opplevelsen ser ut til å være universell” (Kassinove og Tafrate 2002, s 1, min oversettelse). Dette kan de fleste enes om, men forskere strides om flere grunnleggende aspekter ved sinne som emosjon, for eksempel om forholdet mellom sinne, aggresjon og vold, som skal belyses nærmere.

Novaco regnes som den ledende teoretikeren på løsninger i forhold til sinnerelatert aggressiv atferd (Polaschek og Collie, 2004). Han definerer det å bli sint som ”en emosjonell respons til en provoserende situasjon som kan kjennetegnes ved autonome, sentralnervose- og kognitive komponenter” (Novaco, 1976 s 1124, min oversettelse). Kassinove og Sukhodolsky (1995, i Kassinove og Tafrate, 2002) definerer sinne som ”en *følt* emosjonell tilstand. Tilstanden varierer i intensitet, varighet og hyppighet og er assosiert med kognitive skjevheter, verbal- og motorisk atferd og mønster av fysisk aktivering” (s 12, min oversettelse). Selv om sinne kan oppstå spontant, ser man ofte på sinne som forårsaket av noen andre (Kassinove og Tafrate, 2002).

Sinne er både en adaptiv og en potensielt maladaptiv emosjon. Fra tidligere tider kan vi se at det var adaptivt å reagere mot en potensielt truende atferd fra en annen gruppe med sinne for å forsvare seg. Dette er ikke like aktuelt lengre, men også i dag er sinne adaptivt. Sinnet vårt gjør at vi forstår hva vi liker og ikke liker av hva andre gjør i forhold til oss, og hjelper oss å reagere på dette. Uten sinne ville vi vært enkle ofre for utnyttelse og fare (Beck, 1999). Men i motsatt ende kan sinne være problematisk. For de som befinner seg i den enden, ser sinnet ut til å være både hyppigere, mer varig og uproporsjonert i forhold til den utløsende faktoren. For disse menneskene vil sinne føre til svært negative konsekvenser og det er tilrådelig med behandling (Kassinove og Tafrate 2002).



Sinne kan uttrykkes som *anger-in*, *anger-out*, enten direkte eller indirekte og *anger control* (Kassinove og Tafrate, 2002). Oversatt til et dagligdags språk er det *uttrykt sinne*, *tilbakeholdt sinne* og *kontrollert sinne*. I en normal populasjon viser man oftest sinne ved verbale eller ikke-konfronterende handlinger. Eksempler kan være roping, si slemme, sarkastiske eller anklagende ting og bruke overdrevet kroppsspråk som å rulle med øynene, riste på hodet eller legge armene i kors. Men mennesker som scorer høyt på sinne som trekk, er mer sannsynlig å sloss, slå, sparke, dytte, knuse, kaste eller ødelegge gjenstander. I et fengsel vil man finne en større andel av den siste gruppen (Kassinove og Tafrate 2002). Men selv om mennesker som scorer høyt på sinne som trekk ofte kan respondere på provoserende hendelser med ødeleggelse eller vold, presiserer Kassinove og Tafrate (2002) at selv om sinne kan føre til dette resultatet, er ikke sinne en type aggresjon, og sinne leder oftest heller ikke til aggresjon (Kassinove og Tafrate, 2002; Novaco og Welsh, 1989). Aggresjon er definert som motorisk atferd. Det referer til en fysisk eller verbal handling som har som intensjon å såre eller skade en annen person, eller gjenstand. Aggressiv atferd kan oppstå som et resultat av sinne eller fiendtlighet, men kan også være et kalkulerende og planlagt middel for å oppnå et ønsket mål, med lite eller uten sinne (Kassinove og Tafrate 2002). En mulighet for hvorfor man tyr til aggresjon, er at sinne er en negativ og ubehagelig tilstand å være i. De bruker aggresjon for å få utløp for- eller reparere humøret sitt. Men ironisk nok er utfallet det motsatte. Å slå en boksesekk, en ektefelle eller en vegg gir ikke utløp for aggresjon. Etter en aggressiv handling blir folk *mer* aggressive (for eksempel Bushman, Baumeister og Stack, 1999; Bushman, Baumeister og Phillips, 2001; Geen og Quanty, 1977; Kassinove, 1995). Men dette betyr ikke at folk ikke synes det er *godt* å utagere sinnet sitt (Kassinove og Tafrate 2002).

Novaco (1976) mener at om sinne fører til en aggressiv handling kommer an på omfanget og tolkningen av situasjonen, føringer for hva du kan/kan ikke gjøre i akkurat denne settingen, antatt utfall og personens responsstil. Empati for offeret er ofte tilstrekkelig for å hindre at man sårer eller skader den andre. I kognitiv terapi har de brukt teknikker for empatitrening, for at gjerningsmannen lettere skal identifisere seg med offeret. Disse teknikkene har fungert (Beck, 1999). En annen automatisk inhibitorisk respons kommer av frykt for eventuelle konsekvenser, for eksempel hevsn, skuffelse eller kjeft fra en nær person, bøter, fengselsstraff, nedsatt selvtillit. I den andre retningen vil også selvkontroll gjøre at vi blir stolte over oss selv, mens impulsivitet gjør at vi tenker på oss selv som umodne eller svake. Det må allikevel påpekes av disse inhibitoriske mekanismene gjør ingenting med våre bakenforliggende kognisjoner, negative tanker om oss selv og skjeve tolkninger (Beck, 1999).

Det er mange opplevelser som vi ser på som en krenkelse mot oss og, som en konsekvens, gjør oss sinte. I sin mest konkrete form er det fysisk smerte og skade, eller en trussel om fysisk smerte og skade, som å bli slått eller truet med pistol. Men de vanligste hendelsene i hverdagen som skaper sinne er skade eller trussel om skade på vårt psykiske selv. De ulike krenkelsene som vi blir påført har som fellesnevner at de får oss til å føle oss mindre og mindreverdige. Dette får oss til å bli såret, lei oss eller redd. Beck (1999) mener at den initiale tolkningen av en slik hendelse kan deles inn i *interpersonlig tap*; å bli tatt fra omsorg, kjærlighet, støtte eller hjelp, eller *devaluering*; ignorering, nedvurdering, gjøre narr av. Hvis vi tolker hendelsen som urettferdig og uberettiget, blir vi sinte (Beck, 1999). Dette leder oss over i den kognitive teorien om sinne.

Lett oppsummert sier kognitiv teori at veien fra å være såret til å bli sint ligger i tolkningen. Jo mer man ser på en negativ handling som gjort med vilje eller på grunn av skjødesløshet, likegyldighet eller utilstrekkelighet fra den andre parten, jo sterkere reaksjon får man (Beck, 1999). Dette fant også Jarwson (1999), hvor et utvalg av deltakerne på sinnemestringsprogram årsaksforklarer voldelig atferd med krenkelse. Krenkelse beskrives av deltakerne som opplevelsen av å bli rasket ned på eller ikke forstått, vansker med å tåle kritikk fra andre, sårbarhet, en hyppig følelse av mislykkethet og å bli urettferdig behandlet (Jarwson, 2010). Dette bildet gjentas også i illustrasjonene fra sinnemestringsprogrammet som gjennomføres i norske fengsel. Deltakerne på sinnemestringsprogrammet oppgir ”når jeg føler meg tråkket på eller ydmyket” som en av situasjonene mange av deltakerne har brukt vold i. Like ofte bruker de vold i situasjoner hvor ”jeg ikke føler meg respektert”. Mer av dette skal vi se på under punkt 2.

Kanskje kan en av forklaringene for hvorfor det å føle seg såret så fort kan gå over i sinne være at sinne er mye lettere for mennesker å uttrykke, enn at de er sårbare og at de blir såret over andres handlinger og ord. Det er lettere å akseptere for seg selv at man er sint, fremfor at selvbildet er truet. Når de reagerer med sinne, bytter man også ut følelsen av sårbarhet med følelsen av kontroll (Beck, 1999). Det kan vi også se eksemplifisert i punkt 2, at den situasjonen som flest av deltakerne angir å ha brukt vold i, er når man skal forsvare seg selv og andre. Dette kan blant annet forklares av at dette er lettere å si, enn å innrømme at man er såret.

Både faktorer i situasjonen og kognitive faktorer i individet er med på å bestemme hvordan situasjonen tolkes og hvilken emosjonell reaksjon man tilskriver sine fysiske symptomer til.

Lazarus (1966 i Novaco, 1976) var en av de tidlige teoretikerne på dette emnet, som mente at den kognitive tolkningen av en truende situasjon bestemmer responsen din. Dette ble vist i en velkjent studie av Schacter og Singer (1962 i Novaco, 1976) hvor det ble demonstrert hvordan informasjon om situasjonen og dermed tolkning av situasjonen, påvirket om de fysiske symptomene ble tolket som sinne (Novaco, 1976).

Et dagligdags eksempel på hvordan tolkningen påvirker den emosjonelle responsen kan være et barn som får en injeksjon med vaksine. Barnet kan bli sint på legen som utfører det, fordi det gjør vondt og barnet ikke har fortjent noen straff, mens en voksen tolker dette som et nødvendig onde og legen gjør bare som han er bedt om (Beck, 1999).

### **1.6.2 Hvordan måles sinne?**

Allport sa i 1942 (sitert i Eckhardt, Norlander og Deffenbacher, 2004 s 22) “if we want to know how people feel, what they experience and what they remember, what their emotions and motivations are like, and their reasons for acting as they do—why not ask them?”. Dette gjelder i stor grad når det kommer til sinne, som vi har sett blir definert som en subjektiv opplevelse (Kassinove og Tafrate, 2002). Det er derfor naturlig at de fleste måleinstrumentene for sinne er selvrapporingsinstrumenter, selv om det også brukes intervju og simulerte situasjoner (Eckhardt, Norlander og Deffenbacher, 2004).

Ingen instrumenter er perfekt og heller ikke selvrapporingsinstrumenter er uproblematisk. Dette formatet gir oss en direkte måling av den subjektive opplevelsen, men kan bare gi indirekte målinger av andre domener ved det multidimensjonale konstruktet, sinne, som kognitive prosesser, fysiologiske reaksjoner og handlinger (Eckhardt, Norlander og Deffenbacher, 2004). Det mest forståelige og validerte måleinstrumentet som er tilgjengelig for klinikere på dette tidspunktet er Spielbergers State-Trait Anger Expression Inventory 2 (STAXI 2, 1999; Kassinove og Tafrate, 2002). Eksempler på andre kjente måleinstrumenter er Novaco Provocation Inventory (NPI; Novaco, 1975; Novaco, 1977 i Eckhardt, Norlander og Deffenbacher, 2004), Novaco Anger Scale (NAS; Novaco, 1994 i Eckhardt, Norlander og Deffenbacher, 2004), MMPI-2 Anger Scale (ANG; Butcher, Graham, Williams og Ben-Porath, 1989 i Eckhardt, Norlander og Deffenbacher, 2004) og Multidimensional Anger Inventory (MAI; Siegel, 1986 i Eckhardt, Norlander og Deffenbacher, 2004).

Som vi har sett tidligere i oppgaven mente Kassinove og Tafrate (2002) at man kunne dele inn sinne i flere uttrykksformer. Indirekte uttrykt sinne måles ikke like ofte som direkte uttrykt sinne, men er ganske hyppig, spesielt i fengsels- og polikliniske settinger (Kassinove og Tafrate 2002). Da er det en svakhet at det instrumentet som oftest blir brukt bare måler tilbakeholdt- og uttrykt sinne, uten å skille mellom direkte- og indirekte uttrykt sinne. Også i evalueringsskjemaet vi har brukt etter sinnemestringsprogrammet er det en svakhet at vi bare spør etter direkte uttrykt sinne.

### 1.6.3 Teorigrunnlag sinnemestring

Sinnemestringsprogrammets teorigrunnlag ligger i kognitiv teori, motiverende intervju og Proshasca og DiClementes stadieteori. Vi skal se nærmere på hver av dem.

#### Kognitiv teori

Forskere i kognitiv psykologi (for eksempel Beck, 1999; Lipsey, Landenberger og Wilson, 2007; Kassinove og Tafrate, 2002) er enige om at det er vanlig å ha kognitive skjevheter i tenkningen vår, både hos normalpopulasjonen og individene som har problemer med sinne (Beck, 1999; Novaco og Welsh, 1989). Disse skjevhetene kan både være utgangspunktet for sinnet og være aktive når vi er sinte. En kognitiv skjevhet som henger sammen med sinne er å se oss selv i sentrum for alle hendelser og alle andres atferd. Beck kaller det den *egosentriske bias'en*. Vi overtolker situasjoner til å alltid handle om oss, på et eller annet vis. Særlig er vi disponert til denne skjevheten når en annen person handler på en slik måte at det er ugunstig for vår del (Beck, 1999; Novaco og Welsh, 1989). Et eksempel på den egosentriske bias'en er en kone som er opptatt med ungene når mannen kommer hjem, og kommer ikke umiddelbart ned for å hilse. Dette tolker mannen som at "hun bryr seg ikke om meg". Vår egosentrisme får oss også til å tro at andre tolker situasjonen likt som oss, i eksempelet at kona også skjønner at mannen tar denne atferden som et bevis for at hun ikke bryr seg om ham. Dette gjør situasjonen enda verre, når kona *vet* at han blir lei seg når hun oppfører seg slik, og *likevel* gjør hun det (Beck, 1999).

En annen kognitiv skjevhet er den *selektive oppmerksomheten* vi til enhver tid har. Våre tidligere erfaringer gjør at vi lettere legger merke til enkelte ting ved situasjonen enn andre. I tillegg leter vi alltid etter en bekreftelse i situasjonen på våre antakelser, i motsetning til ting som taler i mot. Også den *fundamentale bias'en* spiller en rolle i sinne. Den fremholder at man har lettere for å tolke en atferd hos andre som et resultat av personligheten fremfor situasjonen. Når det gjelder oss selv mener vi langt oftere at situasjonen er årsaken for vår

atferd. Dette gjør at vi lettere tolker for eksempel en forsentkomming som respektløst fremfor som et resultat av en forsinkelse med bussen. Vi har også en tendens til å bare se *en årsak* til hvorfor en hendelse skjedde, i stedet for å se an de ulike mulighetene og realistisk vurdere sannsynligheten for hver av dem (Beck, 1999; Novaco og Welsh, 1989).

En annen kognitiv skjevhet er *dikotom tenkning*, eller ”svart/hvitt-tenkning”. En med dikotom skjevhet ser bare ytterpunkter som ”jeg er god, andre er onde” eller ”hvis jeg ikke har total kontroll har jeg ingen kontroll” (Beck, 1999). En siste kognitiv skjevhet jeg skal ta frem er *overgeneralisering*. Eksempel på dette er utsagn som ”jeg får aldri det jeg ber om” eller ”jeg får alltid skylda”. Jo mer en person overgeneraliserer, jo mer opprørt blir man over situasjonen. Tross alt er det jo verre å aldri få det man ber om, enn at man ikke får det denne gangen (Beck, 1999).

Selv om disse kognitive skjevhetene er noe alle har, er de allikevel mer fremtredende hos individer med et sinneproblem. Disse kognitive skjevhetene og tolkningen som er et resultat av dem, henger sammen med individets grunnleggende antakelser og levereregler som formes gjennom tidligere erfaringer (Beck, 1999). En person som har en grunnleggende antakelse om at ”andre mennesker ikke er til å stole på”, en leveregel om at ”hvis noen ber meg om noe, er det for å utnytte meg” vil reagere med sinne på en forespørsel fra en fremmed om å hjelpe ham med noe, fordi han tolker dette som et uttrykk for hans forsøk på utnyttelse. Problemets kjerne er, i følge kognitive psykologer, voldsforbryterens oppfattelse, eller misoppfattelse, av seg selv og andre. Det å ”straffes til fornuft”, som noen rehabiliteringstiltak mot vold baserer seg på, vil kun ha muligheten til en midlertidig avskrekkende effekt. Uten en endring av sitt syn på seg selv som sårbar og som ”offeret”, og synet på andre som fiendtlige, har denne typen rehabilitering begrenset effekt (Beck, 1999).

Rehabilitering gjennom kognitiv terapi ligger blant annet i å bli klar over egne kognitive skjevheter, se hvordan disse henger sammen med emosjoner og atferd og lære seg hvordan man kan endre tankemønsteret sitt, og dermed emosjonene og atferden. Ellis utviklet i 1962 (i Beck, 1999) en modell som viser hvordan emosjoner og atferd er et resultat av situasjon og kognisjon. Modellen blir også brukt i arbeid med vold. Han kalte modellen ABC-modellen hvor A står for aktiverende hendelse (situasjon), B står for beliefs (kognisjoner) og C står for consequences (emosjoner og atferd). Et eksempel hentet fra Brøsets programmanual (2009) er en mann som møter en kjenning ute på pub. Kjenningen skylder vedkommende penger. Dette er den aktiverende hendelsen. Vedkommende ber kjenningen betale hva han skylder. Når

kjenningen unnviker dette og dytter ham unna, tar vedkommende tak i armen hans, slår han i ansiktet og sparket han i kneet. Dette er atferden. Det som kommer frem i ettertid er kognisjonene, som var tanker som ”jeg vil ha tilbake det han skylder”, ”han gir faen i meg”, ”jeg finner meg ikke i å bli behandlet slik” (s 38). Som Ellis peker på (1962, i Beck, 1999) opplever mange at A fører til C og er uvitende om B. Han peker på viktigheten av at vi ser sammenhengen mellom A og C, nettopp B. Han mener videre at hvis B endres kan også C endres uten at nødvendigvis A endres, som mange voldsforbrytere i utgangspunktet vil mene. Her ser vi forskjellen mellom kognitive program og atferdsterapeutiske program. Mens kognitive program vil endre atferd (C) gjennom endrede kognisjoner (B), prøver atferdsterapeutiske program direkte å endre atferd (C). I Kognitive program oppfordres man til å stoppe opp ved B og lete etter bevis, for og i mot, og etter alternative tolkninger (Milner og Myers, 2007).

Beck videreutviklet Ellis’ modell og la inn de kognitive skjevhetene vi har sett på. Beck (1999) mente det var viktig i det terapeutiske arbeidet å sette spørsmålstegn ved vår innarbeidede, men skjeve måten å tolke situasjoner på. Den kognitive behandlingen av voldsforbrytere er bygget på de samme prinsippene som kognitiv behandling av ethvert annet problem. Det viktige er å fange den automatiske tanken, følelsen eller handlingsimpulsen som kommer før sinnet. Det kan være ”hun er nedlatende”, ”han bryr seg ikke om meg”, angst, tristhet, klump i halsen, trykk i brystet eller vondt i magen. Det er derfra man kan gjøre noe! Det er her man kan forandre og stoppe opp (Beck, 1999). Når man allerede har kommet til C (emosjoner og atferd), er det for sent. Individet kan bevisstgjøres og trenes opp til å være oppmerksom på fysiske signaler, feiltolkninger eller emosjoner som tegn på sinne og gjøre dette til et diskriminerende signal. Bevissthet på dette området kan gjøre at en gjør seg selv oppmerksom på at ”dette er en psykologisk betydningsfull situasjon” og det samme signalet kan fungere som et signal for å ta i bruk en mestringsstrategi som kan være effektiv i å løse konflikter (Novaco, 1976). Når dette signalet slår inn, lærer man i kognitiv terapi at man skal realitetsteste antakelsene med bevis –for og –imot og lete etter alternative forklaringer. Vi skal se under punkt 2 at det er delene som omfatter nettopp kognisjonene og sammenhengen mellom situasjon, tolkning, tanker, følelser og handling som ble oppgitt som noen av de mest nyttige delene på sinnemestringsprogrammet. Dette bekreftes også når en deltaker oppgir at han har blitt flinkere til å ”spørre, saklig” for å unngå å bruke vold. Dette kan tyde at vedkommende i større grad setter spørsmålstegn til sine negative tanker og tolkninger

I kognitiv atferdsterapi som blir utført i kriminalomsorgen rettes oppmerksomheten mot tankemønstre hos deltakerne som danner grunnlaget for kriminell atferd. Mangel på å ta ansvar for konsekvensene av sine egne handlinger, mekanismer for å rettferdiggjøre handlingene, eller mangel på ferdigheter til å håndtere visse problemer eller sosiale situasjoner, er faktorer i slik tenkning. Instruktørens oppgave er å lære bort nødvendige ferdigheter for at deltakeren skal kunne mestre og håndtere situasjoner på en annen måte enn tidligere. Den samme foranledningen skal utløse andre tanker enn de som ligger i det etablerte tankemønsteret og disse skal føre til en annen atferd med andre, mindre alvorlige, konsekvenser. Mye er avhengig av instruktørens evner til å være en god rollemodell og i å lære bort ferdigheter gjennom øvelser og trening (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). Mer detaljert forsøker man med sinnemestring å redusere forstyrrende, overdrevet emosjonelt sinne og uttrykk for sinne. Målet er å lære klientene å reagere på negative hendelser og utløsende situasjoner med minimalt og sjelden sinne, og hvis det uttrykkes, skal det skje på en allment akseptert måte. Kassinove og Tafrate (2002) hevder at dette best oppnås med en kombinasjon av å utvikle kunnskap om eget sinne og reaksjonsmønster og praktisk øvelse på alternative reaksjoner. Det er med andre ord først viktig for klientene å forstå *hva* sinne er, hvordan det henger sammen med andre emosjoner, når sinne er adaptivt og når det er destruktivt og hvorfor sinnemestring er ønskelig og viktig. Deretter skal klienten, med hjelp fra klinikerens, utvikle og øve seg på mer adaptive reaksjoner. De mener det er kritisk å jobbe med individuelle episoder hvor sinne har oppstått når man jobber med mennesker med sinneproblematikk. Vi skal se under punkt to at illustrasjonene kan indikere en bekreftelse av dette, når deltakerne oppgir *det å lære om negative tanker og hvordan de henger sammen med sinne og vold* og deretter *teknikker for å bruke mot sinnet* som mest endret etter sinnemestringsprogrammet.

### **Motiverende Intervju**

Motiverende Intervju er en annen tradisjon sinnemestringsprogrammet har hentet deler av programmet sitt fra. Motiverende Intervju (MI) er en unik terapeutisk teknikk som ble utviklet for å hjelpe individer med avhengighet til å slutte. Hovedtanken er at klienten selv vet hva som er best, og at man med hjelp, vil forstå dette (Miller, 2010). Man bruker MI som et grunnlag for engasjement og eierforhold til endringsarbeidet (Brøset teoribase, 2009). Teknikken består av å bruke kommunikasjonsevner for å fremme et individs motivasjon for å slutte. Motiverende intervju bruker teknikker som åpne spørsmål, reflekterende lytting, bekreftelse og summerende uttalelser for å hjelpe individet med å uttrykke deres tanker om

endring (Miller, 2010). Teknikken har vist seg å gi god mulighet for læring og praktisk trening i nye ferdigheter (Hetteema, Steele og Millers, 2005 i St. Meld. Nr 37, 2007-2008). For de som er villige til å endre seg, vil motiverende intervju være en mulighet for å sette seg mål og lage en endringsplan, ved hjelp av terapeuten (Miller, 2010). MI er viktig både som et bidrag i endringsarbeidet og som en metodikk for kommunikasjon, forståelse og kontakt mellom ansatte og domfelte i kriminalomsorgen (St. Meld. nr. 37, 2007-2008).

### **Endringsmodellen**

Sinnemestringsprogrammet bruker også noe fra Prochaska, DiClemente og Norcross' (1992) endringsmodell. Gjennom flere studier fant Prochaska og DiClemente ut at når individer som enten på egen hånd, eller ved hjelp av en kliniker, vil slutte med noe de er avhengige av er det en bevegelse gjennom fem stadier. De kalte stadiene precontemplation, contemplation, preparation, action og maintenance. Jeg oversetter dem til før-vurdering, vurdering, forberedelse, aksjon og vedlikehold. I det første stadiet, før-vurdering, synes man ikke avhengigheten er negativ og har ingen intensjon om å slutte. I det neste stadiet, vurdering, blir de klar over at avhengigheten har noen negative sider og begynner å tenke på hvordan livet kunne vært uten denne. I forberedelsesstadiet tar man valget om å slutte og lager en plan for hvordan dette kan foregå. I dette stadiet begynner man også å trappe ned. I aksjonsstadiet slutter man og på vedlikeholdsstadiet jobber man for å ikke gå tilbake til avhengigheten. For mange er ikke dette en lineær bevegelse, men en prosess hvor man kan gå ned igjen til vurdering fra forberedelse og man kan også gå tilbake til avhengigheten etter man har sluttet første gang, men forsøke å slutte igjen, på et senere tidspunkt (Prochaska, DiClemente og Norcross, 1992).

#### **1.6.4 Manual sinnemestring**

”Sinnemestring Brøset-Fengselsprogrammet: Jeg bestemmer selv- veien videre” er et strukturert kognitivt program rettet mot affektivt- og situasjonsbestemt vold. Målgruppen er voldsdømte (Brøset programmanual, 2009). Programmet gjennomføres på Ringerike fengsel, Bergen fengsel og Trondheim fengsel, samt friomsorgskontor. Bjørgvin fengsel i Bergen og Halden fengsel starter gruppe etter jul (M. B. Nettet, personlig korrespondanse 29.11.2011).

Målet er at programmet skal, sammen med andre tiltak, redusere risikoen for tilbakefall, og forberede de innsatte på realiteten, når de kommer ut av fengsel. Programmet fokuserer på motivasjon til endring og dynamiske faktorer i forhold til voldsbruk. De mener det er viktig at den domfelte finner motivasjon til endring, at han utvikler egne ressurser og at han reflekterer



over hvordan han kan mestre et liv uten kriminalitet. Denne tilnærmingen legger kognitiv atferdstenkning til grunn (Brøset teoribase, 2009).

Programmet er både psykoedukativt og praktisk. Læringsprinsippene om hvordan man kan endre voldsatferd og lære nye atferdsmønster, er basert på prinsipper fra ”anger management”, kognitiv atferdsteori, endringsmodellen og MI. Programmet er tidsbegrenset og manualisert (Brøset teoribase, 2009).

Innsatte som tilfredsstillter kravene (om lav sinnemestring, affektiv vold, antall dommer, lengde på dom,) i fengslene blir anbefalt til programmet av fengselsbetjente, deretter har programlederne intervju med disse. Under intervjuet svarer de innsatte utfyllende på spørsmål om sinne og voldsbruk og eventuelle negative sider de opplever ved dette, hvilken motivasjon man har for å delta i programmet og villighet til å delta i gruppe. Programlederne vurderer også om den innsatte er stabil nok til å delta i rehabilitering.

### **Utdanning programledere**

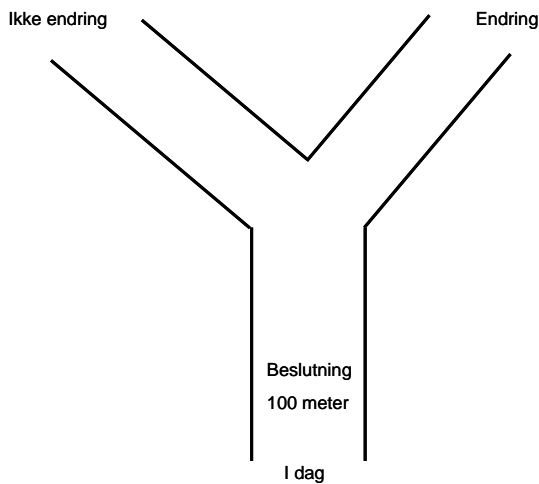
Lederne av sinnemestringsprogrammet har fullført sinnemestringsutdannelsen som holdes av Brøset. Utdannelsen går spesifikt ut på å utdanne personer til å holde sinnemestringsgrupper, både i fengsel og i forhold til partnervold. Brøset har også ansvar for oppfølging og veiledning etter programmet er gjennomført. Dette gjøres via regionale nettverkssamlinger to dager i året. Deltakere på programmet må ha minst 3-år høyskoleutdanning med helse/sosialarbeid, klinisk praksis fra psykiatri som kan veie opp for skolegang eller være utdannet fengselsbetjent. Programmet går over 100 timer. Med de siste utdanningskullene vil Brøset Sinnemestring ha opparbeidet denne kompetansen i alle landets fylker. På landsbasis er det nå utdannet ca. 150 terapeuter.

### **Programmanualen**

Fengselsprogrammet løper i ca 5 måneder med to ukentlige møter. Første del av programmet fokuserer på motivasjon til endring, og på at den innsatte selv finner frem til 3 eller 4 nøkkelmålsetninger som han må arbeide med gjennom programmet. Denne delen består av fire individuelle samtaler. Den andre delen av programmet vil forsterke endringsprosessen ved å lære mer om egne tankemønstre og levereregler, og er spesielt rettet mot vold og aggresjon. Her går man nærmere inn på de kriminogene faktorene. Denne delen består av 23 gruppesamlinger. Deltakerne får en arbeidsbok fra første time, og det legges opp til at denne

brukes aktivt i timene, samt at det gis konkrete oppgaver mellom gruppesamlingene. Programmet har en gruppe på fem eller seks av samme kjønn (Brøset programmanual, 2009).

Figur 1: Veikrysset (Brøset Programmanual, 2009)

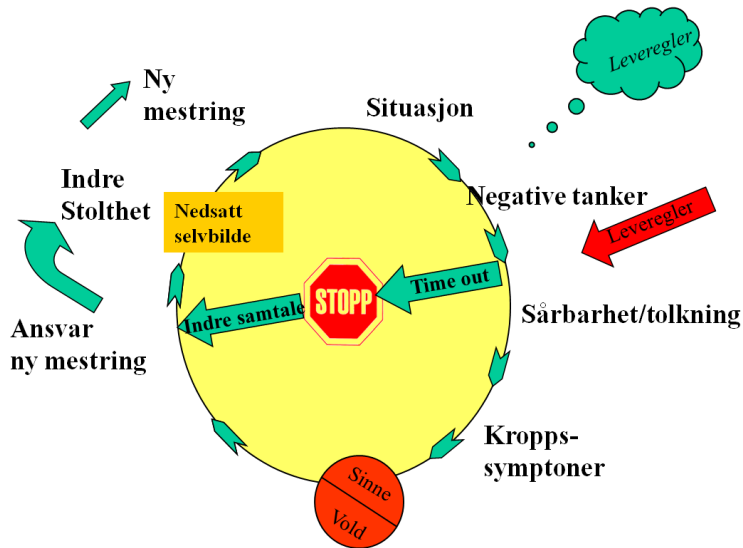


*Denne figuren illustrerer hvordan den innsatte har et valg i fremtiden om man skal endre retning i livet eller ikke. Programlederne utforsker sammen med den innsatte hva hver av veiene innebærer og hvor ønskelig eller ikke ønskelig konsekvensene av de ulike veiene er. Mot slutten av programmet ser de på hvor den innsatte befinner seg nå og hva de allerede har oppnådd.*

Sentrale elementer i sinnemestringsprogrammet på Tunga er ”sinneskretsen” og ”veikrysset”. Veikrysset blir introdusert i andre individuelle time og representerer at man selv velger hvilken retning livet skal ta. Hovedveien, før veien deler seg, representerer nåtiden, mens grenene representerer to ulike retninger livet kan ta, som konsekvenser av valg programdeltakeren gjør. Deltakerne setter opp delmål og større mål langs veien for endring.

Gjennom denne illustrasjonen bruker programlederen motiverende intervju for å bevisstgjøre, ansvarliggjøre, og motivere deltakeren. Man introduserer også Prochaska, DiClemente og Norcross’ (1992) endringsmodell og samtaler om hvilket stadie deltakeren er i. Fokus er på hva de kan oppnå med å få kontroll på sinnet sitt. Det er viktig å fokusere på fremtidige mål og gevinster, for en prosess mot å mestre sinnet sitt er hard og kan føles som man må gi opp mye (Brøset programmanual, 2009).

Figur 2: Sinnesirkelen (Brøset Programmanual, 2009)



Denne figuren illustrerer hvordan en episode med sinne og vold blir skapt av flere faktorer som påvirker hverandre. Det viser også hvordan en sinne- eller voldsreaksjon forsterker sirkelen, mens en time-out og en alternativ reaksjon skaper ny mestring og økt selvtillit.

Sinnesirkelen viser hvordan en situasjon hvor vold oppstår er en del av et komplekst bilde hvor leveregler, kognisjoner, emosjoner og fysiske reaksjoner også deltar. Samtidig illustrerer sinnesirkelen hvordan voldsbruk forsterker og forverrer denne sirkelen, mens brudd i denne sirkelen kan fjerne voldsatferden og gi ny mestringsfølelse og selvtillit (Brøset programmanual, 2009).

I arbeidet rundt sinnesirkelen brukes kognitiv terapi, for å identifisere og endre kognitive skjevheter og dysfunksjonelle holdninger (Brøset teoribase, 2009). Som hos Ellis (1962 i Beck, 1999), oppfordres man til å stoppe opp ved de negative tankene og lete etter for- og motbevis for antakelsene man har, og vurdere alternative tolkninger. I tillegg ser man på hva som gjør at enkelte lettere har disse skjevhetene og feiltolkningene. Man jobber med skjema og leveregler de har med seg fra oppveksten, og hvordan disse påvirker tolkningen av en gitt situasjon i nåtiden (Brøset programmanual, 2009). Sinnesirkelen brukes både som en generell innføring for å forstå modellens rasjonale og for å analysere enkeltepiser. Første målsetting er å identifisere hvilke situasjoner som kan føre til vold, risikosituasjoner, og sammenhengen mellom kognisjoner, emosjoner og atferd. Deretter blir målet å gjenkjenne automatiske tanker og tolkninger av situasjonen, risikotanker. Ved at deltakerne lærer om sitt reaksjonsmønster, vil man kunne stoppe et negativt tankemønster og ikke utøve vold (Jarwson, 2010).

I behandlingen vil man forsøke å bruke relasjonen man skaper mellom behandler og deltaker som lærdom i forhold til kommunikasjon. Gruppelederne er forbilder og rollemodeller. For eksempel forteller de på første gruppesamling om eget sinne og hvordan de takler sinne (Brøset teoribase, 2009).

## 1.7 Tidligere funn av rehabiliteringsprogram

Et vanlig utgangspunkt for å undersøke effekten av rehabilitering, er Martinsons innflytelsesrike artikkel fra 1974 (i Day og Howells, 2002; Hollin og Palmer, 2006a). Her prøvde han å slå sammen evalueringer gjort av rehabiliteringsprogram i fengsel, fra 1945 til 1967. Martinsons konklusjon var relativt pessimistisk og fant at programmene ”ikke hadde noen synlig effekt på residiv” (i Day og Howells, 2002, s 25, min oversettelse). Det ble senere satt spørsmålsteget ved konklusjonen hans på grunn av metodologiske svakheter (Brody 1976; Lipton, Martinson og Wilks, 1975 i Day og Howells, 2002) og senere avvist av forfatteren selv, men ble allikevel av noen brukt som bevis på at ”ingenting virker” (Day og Howells, 2002).

Whitehead og Lab gjennomførte noe senere, i 1989, en metaanalyse som inkluderte 50 studier for å undersøke i hvilken grad korrigerende behandlingsprogram for ungdomskriminelle reduserte tilbakefall. De konkluderte, i likhet med Martinsons initiale konklusjon, med at programmene hadde lite positiv innvirkning på ungdommene og kunne i noen tilfeller se ut som de forverret problemet. De kom også frem til at intervensjoner basert på atferdsterapeutiske prinsipper, *ikke* gjorde det noe bedre enn andre program (Whitehead og Lab, 1989 i Pearson, Lipton, Cleland og Yee, 2002).

Andrews med flere (1990) gjorde en ny metaanalyse på de samme studiene Whitehead og Lab hadde gjort pluss 35 studier til og kom frem til en annen konklusjon. De fant at gode intervensjoner signifikant reduserte tilbakefall med 29%. Det de regnet som gode programmer var programmer som ble a) gitt til de med høy risiko, b) hadde fokus på kriminogene behov, c) hadde responsivitet. Disse tre begrepene, risiko, kriminogene behov og responsivitet, skal vi se hva er litt senere.

En metaanalyse av 249 studier gjennomført av Wilson og Lipsey (2007) undersøkte effekten av psykososiale forebyggende program for reduksjon av aggressiv og forstyrrende atferd i skolen. Konklusjonen var at det generelt var god effekt av intervensjonene på den avhengige- og andre relevante variabler, både sammenlignet med kontrollgruppe og en sammenligning pre- og postmåling internt i intervensjonsgruppa. Den gjennomsnittlige effektstørrelsen representerer en nedgang i aggressiv- og forstyrrende atferd som sannsynligvis har en signifikant virkning i praksis. Forskjellig type intervensjon, for eksempel atferdsterapeutiske-, kognitive- eller sosiale ferdighetsprogram, gir tilnærmet lik effekt. Effekten var størst hvor

programmene var godt implementert og de som involverte deltakere som var i høyrisikozonen for aggressiv atferd (Wilson og Lipsey, 2007).

Imidlertid er ikke alle studier fra de siste tiårene like klare i sine konklusjoner. Gendreau og Ross (1987, i St. Meld. Nr. 37, 2007-2008) mente at det var mulig å oppnå 80% reduksjon av tilbakefall med de riktige tiltakene. Etter dette kom det studier der man mente at 10% reduksjon av tilbakefall var garantert (Lipsey, 1992; 1995; Lösel, 1995; Redondo, Garrido og Sanchez-Meca, 1999 i St. Meld. nr. 37, 2007-2008). I Goggin og Gendreau (2006) skriver Lösel (1996; 1998) at den gjennomsnittlige reduksjonen av residiv etter rehabiliteringsprogram er 10-12%.

Nå, tyve år senere, finnes det en generell konsensus i miljøene om at rehabiliteringsprogram som bygger på kognitive og atferdsterapeutiske metoder har effekt. Disse programmene har også mer effekt enn program som ikke bygger på kognitive atferdsterapeutiske metoder (Day og Howells, 2002). Det har blitt utviklet mange ulike program som benytter ulike metoder fra kognitive atferdsmetoder og følgelig har også forskningsbasen økt. I 2006 hadde det blitt gjort 51 metaanalyser av effektstudier av rehabiliteringsprogram for lovbrøyttere (Hollin og Palmer, 2006a). Selv om de fleste studiene og metaanalysene kommer til samme konklusjon når det gjelder kognitive atferdsprogram er imidlertid ikke alle forskere enige i at det er bekreftet at rene atferdsterapeutiske program har effekt, som vi skal se i CDATE-studiet litt senere (Pearson med flere, 2002). Blant annet fant Izzo og Ross (1990, i Pearson med flere, 2002), i en metaanalyse som undersøkte effekten av korrigerende program for ungdomskriminelle, at bare to variabler er relatert til redusert residiv, programmer som har vært gjennomført i kommunal setting, i motsetning til institusjonsbasert, og kognitiv behandling. Kognitive program var dobbelt så effektive som ikke-kognitive. Det er nå svært mange studier som kan vise til positive resultater av rehabiliteringsprogrammer for forbryttere, i 2002 var det 1500 publiserte studier på emnet. Metaanalyser fra forskere over hele verden, kommer også frem til de samme to konklusjonene; 1) intervensjoner gir bedre tilbakefallsrate, når utvalget sammenlignes med en kontroll gruppe, 2) noen typer intervensjoner har høyere effekt enn andre (Day og Howells, 2002).

På oppfordring av justisdepartementet i USA (the national institute of justice, US,) ble det laget en oversikt i 1998 over "hva som virker", "hva som ikke virker" og hva som kvalifiserte som "lovende" (Christophersen, 2000). Konklusjonen deres var at noen kriminalforebyggende tiltak virker, andre gjør det ikke. Men at de fleste tiltak ennå ikke har blitt evaluert.

Christophersen (2000) mente derfor at det ikke forelå tilstrekkelig vitenskapelig dekning for å trekke endelige konklusjoner, men man kan allikevel utarbeide en foreløpig vitenskapelig oversikt over hva som virker, ikke virker eller er lovende til dags dato. Konklusjonen er bygd på 500 vitenskapelige evalueringer av kriminalforebyggende praksis. Av det som er relevant for denne oppgaven vil jeg trekke frem at det ble konkludert at gjennom strafferettssystemet var det rehabiliteringsprogram for voksne og ungdomskriminelle som er tilpasset deres risikofaktorer som virket best. Disse reduserte gjentakelsesraten (Andrews med flere, 1990; Lipton og Pearson, 1996, i Christophersen, 2000).

Pearson med flere gjennomførte i 2002 CDATE studiet (Correctional Drug Abuse Treatment Effectiveness), som tar for seg evalueringer gjort av korrigerende program mellom 1968 og 1996. Dette er en svært stor studie og blir også av andre forskere sett på som en god metodisk metaanalyse, fordi den inkluderer både publiserte og upubliserte studier og unngår på denne måten en ”publisert skjevhet”. Dette er en ”felle” for metaanalyser, hvor effekten blir overdrevet fordi man tar grunnlag i bare publiserte studier og det er et faktum at studier som viser effekt, lettere blir publisert (Hollin, 2006).

CDATE ser på kognitiv-atferdsterapi som bestående av to typer program; atferdsmodifiserende- eller atferdsterapeutiske program og kognitiv atferdsprogram. Av studiene evaluert i CDATE var 25 atferdsprogram og 44 kognitive atferdsprogram, deriblant ett i sinnemestring. Den avhengige variabelen er tilbakefall, målt som ny arrest og/eller ny dom. De delte også inn studiene etter hvor høy metodisk kvalitet de hadde. Pearson med flere (2002) fant at som gruppe viste atferd- og kognitive atferdsprogram signifikant nedgang i tilbakefall, 11,8%, rene atferdsprogram viste ingen signifikant effekt, kognitive atferdsprogram viste signifikant nedgang i tilbakefall, 14,4% (Pearson med flere, 2002). Men de så også at kognitive atferdsprogram hadde liten homogenitet som gruppe, noe som tyder på at noen program gir god effekt, andre gir ikke så god. Med CDATE har altså Pearson med flere støttet Whitehead og Labs konklusjon (1989 i Pearson med flere, 2002), at man ikke har bekreftet at standard atferdsterapeutiske program signifikant reduserer tilbakefall (Pearson med flere, 2002). Samtidig bekrefter de hva Andrews med flere (1990) fant at atferds- og kognitiv atferdsprogram (som en generell gruppe) kan signifikant redusere tilbakefall. Pearson med flere (2002) bekreftet også hva Izzo og Ross (1990 i Pearson med flere, 2002) konkluderte med, at kognitive atferdsterapeutiske program, som en spesifikk kategori behandling, kan signifikant redusere tilbakefall (Pearson med flere, 2002).

I etterkant av studien legger forfatterne frem en hypotese angående atferdsbasert behandling som fokuserer på belønning; kanskje vil den bevises å være effektiv i å endre atferd, *mens* behandlingen, og dermed belønningen, pågår. Men gamle mønster vil reetableres ved endt program (Pearson med flere, 2002). Forfatterne mener at atferdsterapeutiske program kun skal bli bekreftet som effektive dersom de opprettholder effekten etter endt program, via belønning i det miljøet man er i til daglig, for eksempel av foreldre, samboer, lærer eller sjef (Pearson med flere, 2002).

### ”What works”

I løpet av 35 år har forskningen bedre klart å undersøke hvilke *elementer* i et program som skaper endring. Det er nå en overveldende mengde med forskningsresultater som viser at rehabiliterende tiltak eller behandlingstiltak er mest effektive dersom de holder seg til de tre hovedprinsippene for ”what works”: *risiko, kriminogene behov og responsivitet* (for eksempel Andrews, Zinger, Hoge, Bonta, Gendreau og Cullen 1990; Gendreau, 1996; Bonta, 1997; Andrews og Bonta, 1998; Gendreau, Goggin, Cullen og Andrews, 2000). En systematisk gjennomgang av evalueringer av kognitive program som tilbys innsatte og domfelte under kriminalomsorgens kontroll, viser at program som følger prinsippene for ”what works” gir en reduksjon i tilbakefall på 27%, sammenlignet med en kontrollgruppe (Harper og Chitty, 2004). Andrews og Bonta (1998) fant også at *hvert av* prinsippene bidro til effekten og at jo flere av prinsippene som ble brukt i behandlingen, jo større ble effektstørrelsen.

Jeg vil nå gå nærmere inn på hva man legger i hvert av disse prinsippene.

Risikoprinsippet fastholder at jo høyere risiko for tilbakefall en gitt innsatt har, jo større ”dose” behandling bør den innsatte motta. Innsatte som blir identifisert med medium eller høy risiko for tilbakefall, bør få tilbud om intensive rehabiliteringsprogram (Day og Howells, 2002). Det finnes i følge Andrews og Bonta (1994 i Gendreau, Little og Goggin, 1996) to kategorier av risikofaktorer, statiske og dynamiske. Statiske faktorer er aspekter ved individets fortid, som sier noe om risiko for ny kriminalitet. Statiske risikofaktorer kan ikke endres, som for eksempel alder ved første lovbrudd, alvorlighetsgrad av første lovbrudd, atferdsvansker som barn og antall lovbrudd. Dynamiske risikofaktorer er faktorer som predikerer ny kriminalitet, men som potensielt kan endres. Disse kalles ofte kriminogene behov. Dette går jeg inn på i neste avsnitt.

Risiko kan estimeres ved ulike typer måleinstrumenter. Tidligere ble grad av risiko basert på klinisk vurdering, mens det nå er vanlig med måleinstrumenter som inkluderer både statiske- og dynamiske risikofaktorer, som Level of Service Inventory og HCR-20 eller måleinstrumenter som også sier noe om personlighetsfaktorer som er korrelert med kriminalitet, som the Psychopathy Checklist og MMPI Pd (Gendreau, Little og Goggin, 1996). En effektiv risikovurdering vil legge grunnlag for å matche individer til riktig program (Day og Howells, 2002). Fordi man retter behandling mot å endre de dynamiske risikofaktorene er det viktig at disse blir målt på nytt ved et senere tidspunkt (Gendreau, Little og Goggin, 1996).

Bruken av begrepet risiko har blitt kritisert blant annet av Castel (1991 i Milner og Myers, 2007), hvor det påpekes at begrepet risiko og risikofaktorer ble i utgangspunktet brukt om en potensielt iboende risiko for en sammenlagt *populasjon*, hvor man gjennom vitenskapelige metoder fant statistiske risikofaktorer og hvor stor betydning de statistisk sett hadde for tilbakefall. Når man bruker disse begrepene om individer mener Castel at man skaper en falsk aura av sikkerhet og beregning (Milner og Myers, 2007). Allikevel blir man tvunget til dette, da man må prøve å vurdere et individs risiko for ny kriminalitet, for eksempel i forhold til en prøveløslatelse eller påstand om forvaring.

Med behovsprinsippet menes at behandlingen må rettes mot de kriminogene behovene. Kriminogene behov er dynamiske risikofaktorer og forklares som behov som, når endret, bedrer sannsynligheten for tilbakefall (Bourgon og Armstrong, 2005). Gendreau med flere (1996 i Day og Howells, 2002) mener at kriminogene behov er: ”holdninger, verdier, oppfatninger og atferd som en innsatt har, som enten støtter a) negative holdninger mot offisielle autoriteter og konvensjonelle normer og regler, b) avvikende verdier som rettfærdiggjør aggresjon, fiendtlighet og stoffmisbruk, eller c) rasjonaliseringer av antisosial atferd, som fjerner det moralske aspektet” (s 8, min oversettelse). Eksempler på vanlige kriminogene behov er i tillegg til holdninger og verdier som allerede er nevnt, rusmisbruk, kriminelt nettverk og impulsivitet (Day og Howells, 2002). Som vi skal se er også rus en av årsakene deltakerne på sinnemestring i norske fengsel selv oppgir som årsak for voldsbruken deres. Det kommer også frem at 7 av deltakerne som svarte på evalueringsskjemaet aldri har brukt vold i edru tilstand. Når det kommer til nettverk skal vi se under punkt 2 at få har gjort noe med nettverket sitt, på tross av at dette er et kriminogent behov. Ën oppgir at han ønsker mer tid på emnet om nettverk og miljø. Vi skal se på flere svar fra deltakerne under punkt 2. Ut fra behovsprinsippet vil forandring av ikke-kriminogene behov, som selvtillit eller angst



ikke bidra til å redusere kriminell atferd (Andrews og Bonta, 2003 i St. Meld. Nr. 37, 2007-2008; Bourgon og Armstrong, 2005). En metaanalyse gjennomført av Gendreau, Goggin og Little (1996) viste at kriminogene behov predikerte residiv, like godt som statiske faktorer.

Med responsivitet menes at behandlingen er mer effektiv hvis det er et kognitivt atferdsprogram og hvis man matcher formen behandlingen gis på, så mye som mulig i forhold til faktorer hos den innsatte som påvirker læring, for eksempel motivasjon (Day og Howells, 2002; Bourgon og Armstrong, 2005) eller andre mentale- og personlige begrensinger som påvirker læring. Mens noen responsivitetsfaktorer som angst, selvtillit, mental helse, kjønn og etnisitet finnes jevnt fordelt i den generelle populasjonen, er noen responsivitetsfaktorer overrepresentert i fengselspopulasjonen. Eksempler på dette er svake sosiale evner, dårlige problemløsningsevner, konkret kognitiv stil og svake verbale evner (Bonta, 1995 i Day og Howells, 2002). Hvis man ser nærmere på disse faktorene, kan man se tydelig hvorfor noen behandlingsmodaliteter gir bedre effekt enn andre. Området innen responsivitet som har mottatt mest oppmerksomhet er motivasjon (Day og Howells, 2002). Hvis man skal følge prinsippet fullt ut, ligger oppgaven med å matche program til individuelle behov, ikke bare behov og karakteristikk for innsatte som gruppe. Dessverre er individuelle forskjeller sjelden ett tema og den dominerende modellen for behandling er en sammensatt pakke, hvor et standard program gjennomføres til samtlige innsatte (Day og Howells, 2002).

En ny og lovende skala for responsivitet er utviklet av Baxter, Marion og Goguen (1995 i Day og Howells, 2002) og måler ikke bare motivasjon, men også fire andre aspekter ved responsivitet. Denne skalaen har vist seg å predikere utfall for innsatte på blant annet sinnemestringsgrupper (Day og Howells, 2002).

Dowden og Andrews gjennomførte en metaanalyse (2000 i Polaschek og Collie, 2004) med 35 rehabiliteringsprogram og brukte voldelig residiv som effektmål. Metaanalysen undersøkte om de tre prinsippene for "what works" holdt mål, også i en voldelig kriminell populasjon. De fant støtte for kriminogene behov og responsivitet, men ikke risiko.

### **Fra teori til praksis**

Som vi har sett på tidligere har flere metaanalyser kommet til enighet om tre prinsipper som et rehabiliteringsprogram bør følge, for å ha effekt. Men Polaschek og Collie (2004) påpeker at disse prinsippene ikke danner en rehabiliteringsteori og kan ikke gi hjelp i utviklingen av et spesifikt programdesign. De mest kritiske røstene hevder dette er urealistisk (Lab og

Whitehead, 1990 i Bourgon og Armstrong, 2005) og spør hvordan man matcher nivået av behandlingen som gis, med risikoen og behovene til de innsatte. Vanskeligheten ligger i å oversette nivået av behandling eller ”dose” til praktiske termer. Når det gjelder *hvor stor* dose av behandling man bør gi er det lite empiri og til og med praktiske råd, om hva som egner seg (Hollin, 2001 i Bourgon og Armstrong, 2005). Bare Lipsey (1995 i Bourgon og Armstrong, 2005), i sin oversiktsartikkel av behandling av ungdomskriminelle, ga et råd om at det må være 100 eller flere timer, for at det skal være adekvat.

Bourgon og Armstrong (2005) gjorde en studie som forsøkte å overføre disse prinsippene til en reell setting og vise hvordan man kan ”oversette” de teoretiske variablene. De integrerer prinsippene ved å gjennomføre en omfattende undersøkelse av hver enkelts risikonivå og kriminogene behov og tilby kognitive atferds program som varierte i lengde (5, 10 eller 15 uker). Disse ble sammenlignet med en kontrollgruppe innsatte som ikke mottok noen behandling. Studien viser at behandlingen hadde effekt på residiv (innen ett år oppfølging), og lengden på behandlingen ble bekreftet at spilte en signifikant rolle for effekten ved enkelt lineært forhold. Det viste seg at for de med få kriminogene behov og moderat risiko var 5-ukers programmet nok for å signifikant redusere tilbakefall. Hos de med høy risiko og med flere kriminogene behov, måtte det lengre programmer til, for å få signifikant nedgang. Dette betyr at ulike behandlingsalternativer er nødvendig for å imøtekomme heterogeniteten blant innsatte i fengsel. (Bourgon og Armstrong, 2005). Dette bekrefter hva Bush (1995b i Polaschek og Collie, 2004) har funnet tidligere, at lengden på behandlingen påvirker effekten. Bush fant at deltakere på ”Cognitive Self-Change” som deltok på programmet i mindre enn 6 måneder ikke hadde redusert residiv i løpet av tre år, sammenlignet med en kontrollgruppe.

Det er vanskelig å si noe om intensiteten og lengden på sinnemestringsprogrammet. Deltakerne samles to ganger i uken over 5 måneder og regnes som både et intensivt og et langt program. Evalueringene kan ikke si noe om hvorvidt 5 måneder er nok eller om 3 måneder hadde gitt samme resultat. Heller kan de ikke si noe om programmet hadde oppnådd bedre effekt dersom det hadde vært tre ukentlige samlinger. Slike opplysninger hadde vært både nyttige og potensielt besparende. Fra illustrasjonene under punkt 2 så vi allikevel at flertallet oppgir at de ikke har savnet noe i programmet og heller ikke ville brukt mer tid på noe under programmet.

I tillegg til prinsippene for ”what works” har forskningen, som nevnt tidligere, konsekvent vist at lokale rehabiliterende tiltak for domfelte utført utenfor institusjon har større effekt enn

institusjonsbaserte tiltak (Andrews med flere, 1990; Andrews og Bonta, 2003 i Bourgon og Armstrong, 2005). Andrews med flere fant en effektstørrelse som var 2 til 3 ganger større utenfor institusjon (1990). I motsetning til dette hevder Lipsey, Landenberger og Wilson (2007) at program som gjennomføres i fengsel ikke har signifikant forskjellig effekt fra programmene som gjennomføres i samfunnet, når andre variabler ble tatt høyde for.

En oversiktsartikkel som ble gjennomført sammen med Campell Collaboration (Lipsey, Landenberger og Wilson, 2007) viser at effekten av et program som er basert på kognitiv atferdsterapi kan potensielt gi opptil 50% reduksjon i tilbakefall. Program som har elementer av sinnemestring eller konflikthåndtering, viser gode resultater (Lipsey med flere, 2007; St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). De inkluderte 58 ulike studier av kognitive atferdsprogram, både publiserte og upubliserte, eksperimentelle og kvasi-eksperimentelle, samt forskningsprogram og program gjennomført i de enkelte fengsel. Analysene de brukte var også basert på intent-to-treat. Det vil si at de som sluttet i programmet underveis ble regnet med i intervensjonsgruppen (Hollin, 2006). Med en gjennomsnittelig oppfølging på 12 mnd fant de at deltakerne i kognitive atferdsprogram har mer enn en og en halv gang så mye sjanse for å unngå ny kriminalitet, sammenlignet med kontrollgruppen (Lipsey med flere, 2007). I oversikten fant de at bare tre faktorer, ved kognitive atferdsprogram for voksne, påvirket effekten uavhengig av andre variabler: grad av risiko hos deltakerne, hvor godt programmet ble implementert og inklusjon/eksklusjon av enkelte elementer i programmet. Å inkludere sinnemestring og mellommenneskelig problemløsning var assosiert med høyere effekt, mens inklusjon av konsekvenser for offeret og atferdsmodifisering var assosiert med lavere effekt (Lipsey med flere, 2007). Sistnevnte støtter funnene fra CDATE-studien (Pearson med flere, 2002). Men når det kommer til empati for offeret, viser denne studien motsatt funn at hva som ble rapportert av Beck (1999).

### **Voldsprogram**

De siste årene har det vært gjennomført to gjennomganger av forskning gjort på behandling av voldskriminelle (Day og Howells, 2002; Polaschek og Collie, 2004). I det førstnevnte studiet hevder forfatterne at de er overrasket over den lave kvaliteten og svake utviklingen av programmene, sett i lys av den teoretiske og empiriske basen som er tilgjengelig. Det sistnevnte studiet hadde en gjennomgang av ni kognitive atferdsprogram som rettet seg mot voldelige menn, deriblant tre sinnemestringsprogram. En av disse var en studie av Dowden, Blanchette og Serin (1999), som vi ser nærmere på litt senere. Også begge studiene av

Violence Prevention Programme (Dixon og Behrnes, 1996 i Polaschek, 2006; Berry, 2003 i Polaschek, 2006), som er beskrevet lengre ned, er inkludert. Alle studiene hadde enten randomiserte eller matchet kontrollgruppe og brukte mål på residiv som effektmål, enten voldelig-, generell- eller begge. Forfatterne konkluderer med at til tross for mange metodologiske vansker, har de fleste programmene små til store effektstørrelser på både voldelig- og ikke voldelig residiv. De mener følgelig at forskning på emnet er lovende. De påpeker allikevel at det er få empiriske og teoretiske retningslinjer som foreligger for å kunne utvikle program for denne gruppen (Polaschek og Collie, 2004).

Violence Prevention Programme (VPP) er et program som tilbys utenfor institusjon, både til prøveløslatte og individer dømt til samfunnstjeneste. Programmet er også laget spesifikt for den kulturen den blir holdt i, Maori'ene på New Zealand. Programmet har grupper på 12 deltakere går over 380 timer. VPP er basert på sosial læringsmodell og det inneholder både undervisning og ferdighetstrening. Programmet inkluderer moduler om sinnemestring, kommunikasjon, oppdragelsesevner, sosial problemløsning og undervisning om alkohol, narkotika og helse (Polaschek, 2006). VPP er ett av få program som har evalueringer fra to ulike programperioder. Dixon og Behrnes (1996 i Polaschek, 2006) fant over en femårs oppfølgingsperiode at de som fullførte VPP hadde medium og stor reduksjon i respektive generelle- og voldelige tilbakefall. Berry (1999; 2003 i Polaschek, 2006) sammenlignet deltakerne med en kontrollgruppe og fant, over en periode på 17 måneder, en liten nedgang i voldelige tilbakefall hos de som fullførte programmet, men en signifikant økning i tilbakefall hos de som ikke hadde fullført programmet. Han fant også en økning av ikke-voldelige tilbakefall som en funksjon av behandlingen. De siste funnene svekker de første.

Polaschek (2006) mener at generelle program som skal redusere voldsbruk hos voksne enda er et umodent felt og ikke har en godt nok forankret programrasjonale. Rasjonalen skal optimalt sett ha linker til relevante multifaktorielle etiologiske teorier. Hvilke faktorer, både utløsende og opprettholdende, er relevante og hvilke er det mulig å forandre (Hollin og Palmer, 2006a). Flere forskere mener at utviklingen av generelle voldsprogram ennå ikke har nådd dette punktet (Day og Howells, 2002; Serin, Gobeil og Preston, 2001; Polaschek, 2006). I følge Polaschek og Collie (2004) er dette er vanlig mangel hos rehabiliteringsprogram. De fleste programmene inneholder sparsom informasjon om deres underliggende teoribase og ingen refererer til flerdimensjonal aggresjon eller kriminalitetsteorier (Polaschek og Collie, 2004).

## Sinnemestringsprogram

Sinnemestring er, historisk sett, den vanligste formen for intervensjon for voldsdømte (Polaschek og Collie, 2004). Allikevel er det relativt få studier som er gjort på sinnemestringsprogram. Allerede har vi sett litt på program, hvor det er inkludert sinnemestringselementer, for voldelige forbrytere. Polaschek og Collie (2004) hevder i sin oversiktsartikkel at funnene deres støtter at sinnemestringsprogram har effekt på generelt tilbakefall. Lipsey med flere (2007) fant også at inklusjon av sinnemestring, økte effekten av kognitive atferdsprogram i rehabilitering. Andre mener at flere studier undersøker mål på sinne, men klarer ikke å vise den forventede endringen som en funksjon av intervensjonen (Howells, 2004 i Polaschek, 2006).

Dowden, Blanchette og Serin (1999 i Polaschek, 2006) evaluerte ”Anger and Other Emotions Management Program (AOEMP) med et stort utvalg over tre år. De fant stor effekt, både for generelle- og voldelige tilbakefall. Bare 9% av høy-risikodeltakerne hadde hatt voldelig tilbakefall, mot 24% i kontrollgruppen. Dette ble ansett som den eneste (ifølge Polaschek, 2006) overbevisende demonstrasjonen av sinnemestringsprogrammets effekt i å redusere voldelig tilbakefall, men en senere rapport (Dowden og Serin, 2001 i Polaschek 2006) sammenlignet dataene for de som fullførte programmet og kontrollgruppen, med dataene for de som droppet ut av programmet, og fant at, over en 3-årsperiode, hadde de som droppet ut 8 ganger høyere tilbakefallsrate enn de som fullførte programmet. På et annet mål på effekt, voldelige episoder på institusjonen, fant de i tillegg ingen forskjell mellom de som fullførte programmet og kontrollgruppen. Denne rapporten i ettertid truer validiteten på de første funnene, som viste god effekt av sinnemestringsprogrammet (Polaschek, 2006).

Nærmere Norge finner vi en dansk evaluering gjort av sinnemestringsprogrammet ”anger management” gjennomført med ungdommer som er dømt for sin første, eller en av sine første, voldshandlinger. Resultatene kommer fra en midtveisevaluering av ordningen (Clausen, 2008).

Som et ledd i Danmarks regjerings handlingsplan mot vold- og ungdomskriminalitet ble sinnemestringsprogrammet ”anger management” iverksatt i 2005 som en prøveordning. Programmet skulle være et vilkår for betinget dom for unge lovbrøyttere, primært 15-18 år. Programmet har en ramme på 8 gruppesamlinger à 2 timer i løpet av 1-2 mnd med 4-6 deltakere. I noen av avdelingene har programleder, etter endt program blitt tilsynsoffiser for den unge. Programmet inneholder teknikker for å håndtere sinne, hvordan man kan uttrykke

følelser på en annen måte, hvordan man kan håndtere kritikk og fornærmelser og ungdommene skal lage en plan for fremtidige situasjoner og reaksjoner (Clausen, 2008).

Midtveiseevalueringen baserer seg på intervju, både av deltakere og programledere, og spørreskjema (Clausen, 2008). De fant at deltakerne er usikre på i hvilken grad de har fått noe utbytte av programmet og at deres hovedmotivasjon har vært å unngå andre sanksjoner. Også programlederne sier at motivasjon er en nødvendighet for at dette programmet skal skape noen endring. En av lederne uttalte ”.der synes jeg, at de unge som bliver dømt til det, ikke- i mine øjne- reelt er motiverte. Mange av dem kan godt fremstå motivert... og det kan være på baggrund af mange ting. Det kan være, at mange omkring dem synes, at det er en god idé. Det kan være os, der sidder og interviewer dem, som de gerne vil sige de riktige ting til. Det kan være det med, at de ikke ved, hva alternativene er. At vi jo siger til dem, at alternativet *kan* være en ubetinget straf, og så tænker de fængsel... Så den motivasjon, der er hos dem, der er dømt til det, mener jeg må være markant forskjellig fra dem, som vælger det frivillig” (Clausen, 2008, s 17).

Av resultatene fra spørreskjemaet svarer 26 (av totalt 38) at de tror ferdighetene de har lært på programmet, vil hjelpe dem til å holde seg unna problemer i fremtiden, 8 svarer nei. 30 synes programmet er hjulpet ”litt” eller bedre til å bedre kontrollere sinne og andre følelser, men 12 mener at programmet ”slett ikke” har hjulpet til å håndtere stress mer hensiktsmessig. En av instruktørene mener at gevinsten kommer over tid, når det har modnes litt og ungdommene har fått tid til å prøvd det ut. Men hun påpeker at evnen til refleksjon må ligge til grunn for å klare å nyttiggjøre seg av programmet og det mener hun ikke alle ennå har utviklet. Seks måneder etter avsluttet program hadde 5 personer begått ny kriminalitet (Clausen, 2008).

Det er ikke gjennomført noen endelig evaluering av ordningen, da det har vært for få deltakere henvist til dette programmet.

I Norge har det kun vært gjort en studie på sinnemestringsprogrammet ”Vold i nære relasjoner”, gjort av Jarwson (2010). Dette er det nærmeste sammenligningsgrunnlaget jeg kan komme til sinnemestringsprogrammet gitt i norsk kriminalomsorg. Jawsons studie er en pre- post- studie hvor han så på effekten av sinnemestringsprogrammet ”vold i nære relasjoner” i en sivil populasjon, ved å sammenligne selvrapportert voldsbruk før- og 4-7 år etter programmet. Det var 37 deltakere i studien (71 fikk spørreskjema= svarprosent på 52%). Blant de som svarte var det en signifikant nedgang av fysisk og psykisk vold, både på gruppe-

og individnivå. Av 37 respondenter hadde 26 ”ingen fysisk voldsbruk” etter 4-7 år og 21 respondenter hadde ”ingen psykisk voldsbruk” etter 4-7 år (Jarwson, 2010). I forhold til sinne, rapporterer 89,3% at å kjenne på sinnefølelsen som et negativt problem er ”helt-” eller ”delvis borte”. Likevel sier 70% at de fortsatt kjenner på sinnefølelsen. Det er altså ikke følelsen som fjernes, men at de har lært å kontrollere sinnefølelsen (Jarwson, 2010).

Mer spesifikt viser også studien at rundt halvparten av deltakerne aktivt bruker kunnskapen som de lærte på programmet. 40-50% oppgir å ha kjent igjen kroppslige symptomer, negative tanker i over ti episoder det foregående året. Også 40-50% oppgir å ha brukt ”time out”, å stoppe opp for å kontrollere tankene sine og gjøre en ny indre tolkning (Jarwson, 2010).

Et interessant funn er at det er en signifikant samvariasjon i nedgangen av fysisk- og psykisk vold, men ikke mellom bruk av sinnemestringsstrategier og nedgang i vold. Dette kan bety at selv om man bruker sinnemestringsstrategiene, trenger ikke det å påvirke bruk av vold. En tolkning av dette kan være at ikke alle deltakerne ønsker å bruke mindre vold og deltakelsen på programmet for disse deltakere kan forklares av press fra partner eller øvrig familie. Denne slutningen er per i dag kun en hypotese.

Selv om mange oppnådde redusert bruk av vold svarte flertallet at de opplevde at de fortsatt hadde behov for hjelp for sin voldelige atferd. Deltakerne som ikke opplevde endring i egen voldsutøvelse årsaksforklarer dette med lav impuls kontroll, lav frustrasjonstærskel, nedsatt toleranse og distraherbarhet, samt humørsvingninger (Jarwson, 2010). Jarwson påpeker at disse faktorene også er sentrale i diagnoser innenfor oppmerksomhetsvansker, og enten alene eller som en del av en diagnose, trolig har en betydning for innlæringskapasiteten.

For å kunne sammenligne resultatene av denne studien med studier om program i fengslene er det viktig å påpeke at programmet som kjøres i fengslene er tilpasset denne populasjonen og dermed ikke er helt likt, og gruppen med deltakere er også forskjellig. Kassinove og Tafrate (2002) mener også at man må sette spørsmålsteget ved om effektive teknikker i en poliklinisk setting, i like stor grad er effektive i et fengsel. Her peker de på hensyn i forhold til forskjeller i motivasjon, psykopatiske- eller antisosiale trekk hos individer i gruppa og at innsatte har en større tendens til å se på programledere med mistillit hvis de ser på dem som en del av fengselssystemet. Dette påpeker Kassinove og Tafrate (2002) at kan påvirke graden av åpenhet fra deltakerne.

Et annet spennende funn i forhold til rehabiliteringsprogram ble gjort av Lipsey med flere (2007). De fant at ingen av de ulike kognitive atferdsprogrammene viste bedre effekt enn andre når de hadde tatt høyde for risikonivået blant deltakerne og grad av implementasjon av programmet. De konkluderer med at det kan være den generelle tilnærmingen med kognitive atferdsprogram, ikke en spesifikk versjon, som skaper nedgangen i tilbakefall (Lipsey med flere, 2007). Dette funnet er i motsetning til CDATE studien, som fant at kognitive atferdsprogram var en lite homogen gruppe, med stor spredning i effekt og hypotiserer at en eller flere variabler var moderatorer for effekten (Pearson med flere, 2002).

### **Oppsummering av tidligere funn**

Martinsons artikkel fra 1974 (i Day og Howells, 2002; Hollin og Palmer, 2006a) var den første kjente artikkelen som sier noe om effekten av rehabilitering. Martinsons konklusjon var relativt pessimistisk. Etter dette studiet ble det gjort flere studier som ville motbevise Martinsons konklusjon. Mange kunne vise til positive funn, men resultatene fra studie til studie spriker (Gendreau og Ross, 1987 i St. Meld. Nr. 37, 2007-2008; Lipsey, 1992; 1995 i St. Meld. Nr 37, 2007-2008; Lösel, 1996; 1998 i Goggin og Gendreau, 2006)

Senere ble det en generell konsensus i miljøene om at rehabiliteringsprogram som bygger på kognitive metoder og følger prinsippene for "what works", har effekt (Day og Howells, 2002; Pearson med flere, 2002; Bourgon og Armstrong, 2005). Hvorvidt atferdsterapeutiske metoder har effekt, er enda ikke bekreftet (Pearson med flere, 2002). Prinsippene som bør følges er at det er kriminelle *med høy risiko* for tilbakefall som bør motta rehabilitering, rehabiliteringen bør ta for seg *kriminogene behov* og være *responsivt* i forhold til deltakerne (Bourgon og Armstrong, 2005). Dowden og Andrews (2000 i Polaschek og Collie, 2004) fant ikke støtte for prinsippet om *risiko* blant en voldelig kriminell populasjon. Det er ulike funn i forhold til hvorvidt rehabiliteringen bør skje utenfor en institusjon eller ikke (Day og Howells, 2002; Bourgon og Armstrong, 2005; Lipsey med flere, 2007).

Siden 1974 har det blitt utviklet mange ulike program, både for lovbrøtere generelt og voldsforbrytere (Hollin og Palmer, 2006a). Sinnemestringsprogram er en type program for voldsforbrytere, som legger til grunn at vold forekommer som et resultat av underkontrollert sinne (Howells, 2004 i Polaschek, 2006).

Polaschek (2006) mener at generelle program som skal redusere voldsbruk hos voksne enda er et umodent felt og ikke har en godt nok forankret programrasjonale. To store gjennomganger



som er gjennomført de siste årene (Day og Howells, 2002; Polaschek og Collie, 2004). De overrasket over den lave kvaliteten og svake utviklingen av programmene, men konkluderer på tross av dette at de fleste program oppnår noe endring og at emnet er lovende.

I forhold til sinnemestring finnes det generelt få studier, men Polaschek og Collie (2004) hevder i sin oversiktsartikkel at funnene deres støtter at sinnemestringsprogram har effekt på generelt tilbakefall. Lipsey med flere (2007) fant også at inklusjon av sinnemestring, økte effekten av kognitive atferdsprogram i rehabilitering. I Norge fant Jarwson (2010) en positiv effekt av sinnemestringsprogram på voldsbruk hos en ikke-kriminell populasjon.

## 2 Illustrasjoner

### 2.1 Hva sier deltakerne om effekten av sinnemestring

I den følgende delen vil jeg redegjøre for opplysninger vi har fått fra 19 deltakerne på sinnemestringsprogrammet, gjennom evalueringsskjemaet.

Det opplyses om et én deltaker ikke har svart på spørsmål 17,2 tom 17,10 om endring. Det kan se ut som vedkommende har bladd over denne siden. En annen deltakers svar om utbytte av de ulike delene av programmet, har jeg ikke inkludert i sammendraget. Vedkommende har krysset av eller tegnet i flere av rutene for svaralternativ, og svarene hans utelates i delen om hvilke deler av programmet som ga utbytte.

Jeg vil påpeke at opplysningene jeg vil presentere ikke har vært gjennom noen analyse, har ikke blitt sammenlignet med en kontrollgruppe, med residiv i etterkant eller med målinger gjort av deltakergruppen før oppstart av programmet og skal kun oppfattes som illustrasjoner. Derfor har jeg også valgt å ikke legge ved svarene fra evalueringene i sin helhet, da det er lett å tillegge dem mer vekt enn de rettmessig bør få.

Etter endt program ble deltakerne bedt om en frivillig evaluering av programmet.

Illustrasjonene bygger på 19 evalueringer av programmet, fra tre forskjellige fengsel.

Evalueringsskjemaet som illustrasjonene er hentet fra, ligger vedlagt oppgaven. Skjemaet starter med en kartlegging av voldsbruk i året før soning, deretter bakgrunnsopplysninger for voldsbruk. Skjemaet etterspør nytten deltakerne har hatt av programmet og hva, om noe, som er endret etter programmet. Jeg vil her presentere opplysninger fra evalueringen som er

relevant for denne oppgaven. Rekkefølgen vil være at jeg først ser på kartleggingen av voldsbruk, årsakene til- og konsekvensene av vold. Deretter skal jeg presentere hvilket utbytte deltakerne oppgir å ha fått av programmet og hvilke deler som oppfattes som mest nyttige. Så skal jeg se på eventuelle endringer som har skjedd. Til slutt skal jeg se på hva de har svart i forhold til rammene rundt programmet.

### **Når og hvorfor brukes vold? – fra en utøvers ståsted**

Deltakerne på sinnemestringsprogrammet oppgir ”når jeg skal forsvare meg selv eller andre” som den situasjonen flest av deltakerne har brukt vold. En annen situasjon som 16 av 19 av deltakerne oppgir å ha brukt vold i er ”når jeg føler meg tråkket på eller ydmyket”. Like ofte bruker de vold ”når jeg ikke føler meg respektert”.

Deltakerne har oppgitt ulike årsaker til hvorfor de mener de bruker vold, men det er noe som går igjen. 8 av 19 oppgir barndommen som en årsak til deres voldsbruk, og noen utdyper at man ”har vært vitne til vold i barndommen” eller ”tøff oppvekst”. En annen årsak som går igjen, er rus, som 5 av 19 oppgir som årsak. Også leveregler blir oppgitt som årsak av 4 av deltakerne. Sinne blir oppgitt av tre deltakere, som årsaken til voldsbruken sin.

I forhold til hvordan rus kan påvirke voldsbruk oppgir 7 deltakere at de aldri har brukt vold i edru tilstand, mens 7 oppgir at de har brukt vold i edru tilstand ”oftere enn 3 ganger”.

Alle deltakerne bortsett fra én oppgir at volden har hatt negative konsekvenser for en selv. De fleste oppgir fengselsstraff som en negativ konsekvens, men det er også sagt økonomiproblemer, vansker med å få jobb, traumer, negative tanker og stress, dårlig samvittighet, skamfølelse, depresjon og sosial angst. Alle bortsett fra to oppgir også at andre rundt vedkommende; partner, foreldre og barn, har fått negative konsekvenser av vedkommendes voldsbruk. Det går igjen at familien har trukket seg mer unna og i noen tilfeller har blitt redd vedkommende. Alle deltakerne har oppgitt negative konsekvenser av voldsbruken og sinneproblemet for enten seg selv, for andre eller begge. Det synes imidlertid ikke å være noen sammenheng mellom hvor mange eller store konsekvenser voldsbruken har hatt på seg selv eller andre, og hvor mye endring vedkommende opplever å ha hatt etter programmet, men det må understrekes at dette ikke anses å være noe adekvat datagrunnlag for å kunne si noe sikkert om det.

### **Hva deltakerne finner til å være mest nyttig med programmet**

Alle synes de har fått utbytte av programmet, fra ”noe” til ”svært mye”. 6 deltakere synes de har fått ”svært mye” utbytte av programmet. I forhold til *hvilken* del av programmet som har vært nyttig er det ikke like enstemmig. Alle har minst en del av programmet de synes var nyttig, for eksempel hvordan man kan gjenkjenne risikosituasjoner, risikofølelser, negative tanker eller å bli bevisst egne leveregler, men det er mange deler som deltakerne oppgir at de hadde ”mye nytte” av eller var ”svært nyttige”. Delene som kommer best ut av evalueringene er ”å bli bevisst sine negative tanker i sinnesituasjoner”, ”å se på sammenhengen mellom situasjon, tolkning, tanker, følelser og handling”, ”å bli bevisst sine leveregler” og ”lære seg teknikker (som time-out) for å bryte ut av sinnesirkelen”. Å bli bevisst sine negative tanker har 10 deltakere oppgitt vært ”svært nyttig”. Å se sammenhengen i et sinne- og voldsbilde svarte 13 av deltakerne var ”svært nyttig” eller ha ”mye nytte”. Å bli bevisst sine leveregler oppgir 14 deltakere at var ”svært nyttig eller ha ”mye nytte”. Å lære seg teknikker, som time-out, svarer 12 av deltakerne at enten var ”svært nyttig” eller ha ”mye nytte”.

Det er heller ikke en del av programmet som ingen synes de har fått noe utbytte av. Faktisk er det bare ved ett punkt at mer enn en deltaker synes det ”ikke er nyttig”. Dette er ved punktet om å lære seg teknikker, som time-out, hvor to deltakere svarer at det ”ikke er nyttig”. Ellers er det en deltaker eller ingen deltakere som svarer at det ”ikke er nyttig” på de øvrige punktene. Å lære hvordan man kan uttrykke seg selvhverdende er delen av programmet som har fått mest spredte evalueringer, fra ”ikke nyttig” til ”svært nyttig. En av programlederne på Tunga uttaler også at hun har opplevd at deltakerne kan ha problemer med dette, at de synes å være selvhverdende er det samme som å være frekk (W. Pedersen, personlig kommunikasjon, 22.11.2011). Allikevel oppgir en deltaker at han ”gjærne skulle brukt mer tid på å oppføre seg selvhverdende”.

### **Fører programmet til opplevd endring?**

Svarene på hvilke(t) område deltakerne har opplevd endring, spriker også noe. Mens noen har endret mange tanker om seg selv og sine leveregler, har andre opplevd mest endring på å bli bevisst risikosituasjoner. Svarene deltakerne oppgir her synes å henge sammen med hvor nyttig de synes det samme temaet var på programmet.

Allikevel kan det summeres opp fra evalueringene at 15 av 18 hevder å ha minimum ”en del endring” i forhold til å kunne trekke seg unna situasjoner som kan føre til voldsbruk.

17 av 18 mener at de, i det minste, har ”noe endring” i å kjenne igjen både risikosituasjoner, -tanker, -følelser og kroppslige signaler.

I forhold til å endre nettverk svarer 8 ”ingen endring”, 5 ”noe endring”, 3 ”en del endring”, 2 ”mye endring” og 1 ”svært mye endring”.

Den innsatte som oppgir å ha gjort mye endringer i nettverket sitt, oppgir også å ha svært endret syn på voldsbruk, hatt mye endring i både å kjenne seg igjen i risikosituasjoner, kjenne igjen risikotanker, vurdere om han tolker situasjonen feil og stoppe opp og kontrollere tankene. Vedkommende oppgir også at det har vært ”en del” situasjoner hvor han tidligere ville brukt vold, men som han nå har unngått det i. Han oppgir også at kjæresten har lagt merke til forandringer.

18 av 19 har endret sitt syn på voldsbruk og 15 av 19 oppgir å ha klart minimum i *noen situasjoner* å ha klart å unngå psykisk- eller fysisk vold, i en situasjon hvor en tidligere ville respondert med det.

Deltakerne blir i skjemaet bedt om å oppgi andre måter de bruker for å bruke mindre vold. Et eksempel på det er å ”ikke diskutere, fyre opp meg selv. Snu ryggen til å gå”. Lignende uttalelser er ”snu og gå”, ”ta time-out og gått vekk fra situasjonen”, ”i eskalerende situasjoner kan jeg smile og gå”, ”I risikosit og diskusjoner lar jeg være å involvere meg når det ikke er viktig”, ”der folk sier eller gjør ting som provoserer meg, venter til jeg roer meg og sier ifra på en ok måte” eller ”tenker på familien, at det går utover meg selv om jeg gjør noe dumt”. En annen oppgir at vedkommende har blitt flinkere til å ”spørre, saklig” for å unngå å bruke vold.

18 deltakere forventer at de vil bruke mindre fysisk vold, 17 deltakere forventer å bruke mindre psykisk vold og 17 deltakere forventer å oppleve mindre sinne.

Det er forskjeller i hvor mange ganger deltakerne tidligere har sonet. Noen oppgir at nåværende dom er nummer ti i rekken, mens andre soner sin første. Det synes ikke å være noen tilsynelatende sammenheng mellom hvor mange dommer vedkommende har sonet og hvor stort utbytte eller endring man har hatt programmet.

Noen spørsmål i evalueringsskjemaet kan indikere instrumentell voldsbruk. Svaralternativ ”når jeg har noe å tjene på det” på spørsmål 7 om situasjoner hvor vedkommende har brukt vold, er ett av disse. Eller spørsmål 40 som omfatter voldsbruk siste år før soning, hvor ett av

spørsmålene er om man har ”brukt vold for å oppnå noe fra andre”, med variantene ”for å oppnå noe fra andre”, ”for å få gjennom viljen min”, ved pengeinnkreving”, ”for å straffe andre” og ”som en jobb for andre” indikerer instrumentell bruk av vold.

Det synes ikke å være noen sammenheng mellom deltakere som har svart ja på noen av disse og utbytte av programmet eller endring etter programmet, sammenlignet med deltakerne som svarer nei på disse spørsmålene.

På spørsmål 10, opplevd endring på å ”ta ansvar for å beherske deg, uansett krenkelse” svarer 4 noen endring, 4 en del endring, 5 mye endring og 5 svært mye endring. 1 deltaker har ikke svart.

Det synes å finnes en sammenheng mellom svar på dette spørsmålet og oppgitt endring i sin sinne- og voldsatferd, men det må understrekes at dette ikke anses å være noe adekvat datagrunnlag for å kunne si noe sikkert om det.

Følgende er eksempler på deltakere som oppgir å ha endret tankene om sinne og vold som *sitt ansvar* og hva de har lært av programmet.

En deltaker som oppgir ”svært mye endring” i å ta ansvar, oppgir også ”svært mye endring” blant annet på ”tanker om seg selv/leveregler”, ”trekke seg unna en situasjon som kunne ha ført til voldsbruk”, ”stoppe opp og kontrollere tankene og oppgir å ha unngått psykisk eller fysisk vold i ”svært mange situasjoner”, hvor han tidligere ville ha brukt det. I tillegg oppgir han at venner og familie har merket en endring, ”slossingen har stoppet”. En annen deltaker oppgir ”svært mye endring” i forhold til å ta ansvar. Vedkommende oppgir også ”mye endring” i å trekke seg unna situasjoner som kunne ført til voldsbruk og ”mye endring” i forhold til å fokusere på at selvtilliten bedres hvis du takler situasjoner uten sinne eller voldsbruk. En annen deltaker oppgir at han har hatt ”svært mye endring” i forhold til å ta ansvar. Samtidig oppgir han at programmet har vært ”svært nyttig”, han oppgir ”mye endring” eller ”svært mye endring” på alle bortsett fra ett punkt, inkludert nettverk. Vedkommende oppgir også at det har vært ”svært mange situasjoner” hvor han tidligere ville brukt vold, men som han nå unngikk det. Betjente i fengselet har i tillegg bemerket en endring.

Et fjerde eksempel er en deltaker som oppgir ”mye endring” i å ta ansvar og oppgir god utbytte av programmet og svært mye endring på tanker rundt ”om leveregler gjør at du lager negative situasjoner”. Vedkommende oppgir også ”svært mye endring” på å stoppe opp å kontrollere tankene og ”mye endring” i å trekke seg unna en situasjon som tidligere kunne ført

til vold. Nok en deltaker, som oppgir ”mye endring” i forhold til å ta ansvar, sier at han har hatt mye utbytte av programmet og oppgir mye endring, blant annet på nettverk og å kjenne igjen risikosituasjoner, - følelser, - tanker og fysiske symptomer. Han oppgir at det har vært ”en del situasjoner” hvor han tidligere ville brukt vold, men som han nå unngikk det og sier at ansatte i fengselet har bemerket endringen hos ham.

En siste deltaker, som også oppgir ”mye endring” i å ta ansvar, oppgir ”mye endring” i å trekke seg unna en situasjon som tidligere kunne ført til voldsbruk. Vedkommende oppgir at han snur seg og går. Andre har også bemerket forskjell hos vedkommende, at han ”tenker om konsekvenser”.

Det kan også tyde på en sammenheng hos en deltaker som oppgir at han har hatt ”noe endring” i å ta ansvar og oppgir videre at vedkommende har ”ingen endring” i å trekke seg unna situasjoner som kan føre til voldsbruk, vedkommende oppgir å ha ”ingen endring” i nettverket sitt og oppgir at det er ”ingen situasjoner” hvor han tidligere ville brukt vold, men som han nå har klart å unngå det. Men det er også noen eksempler hvor denne sammenhengen ikke synes så sterk.

### **Rammene rundt programmet**

Alle deltakerne oppgir å være ”fornøyde” eller ”svært fornøyde” med programlederne. Èn person oppgir at han savner en programleder som ikke er fengselsbetjent, ”en blanding hadde vært fint”. Det er også en person som sier han er veldig fornøyd med gruppen.

Spørreskjemaet inneholdt to spørsmål om programmets intensitet, spørsmål 15 og 16, samt et åpent kommentarfelt om gjennomføringen av programmet. De fleste oppgir at de ikke har savnet noe i programmet og heller ikke ville brukt mer tid på noe under programmet. Det er sju deltakere som har skrevet noe annet. Èn oppgir at han ønsker mer tid på nettverk og miljø, èn ønsker å bruke tid på tålmodighet, èn deltaker sier han ”trenger mer tid på å øve på det jeg har lært gjennom sinnemestringen og bruke det i hverdagslivet mitt”, èn oppgir at han ønsket å bruke mer tid på barndommen og følelser, èn ønsket mer tid på leveregler, èn deltaker ville ha brukt mer tid på forståelse og respekt og èn deltaker ville brukt mer tid på å ”oppføre seg selvhevdende.

De flest som har svart, har vært på alle samlingene, noen har mistet èn eller to. To deltakere har ikke svart på dette spørsmålet.

## 3 Diskusjon

### 3.1 Tidligere funn sett opp mot sinnemestringsprogrammet Brøset.

Vi har nå sett tidligere funn fra rehabiliteringsprogram for innsatte i fengsel som viser at de kan ha effekt. Resultatene forteller oss at det ikke er *èn* løsning eller *ett* program som har effekt for alle, men at det er et komplekst emne med mange sider å ta hensyn til. Det er mange funn som tilsynelatende er motsigende, men man kan ofte forstå resultatene ved å se på metodene som er brukt. En mulig forklaring kan finnes i valg av kontrollgruppe, eventuelt ingen kontrollgruppe, grad av implementering, hvilket mål som brukes på effekt og hvilket mål som brukes spesifikt på residiv. Disse metodiske svakhetene gjør det vanskelig å kunne dra konklusive slutninger av mange studier, men de aller fleste studiene som er gjort de siste 20 år kommer frem til at rehabilitering *har* effekt (Lipsey med flere, 2007; Christophersen, 2000; Andrewes med flere, 1990 i Pearson med flere, 2002; Day og Howells, 2002; Pearson med flere, 2002; Bourgon og Armstrong, 2005) og at den har størst effekt dersom prinsippene for god behandling følges (Day og Howells, 2002; Pearson med flere, 2002; Bourgon og Armstrong, 2005; Andrews med flere, 1990). Også resultater for sinnemestringsprogram er sprikende, men peker på at det kan ha god effekt, dersom intervensjonen gis rett deltakergruppe (Lipsey med flere, 2007; Jarwson, 2010). Spesielt vil jeg trekke frem Lipsey med fleres (2007) oversiktsartikkel, som har høy metodisk standard. Som tidligere nevnt inkluderer de både publiserte og upubliserte studier, forskningsprogram og program gjennomført ved den enkelte institusjon og både eksperimentelle- og kvasiekperimentelle studier. Av studiene inkludert i Lipsey med flere (2007) har 84% også brukt ”intent-to-treat” i effektutregningen. Denne studien bekreftet at kognitive atferdsprogram fungerer for å redusere residiv. De fant også at denne effekten økes dersom det innlemmes sinnemestring i programmet.

Resultatene fra kognitive atferdsprogram og sinnemestringsprogram kan være en indikasjon på hvilken effekt sinnemestringsprogrammet utviklet for norske fengsel kan ha, da de har mye av det samme teorigrunnlaget, mange av de samme teknikkene brukes under programmene og deltakergruppene er de samme.

Illustrasjonene fra evalueringen av sinnemestringsprogrammet som gjennomføres i norske fengsel viser at alle deltakerne som svarte på evalueringsskjemaet oppgir å ha hatt utbytte av

programmet og alle deltakerne bortsett fra én, hevder i det minste å ha ”noe endring” i å kjenne igjen både risikosituasjoner, -tanker, -følelser og kroppslige signaler. Av deltakerne som svarte på evalueringsskjemaet oppgir 15 av 19 å ha minst ”en del endring” i forhold til å kunne trekke seg unna situasjoner som kunne ha ført til voldsbruk. Eksempler på måter de oppgir å selv bruke i slike situasjoner er varianter av time-out. En annen deltaker oppgir at vedkommende har blitt flinkere til å ”spørre, saklig” for å unngå å bruke vold. Dette kan tyde på at vedkommende har lært i større grad å sette spørsmålstegn til sine negative tanker og tolkninger.

Jeg vil i diskusjonen se på hvordan sinnemestringsprogrammet ”klarere seg” i forhold til kritikken gitt til andre rehabiliteringsprogram, hvilke styrker sinnemestringsprogrammet har og hvilke variabler som kan være med å redusere effekten.

De positive resultatene som ble presentert i den første studien av VVP (Dixon og Behrnes, 1996 i Polaschek, 2006) ble slått til jorden av det andre studiet (Berry, 1999 i Polaschek, 2006), når det viste seg at de som ikke hadde fullført programmet hadde *større* residivrate enn kontrollgruppen. Selv om programmet inneholder moduler om sinnemestring, er dette programmet bygd på sosial læringsmodell og ikke kognitiv atferdsterapi.

Sinnemestringsprogrammet derimot bygger på kognitiv atferdsterapi, som har større effekt.

Også rapport nummer to av AOEMP (Dowden og Serin, 2001 i Polaschek, 2006) spredte usikkerhet rundt positive funn som ble gjort av sinnemestringsprogrammet i første runde (Dowden, Blanchette og Serin, 1999 i Polaschek, 2006). Også her viste det seg at de som ikke fullførte programmet hadde mye større residivrate enn kontrollgruppen og de som fullførte. Dette kan bety at programmet ikke klarer å skape noen endring i deltakerne. Men det kan også bety at svakheten ligger i deltakerseleksjonen, som vi skal komme inn på under implementasjonsvansker.

Day og Howells (2002) påpeker både mangelen av individuell tilpasning og mangel på responsivitet ved gruppeterapi. Alle deltakere går gjennom emnene på samme måte og får samme hjemmelekser uansett hvilke karakteristikk individet har med seg i forhold til læring. Deltakerne går også gjennom alle emnene, uansett om alle er relevante, og kan heller ikke bruke mer tid på enkeltemner som er av personlig relevans, enn manualen tillater.

Sinnemestringsprogrammet Brøset har lagt til rette for individuell tilpasning bedre enn ordinære gruppeprogram. De har fire individuelle møter med alle deltakerne før gruppestart nettopp for å imøtekomme individets responsivitetsfaktorer, som motivasjon, og lager en



målsetting for vedkommende som er personlig relevant for dette individet. Gruppemøtene følger manualen og åpner ikke for individuell tilpasning, men det er tilbud om flere individuelle møter underveis, hvis den innsatte ber om dette (Brøset programmanual, 2009). Spørsmålet om fordeler og ulemper vil bli tatt mer grundig opp senere i oppgaven.

I Jarwsons studie (2010) svarte deltakerne at mange oppnådde redusert bruk av vold. Deltakerne som ikke opplevde endring i egen voldsutøvelse scoret høyere enn de andre på lav impuls kontroll, lav frustrasjons terskel, nedsatt toleranse og distraherbarhet, samt humørsvingninger. Dette kan tas som et argument for at sinnemestringsprogrammet er for lite responsivt for individers karakteristikk som påvirker innlæring. Jarwson (2010) påpeker at disse faktorene også er sentrale i diagnoser innenfor oppmerksomhetsvansker. Når en gruppe blir veldig heterogen på aspekter som påvirker hvor mye deltakerne kan tilegne seg av program materialet, vil dette påvirke effekten. Dette er en av svakhetene ved gruppeterapi, som må veies opp mot fordelene. En mulighet kan være å tilby innsatte med svak innlæringskapasitet et alternativt opplegg.

I punkt 2 så vi også at alle opplevde at de hadde fått utbytte av programmet, men at det i forhold til *hvilken* del av programmet som har vært nyttig var sprikende svar. Dette kan man ta som argument for både noe positivt og noe negativt; det positive er at programmet er bredt og aktuelt for mange, trass i personlige forskjeller, det negative er at det er for lite tilpasset hver enkelt.

Howells med flere (2001 i Polaschek, 2006) snakker om en antatt kopling mellom sinne og vold og mener at man må ta forhåndsregler i forhold til å ukritisk tilby sinnemestring til voldsdømte. Dette har sinnemestringsprogrammet tatt høyde for og tilbyr bare dette programmet til deltakere som har affektiv voldsproblematikk. Mulige deltakere blir intervjuet av programlederne før de finnes skikket for å delta.

Clausen (2008) fant i sin studie at deltakerne er usikre på i hvilken grad de har fått noe utbytte av programmet og at deres hovedmotivasjon har vært å unngå andre sanksjoner. Studien har ingen resultater i form av residiv eller andre mål på effekt, så det er vanskelig å si noe om hvordan denne ytre motivasjonen påvirker effekten av programmet. Men også programlederne i Danmark sier at motivasjon er en nødvendighet for at dette programmet skal skape noen endring. Dette er en styrke ved sinnemestringsprogrammet i Norge, hvor det blir jobbet mye med motivasjon. Forskjellen fra det danske programmet er at programmet i Norge er frivillig og motivasjon for endring kreves som en forutsetning for deltakelse.

Vi så i punkt 2 at alle deltakerne bortsett fra én oppgir at volden har hatt negative konsekvenser for en selv. Alle bortsett fra to oppgir også at andre rundt vedkommende, har fått negative konsekvenser av vedkommendes voldsbruk. Dette viser at de aller fleste har tenkt at volden har ført med seg noen konsekvenser og er i alle fall kommet til forberedelsesstadiet i endringsmodellen. Dette kan indikere at arbeidet med motivasjon er i gang, men kan ikke si noe om hvorvidt disse negative konsekvensene er motivasjon *nok* for å endre sin atferd. Det synes heller ikke å være noen sammenheng mellom hvor mange eller hvor store konsekvenser voldsbruken har hatt på seg selv eller andre, og hvor mye endring vedkommende opplever å ha hatt etter programmet.

Dette illustrerer noen av mange styrker ved sinnemestringsprogrammet. Men også etter endt program er det svært viktig å ikke senke skuldrene hvis man skal opprettholde en eventuell effekt. Day og Howells (2002) poengterer at programmene som gjøres i fengslene må integreres med de kommunale tjenestene, spesielt i tiden rett etter løslatelse (Bourgon og Armstrong, 2005). En av deltakerne i sinnemestringen oppga også dette som noe han ønsket mer av på programmet, ”trenger mer tid på å øve på det jeg har lært gjennom sinnemestringen og bruke det i hverdagslivet mitt”. Dette er også noe organisasjonen Wayback prøver å oppnå, gjennom ordningen med fadder. En gjennomgang av Tore Andreassen (2003 i St. Meld. nr. 37, 2007-2008) av over 250 studier, viser også at effekten av tiltak er større dersom de videreføres i frihet. Dette har sammenheng med at et nytt, innlært mønster må aktivt opprettholdes for å ikke vende tilbake til gamle mønster, jamfør Prochaskas endringsmodell.

Jeg skal videre presentere noen av utfordringene rehabiliteringsprogram har, også sinnemestringsprogrammet.

### **3.2 Variabler som påvirker effekten av rehabiliteringsprogram**

Som jeg har vært inne på, kan en årsak til sprik i resultatene mellom de ulike studiene, finnes i metodiske variabler, grad av implementering eller valg av kontrollgruppe. Implementering er et stort punkt som består av mange underpunkt. Det er også nært forbundet med punktet om ”technology transfer”. På norsk kan vi snakke om *den praktiske overføringen*, fra forskningsprogram til et program som gjennomføres av den enkelte institusjon eller enhet. Dette er nært knyttet opp mot økologisk validitet. Jeg vil holde meg til det engelske begrepet, da jeg ikke finner et like presist begrep på norsk. Vi skal se nærmere på både implementering og ”technology transfer”, men først vil jeg klargjøre at implementeringsvansker ofte er en stor del av vansker med ”technology transfer”.

Noen årsaker for påvirkning av resultatene finnes både i studier gjort av forskningsinstitusjoner og enheter innenfor kriminalomsorgen som gjennomfører et program. Det gjelder for påvirkning gjennom metodiske avgjørelser, høy drop-out rate, etiske retningslinjer og forholdet mellom årsak og virkning.

### **Årsak og virkning**

Selv om man i en forskningsinstitusjon vil kunne ha mye strengere grep om den indre validiteten, for eksempel ved eksklusjonskriterier for komorbiditet, og en bedre implementering av programmet, klarer man allikevel ikke å styre alt i et individs liv. Andre ting enn rehabiliteringsprogram kan være med å påvirke et individs valg om å foreta eller ikke foreta ny kriminalitet (Harper og Chitty, 2004). Selv om programmet virket, kan det være andre årsaker som gjør at man faller tilbake til kriminalitet, som gjeld som må betales. Det kan også være ting som gjør at man holder seg unna kriminalitet, selv om det ikke kan sies å være programmets fortjeneste. Eksempler på det kan være sykdom, at man har fått annen klinisk hjelp eller et godt forbilde når man kommer ut fra fengsel. Dette punktet henger sammen med metodiske vanskeligheter. Man vil kunne si at man har et sikrere funn på effekt hvis man har oppfølging med residiv på programdeltakerne i fem år etter avsluttet soning. Men samtidig er det mye som skjer i et menneskes liv på fem år som kan påvirke om man faller tilbake til kriminalitet, som ikke har noe med programmet å gjøre.

### **Drop-out**

Noe annet som kan påvirke funnene, både i- og utenfor forskningsmiljøet er den høye drop-out raten. Det er gjennomgående høy prosentandel av deltakere i rehabiliteringsprogram i fengsler, som slutter underveis. Dette kan gi en høyere effekt enn hva som er reelt. Forskning gjort på karakteristikkene ved de som ikke fullfører program finner at å slutte på programmet er korrelert med økt risiko for tilbakefall (Van Voorhis, Spruance, Ritchey, Listwan og Seabrook, 2004 i Hollin, 2006). Det de ikke sier noe om, er om dette er deltakere som slutter frivillig eller deltakere som er kastet ut av programmet (Hollin, 2006).

### **Etiske retningslinjer**

Etiske retningslinjer er også en faktor som kan påvirke funnene. En av grunnene til at positive resultater ikke fremstår mer tydelig, er at mange studier ikke har en design som er tilstrekkelig for å kunne dra konklusjoner med mer sikkerhet. Et perfekt (vitenskapelig) design innebærer tilfeldig fordeling av folk til en eksperimentell gruppe og til en kontrollgruppe. Dette kan

regnes som uforsvarlig eller uetisk (Harper og Chitty, 2004). Allikevel kan en diskutere med at dette enda er et relativt nytt felt og at viktigheten av god metodisk forskning på emnet, er så betydningsfullt at det overgår de etiske retningslinjene. Oppgaven vil ikke ta standpunkt til dette spørsmålet. Spørsmål om etiske retningslinjer vil jeg ta opp igjen i punktet om randomiserte, kontrollerte studier.

### **Metodespørsmål**

Hvilken metode som velges i en studie vil i utgangspunktet påvirke resultatene. Ulike mål på sinne og voldsbruk og ulike mål på effekt gir forskjellige resultater. Definerer man sinne som både tilbakeholdt- og uttrykt sinne blir resultatet for sinne høyere enn hvis man bare ser på uttrykt sinne. Når det gjelder voldsbruk kan man bruke ulike grenser for hva som regnes som vold, for eksempel om seksuell vold skal innlemmes. Det er også mange ulike metoder som brukes for å si noe om effekten og det diskuteres hva slags design som best kan svare på problemstillingene (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). Det er metodiske problemer når det gjelder å måle denne effekten. Mange program sier noe om tilbakefallsstatistikk, men det er forskjellig om man sammenligner med en passiv kontrollgruppe, et alternativt rehabiliteringsprogram eller om antall deltakere med tilbakefall simpelthen oppgis (Polaschek og Collie, 2004; Pearson med flere, 2002). I en studie har også deltakere som enten har sluttet med behandlingen eller ikke ønsket å delta, blitt brukt som kontrollgruppe (Hughes, 1993 i Polaschek og Collie, 2004). Dette gjør at man ikke kan tolke resultatene deres. Også hva som måles som residiv varierer. Residiv kan måles som ny anmeldelse, ny dom eller voldshendelse på institusjonen og det diskuteres om en skal se på forskjeller i alvorlighet i ny kriminalitet, i hyppighet og eventuelt lengden på kriminalitetsfrie perioder (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). Det er også ofte mangelfull informasjon om hvordan programmet evalueres (Polaschek og Collie, 2004). Polaschek og Collie (2004) argumenterer for viktigheten av å dele opp residiv hos voldsforbrytere i voldelig- og generell residiv, da man må være åpen for at forbrytere med vurdert høy risiko for tilbakefall kan få *høyere* risiko for tilbakefall på ikke-voldelige forbrytelser, når risikoen for voldelig tilbakefall er redusert. Alle disse variablene gjør at det blir vanskelig å få et enhetlig resultat fra dette emnet, samt at det er vanskelig å sammenligne studier. Denne måten å måle effekten av et program blir også kritisert for å være for snever.

Friendship med flere (2003 i Hollin og Palmer, 2006b) foreslår en integrert måte å evaluere effektiviteten av allerede akkrediterte program, rettet mot forbrytere, på. De mener det er fire elementer i evalueringen: det organisatoriske klimaet hvor programmet gjennomføres, grad av

programimplementering, kostnadseffektiviteten, kortsiktige og langsiktige resultat av programmet. Når man ser på resultatene av programmet, er det viktig å ikke bare se på residiv, men også andre målområder, som endring i kriminogene faktorer programmet retter seg mot (Hollin og Palmer, 2006a; Polaschek og Collie, 2004; Lösel, 2001 i Serin, Gobeil og Preston, 2009). Et eksempel fra evalueringene av sinnemestringsprogrammet viser viktigheten av dette. På evalueringsskjemaet svarer vedkommende at det *ikke er noen* situasjoner hvor vedkommende tidligere ville brukt psykisk eller fysisk vold, men nå har klart å unngå det. Samtidig svarer vedkommende at han har opplevd ”noe endring i tanker om seg selv/leveregler”, ”noe endring i å bli flinkere på annen type selvhøvdende kommunikasjon”, ”noe endring med å snakke om problemet”, ”en del endring i å ta andres synspunkt” og ”en del endring i sin motivasjon for å mestre sinnet sitt”.

I tillegg til disse felles påvirkningsfaktorene er det også flere ting som påvirker hvordan funn fra en forskerinstusjon kan forventes å være forskjellig fra funn ved en enhet i en reell kontekst, i kriminalomsorgen. I en reell setting er det for eksempel lover, regler og rettigheter som må tas hensyn til. Det er sjelden samme økonomiske ressurser i en reell setting, som i en forskningssetting. Programmene blir heller ikke i like stor grad gjennomført som manualen, som i en forskningsstudie. Dette er spørsmål om ”technology transfer”, hvordan man faktisk kan gjennomføre et program, slik det er ment å være, innenfor rammene i et fengsel med lovverkene og ressursene som finnes. Disse, og flere elementer skal jeg nå se nærmere på.

### 3.2.1 Technology Transfer

Når man ser på de programmene som *faktisk* blir tilbudt i de ulike fengslene ser man at i USA kunne Gendreau og Goggin (1996 i Day og Howells, 2002) bare si at 10% av programmene kunne anses som tilfredsstillende etter prisippene for ”what works”. Her er det også et tankekors at USA er sett på som et av de ledende landene på rehabilitering og de ser ingen grunn til å forvente at disse tallene er høyere i noen andre land (Day og Howells, 2002). Dette kan også styrkes av en studie av Lipsey med flere (2007) hvor de ikke fant noe signifikant forhold mellom land og effekt av kognitive atferdsprogram for forbrytere.

I den ”virkelige verden” er det få av de programmene som tilbys som er gode og følger prinsippene om effekt i rehabilitering (Goggin og Gendreau, 2006). De vanligste svakhetene er mangelfull vurdering av lovbrøyterne i forkant, med et valid mål på risiko, behandlingen rettes mer mot ikke-kriminogene- fremfor kriminogene behov og det brukes programledere

som ikke har de nødvendige kvalifikasjonene og de får for lite trening (Gendreau, Goggin og Smith, 2001b i Goggin og Gendreau, 2006).

I en oversiktsartikkel sammenlignet Lipsey (1999 i Goggin og Gendreau, 2006) effekten av ”realistiske” program med ”demonstrasjonsprogram”. Han fant, hva han selv kalte, en urovekkende trend i mønstrene. De realistiske programmene var bare halvparten så effektive i å redusere tilbakefall som demonstrasjonsprogrammene. Dette gjaldt også program som ble holdt for å ha høy metodisk kvalitet. Noen av de akkrediterte programmene kommer heller ikke bedre ut. Det tidligere nevnte programmet R&R er akkreditert, men viser nærmest identisk residivrate som en kontrollgruppe etter to år (Falshaw med flere, 2004 i Goggin og Gendreau, 2006). Også et annet akkreditert program som ble gjennomført i en institusjon, Pathfinder, viser heller ingen effekt i forhold til en kontrollgruppe (Hollin med flere, 2001 i Goggin og Gendreau, 2006).

Et potensielt hinder for at forskningsprogram skal bli tatt i bruk kan være landets politiske system. I norske fengsel er det ikke bare å sette i gang et program. Det må fremmes av regjeringen, vedtas av stortinget og finnes midler i statsbudsjettet. Noe som gjør en slik diskusjon vanskelig er at informasjon om kostnader knyttet til et program, er gjennomgående manglende (Day og Howells, 2002; Bourgon og Armstrong, 2005; Polaschek og Collie, 2004). Leschied (2001 i Goggin og Gendreau, 2006) hevder også at man til en viss grad er uvillig til å ta i bruk resultatene fra forskningen og mener at overføringen av prinsippene angående rehabilitering er uferdig og fortsatt er en utfordring. Gendreau, Goggin og Cullen med flere (2002 i Goggin og Gendreau, 2006) mener at årsakene til dette kan være at vestlige land i stor grad har blitt styrt av politisk høyrevridde, som favoriserer sanksjoner fremfor behandling av kriminelle og at det er lite vekt på rehabilitering av innsatte i utdanningen for fengselsbetjente og kriminologistudier. Det er også neglisjert i utdanningen for psykologer og få kan mye om hvordan ”korrigerende psykologi” burde utføres, etter effektive prinsipp. De praktiserende yrkesgruppene får mangelfull informasjon om hva som skal til for at et rehabiliteringsprogram skal ha effekt kommer (Gendreau, Goggin og Cullen med flere, 2002 i Goggin og Gendreau, 2006).

Tunga fengsel er et eksempel på hvordan den teknologiske overføringen kan vanskeliggjøres av økonomiske hensyn. I adresseavisen 2.september var det slått opp en sak om økonomien ved Tunga fengsel.

”Trondheim fengsel er pålagt å åpne ny forvaringsavdeling og gjenåpne kvinneavdelingen. I den forbindelse var de lovet 30 nye stillinger. Nå har fengselet fått vite at 20 av disse stillingene kuttet, opplyser Norsk fengsels- og friomsorgsforbund og Kriminalomsorgens Yrkesforbund. - Nå blir det enda mer jobb på de ansatte. Alt annet tilbud enn å låse fanger inn og låse fanger ut, vil lide på grunn av dette” (www.adressa.no).

Programmet i Trondheim fikk fortsette, men Tromsø fengsel og Bodø fengsel, som begge har hatt programmet tidligere, har måttet legge det ned på grunn av innsparinger (M. B. Nettet, privat korrespondanse, 29.11.2011).

Flere publikasjoner dokumenterer også andre barrierer ved igangsettingen og gjennomføringen av rehabiliteringsprogram, som tildelingen av ressurser, sammenstøt mellom yrkesgruppene og mangler i administrasjon/ledelse ved institusjonene (Cullen og Seddon, 1981 i Goggin og Gendreau, 2006, 1981; Laws, 1974 i Goggin og Gendreau, 2006).

### **3.2.2 Implementeringsvansker**

Implementering av programmet vil si å gjennomføre programmet som manualen tilsier. Dette er en av de største utfordringene når man skal overføre program fra en forskersetting til en reell setting. Mange forskere har foreslått at et vanlig kjennetegn på ineffektive eller dårlige rehabiliteringsprogram ikke er i selve programmet, men et manglende fokus på aspekter ved implementeringen og prosessen i programmet (for eksempel Lipsey, Landenberger og Wilson, 2007; Bonta, Bogue, Crowley og Motiuk, 2001 i Goggin og Gendreau, 2006; Gendreau og Andrews, 1979 i Goggin og Gendreau, 2006; Gendreau med flere 2001b i Goggin og Gendreau, 2006). Dette er til tross for at et av kravene for akkreditering av et program i norsk kriminalomsorg er at disse mekanismene for å implementere programmet beskrives i en søknad og at det vedlegges gjennomføringsmanualen (Haugli, Høyem, Lindebø, Ploeg, Røise og Sund, 2006).

I følge Harris og Smith (1996 i Goggin og Gendreau, 2006) er vanskene med å skille mellom et dårlig program og en dårlig implementering, den største ironien innen rehabiliteringen.

Selv om vi tidligere i oppgaven har sett at program har mer effekt når det gjennomføres utenfor en institusjon, blir program for generell voldsbruk for voksne stort sett gjennomført på institusjon, med de utfordringer det fører med seg (Hollin, 2006). For at et fengselsprogram skal lykkes, mener Hollin (2006 i Polaschek, 2006) at man effektivt må adressere utfordringer i institusjonen med implementering og med å få støtte fra ledelsen. Dette mener han er like

viktig som selve innholdet i programmet. Serin og Preston (2001 i Polaschek, 2006) poengterer blant annet viktigheten av valg av lokale, valg av programledere og programledertrening. Dette er som vi har sett, også et eget akkrediteringspunkt for programmer i norsk kriminalomsorg.

### **Deltakerseleksjon**

Av andre viktige aspekter ved implementeringen viser det seg at program ofte blir gjennomført med deltakere som ikke tilhører den spesifikke målgruppen, enten det gjelder type problematikk eller grad av risiko (Andrews, Bonta og Wormith, 2006 i St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). Fordi dette kan påvirke effekten av programmet i stor grad, legges det svært mye vekt på beskrivelsen av målgruppe og deltakerseleksjon, og sikring av programimplementering i den norske ordningen for akkreditering av programvirksomhet (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). Hollin (2006 i Polaschek, 2006) mener at utvelgelsen av deltakere er den *viktigste* delen av anvendelsen av programmet hos et enkeltstående program som sinnemestring.

I Canada blir alle fangene som kommer til fengslene vurdert i forhold til kriminogene behov gjennom en standardisert metode. Day og Howells (2002) og Gendreau, Little og Goggin (1996) mener at hvis fengslene skal bruke lærdommen som kommer fra litteraturen rundt ”what works”, er det svært viktig å kopiere denne tidlige- og grundige vurderingen, som kan bidra i prosessen å koble kriminogene behov til rehabiliteringsprogram.

Mathiesen (2007, i St. Meld. Nr. 37, 2007-2008) konkluderer med at de fengselsmessige rammene allikevel gjør det veldig vanskelig å gjennomføre program slik de er ment. For eksempel er behandlingsrettede tiltak også viktig i forvaringsavdelinger. Forvaringsdømte skal sikres det samme tilbudet om progresjon i straffegjennomføringen som de andre domfelte. Endringsarbeidet er en svært viktig nøkkel til løslatelse, og fengslene plikter å gi forvaringsdømte endringsarenaer (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). Fordi fengslene er pålagt å gi forvaringsdømte endringsarenaer fører dette til at programmet er nødt til å bli prioritert økonomisk dersom en av deltakerne er forvaringsdømte. Dette er med på å styre deltakerseleksjonen for programmet, også på Tunga. På programmet i vår var det én deltaker fra forvaringsavdelingen.

I forhold til effekt av norske rehabiliteringsprogram har det vært hevdet at fengslene gjerne tar ut programdeltakere som er særlig ressurssterke eller allerede har vist lovende tegn til



rehabilitering, for å kunne vise til positive resultater (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). Dette kan være med på å svekke troverdigheten til effekten. En annen ting som kan påvirke gruppesammensetningen er at det tas hensyn til at gruppen skal fungere godt, og det kan medføre at innsatte som ønsker å delta, og vil ha nytte av det, ikke får delta (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). Programholderne på Tunga fengsel opplever det som ufordrende å sette sammen grupper i fengselet. Innsatte kan kjenne hverandre fra før, de kan ha uheldig innflytelse på hverandre (som vi skal komme tilbake til) og de kan tidligere ha vært i konflikt med hverandre. Det er vanskelig å avdekke slikt, da programlederne, ut i fra taushetsplikt, ikke informerer om hvilke andre som har meldt seg på før første gruppemøtet (A. Meisingset, personlig korrespondanse, 2.november 2011).

En annen kritikk i forhold til deltakerseleksjon er om frivilligheten ved programmet er reell. Fordi deltakelse i program tolkes som et tegn på vilje til å komme bort fra et liv med kriminalitet, hevdes det fra enkelte domfelte at frivilligheten er illusorisk. Hvis de ikke deltar, får de ikke den progresjon i straffegjennomføringen som de ellers ville ha fått. Dette er en alvorlig innvending som må føre til en løpende debatt i kriminalomsorgen om etiske retningslinjer både for programvirksomheten og for andre tilbud (St. Meld. Nr. 37, 2007-2008). Dette kan også føre til at andre individer enn de som er i målgruppen ønsker å delta i gruppen, fordi deltakelse oppfattes positivt. Disse vil få lite utbytte av programmet og oppta plass for andre, som kunne fått mer utbytte av det.

### **Programledere**

Et annet tema i forhold til implementering av programmene er hvem som er programledere. Mange innsatte synes det er vanskelig at fengselsbetjentene kombinerer rollen som kontrollør og som programledere, og ønsker at programmene skal drives av andre enn fengselsbetjentene (St. Meld. Nr 37, 2007-2008). Selv om det å ansette egne programledere i fengslene vil kunne styrke grunnlaget for tillit, vil ikke dette alternativet imøtekomme de innsattes behov for full konfidensialitet ved deltakelse i et program, når programlederen likevel er ansatt i fengselet. En mulighet er å bruke utenforstående helsepersonell eller prest, men også disse har meldeplikt i forhold til planlagt kriminalitet (St.Meld. nr 37, 2007-2008). Derimot argumenterer Howells med flere (1997 i Day og Howells, 2002) for at fengselsbetjente *bør* være en del av programledelsen, i samarbeid med psykologer og andre profesjonelle. Dette mener han gir troverdighet til program som sinnemestringsprogram, når fengselsbetjente er

kjente med prøvelsene, motgangen og irritasjonen som innsatte opplever i fengselet (Day og Howells, 2002; St. Meld. Nr. 37, 2007-2008).

I følge programmanualen til sinnemestringsprogrammet skal en kvinne og en mann holde programmet, og det er mulig både for helsepersonell og fengselsbetjente å være programledere.

På Tunga fengsel brukes en helsearbeider og en fengselsbetjent, begge damer, som programledere. De synes det fungerer veldig godt å ha en fra hvert yrke og mener at de utfyller hverandre. De påpeker at det er en fordel at lederne både kjenner til hendelser i fengselet, gjennom fengselets datasystem, og rutiner i fengselet, samtidig med at man har et annet syn på dem enn ”han som sitter i fengsel” (W. Pedersen og A. Meisingset, privat korrespondanse, oktober, 2011). De mener heller ikke at det er noen ulempe å være to damer og sier at fremtoningen til damer kanskje kan bidra til at menn ikke føler samme behov for å være usårbar og heller ikke tar en motsigelse som kritikk like fort av en dame, som av en mann. Alle deltakerne oppgir under punkt 2 å være ”fornøyde” eller ”svært fornøyde” med programlederne. Det hadde vært interessant å kunne sammenligne med en gruppe som ikke var fornøyde, om de likevel klarte å nyttiggjøre seg av programmet. En deltaker i et annet fengsel enn Tunga oppgir at han savner en programleder som ikke er fengselsbetjent, ”en blanding hadde vært fint”.

Simpson (2002 i Goggin og Gendreau, 2006) mener at manglende trening og kursing av programlederne er et utbredt problem. Blant narkotikaprogram fant han at blant ansatte som fikk personlig trening ”på stedet”, klarte 28% å implementere den fullstendige manualen, blant ansatte som fikk work-shop-basert trening, klarte 19% å implementere den fullstendige manualen, mens blant ansatte som lærte manualen på egen hånd, klarte bare 1% å implementere den fullstendige manualen. Funn som dette er alvorlig, når vi har sett hvor viktig implementeringen av program er, i forhold til effekten av det. Som vi har sett, får programinstruktørene på sinnemestringsen grundig opplæring og i tillegg har Brøset ansvar for videre oppfølging. Dette er med på å styrke implementeringen av programmet.

### **Implementering av manualen**

Hollin (1995, i Hollin og Palmer, 2006a) mener at det over tid er tre trusler mot programimplementeringen; en *gradvis avsporing fra manualen*, for eksempel ved ny programleder, en *programomgjøring*, hvor programlederne gir aktiv motstand til programmets

metoder og det blir gjort forsøk på å underminere programmet og en situasjon hvor *manualen ikke blir oppfylt*, hvor en programleder uavhengig endrer på programmet, for eksempel kutter ut deler, innfører nye, endrer metodene eller bytter mål for programmet.

Av praktiske hensyn ser jeg for meg dette kan bli gjort. Et eksempel er på Tunga, hvor noen av programdagene har blitt borte til andre ting de innsatte skal være med på. For at programmet likevel skal bli ferdig til samme tid, blir de viktigste elementene plukket ut og programmet komprimert. Programmet blir med andre ord ikke gjennomført som manualen tilsier. Dette har Brøset åpnet for at kan skje av praktiske hensyn (A. Meisingset, privat korrespondanse, 28.november 2011).

I alle tilfeller, i større eller mindre grad, blir ikke programmets gjennomført slik manualen er. Dette kan redusere effekten. Og, som nevnt, blir det vanskeligere å tilskrive en eventuell endring til programmet.

Programkontroll er en måte å sikre implementering av programmene på. Man kan ha programkontroll på 3 måter. Det kan gis tilbakemelding fra utenforstående, uavhengige observatører, deltakerne deler sine erfaringer med å delta i programmet og programholderne selvrappoterer (Hollin og Palmer, 2006a).

Mens akkreditering brukes i forkant, brukes programkontroll til å rettlede implementeringen og gjennomføringen. Kontrollen inkluderer tre normer for gjennomføringen, støtte hos ledelsen, programlederne og kvaliteten på overleveringen på programmet (Hollin og Palmer, 2006a).

### **3.3 Forholdet mellom sinne og vold**

#### **Bør alle voldsutøvere behandles med sinnemestringsprogram?**

Hvis implementeringen av programmet er god, men man allikevel ikke får de resultatene som er forventet sier enkelte forskere at det er fordi utgangspunktet er feil. Koblingen som ligger til grunn for sinnemestringsprogram, koblingen mellom sinne og vold, er kritisert av mange. Fra evalueringene av sinnemestringsprogrammet så vi at 15 av 18 oppga at de i det minste i "noen situasjoner" har unngått å bruke vold. Hvorfor ikke alle? Og hvorfor ikke alltid? En hypotese kan være at utgangspunktet med sinnemestring, for å redusere vold, er feil.

En oppfatning mange deler, er at vold brukes av to grupper; de som gjør det som en overveid handling, som en strategi for å få det som de vil, og de hvor vold er et uttrykk for ukontrollerbart sinne (Beck, 1999; Polaschek, 2006; Milner og Myers, 2007). Behandlingen rettes stort sett utelukkende mot den siste gruppen og fokuserer på kontroll og avskrekking. Dette er den største andelen voldsforbrytere. Men på en annen side er de som bruker vold instrumentelt, gruppen som ofte blir omtalt som psykopater, ansvarlige for den største andelen av voldelige hendelser og også de mest alvorlige (Beck, 1999). Psykopati og mangel på motivasjon for å endre seg er i følge mange alvorlige hinder for behandling, og ser på rehabilitering som håpløst (for eksempel Cleckley, 1988; Hare, 1991; Harris og Rice, 2006 i Gullhaugen og Nøttestad, under review). Men det gjøres spennende forskning av Gullhaugen og Nøttestad på en innsattepopulasjon med psykopati, hvor de blant annet ser på psykopatenes mellommenneskelig fungering for å finne komponenter i psykopatens fungering som kan tjene som behandlingsmål (Gullhaugen og Nøttestad, under review).

På en spesialisert enhet i England for lovbrøyttere med personlighetsforstyrrelse holdes rehabiliteringsprogram for psykopatiske lovbrøyttere. I likhet med øvrige rehabiliteringsprogram foregår det i grupper og har fokus på kriminogene faktorer og responsivitetsfaktorer. Programmet har i tillegg fokus på ”personlighetsforstyrrelse-behov” (les mer i Willmot og Tetley, 2011; Evershed, 2011). Dette går imidlertid utover rammene for denne oppgaven.

Hvorvidt sinnemestringsprogram er den mest passende intervensjonen for voldskriminelle, er fortsatt uklart. Man må ta hensyn til motivene for voldelig atferd. Er volden instrumentell, er det lite sannsynlig at en forbedring i sinnemestring vil resultere i mindre vold (Serin og Preston, 2001; Watt og Howells, 1999 i Serin, Gobeil og Preston, 2009). Noen forskere mener at i stedet for å fortsette med gammel praksis, å gi alle voldsforbrytere sinnemestringsprogram, burde kriminelle vurderes for eventuelle sinneproblem og gitt det ”riktige” tilbudet i forhold til dette (Watt og Howells, 1999 i Serin, Gobeil og Preston, 2009). En slik løsning ville vedkjenne at selv om sinnemestringsprogram skaper gode resultat for noen, er de ikke passende for alle voldskriminelle (Serin, Gobeil og Preston, 2009).

Howells med flere (2001 i Polaschek, 2006) mener at sinnemestring ikke er valget hvis volden er et resultat av overkontroll (i motsetning til underkontroll) av sinnet, når volden har et instrumentalt og sadistisk preg eller når volden er et middel til et øyeblikkelig eller langsiktig mål.

Noen spørsmål på evalueringsskjemaet for sinnemestringsprogrammet kan indikere instrumentell bruk av vold. Som vi skal se under punkt 2 synes det ikke å være noen sammenheng mellom deltakere som har svart ja på noen av disse og utbytte av programmet eller endring etter programmet, sammenlignet med deltakerne som svarer nei på disse spørsmålene. Det som bør påpekes er at deltakerne som svarer ja på noen av spørsmålene som indikerer instrumentell bruk av vold *også* svarer på andre spørsmål som indikerer bruk av vold som affektiv. Med andre ord bruker samme person både instrumentell- og affektiv vold. At det ikke synes å være noen sammenheng mellom bruk av instrumentell vold og utbytte av programmet kan bety at deltakerne som oppgir å ha brukt begge typene vold, har endret voldsbruken som knytter seg til den affektive bruken. Man ser dermed ingen kobling, mellom bruk av instrumentell vold og lavt utbytte av programmet. Dette er i tilsynelatende motsetning til litteraturen ovenfor, som mener at individer som bruker instrumentell vold, vil være et alvorlig hinder for rehabilitering.

### **Hvor stor er sinnets rolle i voldelig atferd?**

Rasjonalen for å bruke sinnemestring for å redusere voldsatferd, er at forbryternes vold er på grunn av, eller mediert av en tendens til å oppleve sinne oftere enn andre og til å uttrykke sinne oftere og mer voldelig enn andre. Med andre ord ser forkjempere av denne typen behandling på vold som en konsekvens av det å bli sint (Howells, 2004 i Polaschek, 2006).

Sammenhengen mellom sinne og voldelig eller aggressiv atferd er blitt bekreftet i laboratorier, i forskning med unge kriminelle, i forskning på psykiatriske pasienter, og med fengselsinnsatte (Loza og Loza-Fanous, 1999). Sinne har vært foreslått å være en mediator for aggressiv atferd, som en motivasjon for kriminelle aktiviteter og tilbakefall og som en forløper til interpersonlig vold og alvorlige voldelige handlinger (Loza og Loza-Fanous, 1999).

Til tross for forskningen som setter sinne i forbindelse med aggressiv atferd og kriminelt tilbakefall, har andre forskere beskrevet denne tenkte forbindelsen som misvisende, misforstått og overdrevet (Loza og Loza-Fanous, 1999). For eksempel fant Zillmann (1993 i Loza og Loza-Fanous, 1999) at sinne alene ikke fører til aggresjon. Likeledes fant Blackburn (1989 i Loza og Loza-Fanous, 1999) at aggressiv atferd, affektiv eller instrumentell, er ikke nødvendigvis koplet til sinne. I samme gate har både Blackburn og andre vist at voldelige handlinger kan skje uten at sinne er til stede (Blackburn, 1989 i Loza og Loza-Fanous, 1999;

Novaco, 1994 Kennedy, 1992). Vi har også sett under punkt 2 at bare tre deltakere oppgir sinne, som årsak for voldsbruken sin.

Selv om det mangler funn som bekrefter en definitiv kopling mellom sinne og vold eller sinne og tilbakefall har sinne blitt foreslått å være en risikofaktor som bør tas i betraktning for å vurdere risiko for vold og tilbakefall (Loza og Loza-Fanous, 1999).

Howells (2004, i Polaschek, 2006) mener at sinne bør kalles en *medvirkende* faktor, som kan påvirke sannsynligheten for vold, ofte når det skjer samtidig med flere andre betingelser. Også Polaschek og Collie (2004) mener at ukontrollert sinne er en del av et mønster, sammen med impulsivitet og dårlig emosjonsregulering, som ofte ses i sammenheng med vold, men som ikke er begrenset til vold. Howells (2004 i Polaschek, 2006) argumenterer for at alle slike betingelser burde inkluderes i den teoretiske rasjonalen for voldsintervensjoner. Eksempler på andre slike personlige faktorer er holdninger, impulsivitet, affektiv dyskontroll (Polaschek, 2006), mangel på evne til å føle sympati, mangel på evne til å lære fra erfaring, narsissistiske trekk, paranoide trekk, borderline trekk, ekstern lokus av kontroll, forstyrret kognitiv stil, høyt temperament, egosentriske trekk og manglende problemløsningsevner (Loza og Loza-Fanous, 1999). I tillegg til personlige faktorer, spiller også andre ting inn på risiko for vold og tilbakefall, som hvor gammel man er ved første lovbrudd, historie med kriminell aktivitet, historie med alvorlig kriminalitet, antall tidligere lovbrudd (Loza og Loza-Fanous, 1999) og andre behov som arbeid, samliv, forbindelser i kriminelle miljø og stoffmisbruk (Polaschek, 2006).

Sinnemestringsprogrammet har tatt hold for at flere faktorer enn sinne kan føre til vold og inkluderer både impulsivitet, konsekvenstenkning, emosjonsregulering og problemløsning i programmet. I tillegg er det andre tiltak som retter seg mot andre faktorer som spiller inn i voldelig atferd, som egne program for rusmisbruk. Norske fengsel har også tilbud om skolegang og jobb ([www.kriminalomsorgen.no](http://www.kriminalomsorgen.no)) og prøver på denne måten å påvirke de andre viktige faktorene.

Noen forskere går så langt til å mene at sinnemestringsprogram virker mot sin hensikt med en gruppe av voldskriminelle. I en studie gjort av Mills og Kroner (2003) i Canada blant voldsforbrytere fant de ingen bevis for sammenhengen mellom sinne og voldskriminalitet. Dette bekrefter et tidligere funn gjort på en innsattepopulasjon av Gembora i 1986 (i Loza og Loza-Fanous, 1999). I 1997 fant Muirhead (i Loza og Loza-Fanous, 1999) ingen signifikant korrelasjon mellom den innsattes scorer på sinnemålinger og a) type kriminell handling (for

eksempel voldelig/ikke voldelig), b) grad av skader, c) motivasjonen for vold eller d) klassifiseringen av den innsatte som voldelig/ikke voldelig, basert på dommen.

I sin studie i 1999 bidro Loza og Loza-Fanous ytterligere til å svekke sammenhengen mellom sinne og vold når de fant at mål på sinne ikke signifikant predikerte tilbakefall. Dette betyr at de vanlige målene vi har for sinne, ikke gir noen mening i å bruke i forhold til risiko for tilbakefall (voldelig eller ikke), og burde derfor ikke brukes i den hensikt (Loza og Loza-Fanous, 1999).

Forfatterne poengterer at disse funnene er fornuftige, sett i lys av at noen av målene på sinne allerede er satt spørsmålsteget ved (Biaggio, 1980; Biaggio, Supplee og Curtis, 1981; Riley og Treiber, 1989). De tilgjengelige måleinstrumentene på sinne er laget med en ikke-kriminell populasjon og forsøk på å replisere den samme faktorstrukturen som noen av instrumentene bruker, i kriminelle populasjoner lot seg ikke gjøre (Kroner med flere 1992 i Loza og Loza-Fanous, 1999).

Slike funn har ledet noen forskere til å hevde at det ikke finnes noe støtte for å si at sinne fungerer som et kriminogent behov hos voldskriminelle (Polaschek og Collie, 2004). De setter også store spørsmålsteget ved effekten av sinnemestringsprogram som et middel for å forhindre ny kriminalitet. Dette minner nok en gang om viktigheten av deltakerseleksjonen, hvis ikke sinne er korrelert med vold og kriminalitet for størsteparten av befolkningen. Howells med flere (2001 i Polaschek, 2006) mener at man må ta forhåndsregler i forhold til å ukritisk tilby sinnemestring til voldelige innsatte. Sinnemestring vil *kun* gi positive resultater for kriminalitet hos individene som bruker vold som et resultat av sinne. Allikevel finner forskere som for eksempel Lipsey med flere (2007) at å inkludere sinnemestrings-elementer, gjør at effekten av programmene øker. Kanskje kan man tolke det dit hen at sinnemestring gir økte ferdigheter i noe mer generelt enn sinnemestring, at man endrer tankegangen som ligger bak kriminalitet og vold?

Milner og Myers (2007) peker også på at teorien i forhold til vold ikke er oppdatert i forhold til praksis og mener behandlingsresponsen på vold ikke endres nok etter hva samfunnet har forandret seg til. I tillegg til å møte ofre og gjerningsmenn som har vært i en situasjon hvor sinne førte til vold, møter flere klinikere også ofre for *planlagt vold* i yrket sitt, gjennom gjengoppgjør, menneskehandel eller andre ting. Men behandlingen "henger igjen" i at vold er et resultat av sinne, og det som behandles er derfor sinnemestring (Milner og Myers, 2007)!

### 3.4 Individuer med gjentatte voldsdommer

Det kan være nærliggende å tro at de som får gjentatte dommer for voldsbruk, har lavere effekt av rehabilitering enn andre. Da kan et argument være at hvis de ikke allerede har lært det, etter to eller flere dommer, vil de heller ikke lære det nå. En annen tolkning er at denne gruppen har personlighetstrekk som vanskeliggjør behandling, som psykopati. Et tredje alternativ er at de ikke har fått tilbud om rehabilitering før nå.

Det har nå blitt utviklet en behandling for gjentatte voldskriminelle som bygger på multifaktorielle intervensjoner som innlemmer kunnskap og evner på sosial informasjonsprosessering. En slik intervensjon er ”the Persistently Violent Offender Treatment Program”, for forbrytere med tre eller flere voldsdommer. Programmet bygger på ”the Social Information Processing modell” og teorien bak programmet femholder at det er mangler i prosesseringen av sosial informasjon sammen med dårlig selvregulering som skaper risikoen for bruk av vold (Serin og Kuriychuk, 1994 i Polaschek og Collie, 2004). Serin, Gobeil og Preston gjennomførte en studie i 2009 hvor de sammenlignet 70 deltagere på PVO, mot to kontrollgrupper, en som mottok et alternativt program og en gruppe som ikke fulgte noe program. I løpet av en oppfølgingsperiode på 5 år viste resultatene få forskjeller mellom gruppene, i forhold til forandringer på variabler som behandlingen retter seg mot, tilfeller av dårlig oppførsel på fengselet, og tilfeller av tilbakefall. Resultatene viser at programmet ikke er bedre enn andre, tilsvarende program og heller ikke bedre enn å ikke få noe program (Serin, Gobeil og Preston, 2009).

I diskusjonen rundt studien argumenteres det for at deltakerne i PVO var mer voldelig enn de som ble satt i de andre gruppene. Dette kan bidra til de nedslående resultatene. På tross av mulighetene ved svak metode, tyder dette funnet på at behandling av denne spesifikke gruppen innsatte er vanskeligere enn andre. Dette er i kontrast til prinsippene for ”what works” som mener at de som skal være målgruppen for rehabilitering, er de med høy risiko for tilbakefall. Antall dommer er en statisk risikofaktor for tilbakefall og følgelig burde innsatte med 3 eller flere dommer, hatt stort utbytte av programmet. Serin, Gobeil og Prestons (2009) studie er også i motsetning til hva Lipsey med flere (2007) fant, at innsatte med høy risiko var i høy grad mottakelige for rehabilitering.

Blant deltakerne på sinnemestring syntes det ikke å være noen sammenheng mellom hvor mange dommer vedkommende har sonet og hvor stort utbytte eller endring man har hatt programmet.



### 3.5 Er gruppetilbud bedre enn individuell rehabilitering?

Sinnemestringsbehandling, særlig i institusjoner; som et fengsel, gis ofte i gruppeformat (Kassinove og Tafrate, 2002). Et nærliggende diskusjonstema er da om gruppe er det beste formatet for rehabilitering?

Yalom, en anerkjent kliniker innen gruppebehandling, mener at intervensjoner rettet mot voldskriminelle *bør* skje i gruppe, for å minske sjansen for at terapeuten blir manipulert (Brøset teoribase, 2009).

Fordeler er i følge Hollin og Palmer (2006b) at mange får behandling samtidig og at programlederne ikke trenger å være psykologer, bare kurset i manualen. Dette får positive konsekvenser for ressurser, både økonomisk og bemanningsmessig. Andre positive aspekter ved gruppebehandling er kliniske, både at gruppemedlemmer utfordrer hverandres tankemønster og adferdsmønster og at de kan gi hverandre støtte. Både utfordringer og støtte oppfattes sterkere når det kommer fra likesinnede (Hollin og Palmer, 2006bb). Som vi så i punkt 2, oppga en deltaker på et åpent kommentarfelt om gjennomføringen av programmet at han "er veldig fornøyd med gruppen". Imidlertid går ikke vedkommende inn på hvorfor, eller hva han mener med det.

Ulempene med gruppebehandling er at programlederne ikke kan gå inn på individuelle behov som går utover manualen, gruppemedlemmene kan påvirke hverandre negativt, enten ved at det blir sinne og aggresjon innad i gruppa, at de forsterker hverandres kriminelle atferd (Dodge, Lansford og Dishion, 2006), eller at gruppeformatet gjør at man ikke tør å komme med personlige beretninger og selvavsløringer (Hollin og Palmer, 2006b). I tillegg kan gruppeformatet medføre lang ventetid på behandling for enkelte, hvis det ikke er nok deltakere til å starte en gruppe. Det har også vært kritisert at man i et gruppeformat bruker for lite tid på den forberedende fasen, før man går over på endringsarbeidet (Kassinove og Tafrate 2002).

At "avvikende ungdommer blir mer avvikende av å være sammen med andre avvikende likesinnede" (Dodge, Lansford og Dishion, 2006, s 3, min oversettelse) har lenge vært erkjent når det kommer til naturlig forekommende grupper av likesinnede. Den siste tiden har det vært fokus på om dette fenomenet også er tilfellet i grupper satt sammen med den hensikt å redusere problematferd. Men denne typen reaksjon kommer mest sannsynlig til å holde frem. Derfor er det viktig med studier som avdekker medierende og modererende faktorer ved denne type påvirkning fra likesinnede (Osgood og Briddell, 2006).

En studie som tjener som eksempel på negativ påvirkning fra likesinnede er Poulin, Dishion og Burraston (2001, Osgood og Briddell, 2006) som fulgte høy-risiko ungdom som var anvist til et program som skulle fremme positiv endring gjennom gruppeforsterkning. Etter tre år fant de at ungdommene som hadde deltatt i programmet røykte mer og hadde flere forseelser og lovbrudd enn ungdommer i kontrollgruppen. Dette mente forfatterne reflekterte den negative påvirkningen de likesinnede hadde på hverandre.

En annen studie (Feldman med flere, 1983 i Osgood og Briddell, 2006) sammenlignet resultat av behandlingsgrupper hvor enten alle var ungdomskriminelle, én eller to var ungdomskriminelle og resten av deltakerne var ”vanlig” ungdom som var tatt inn i programmet eller alle var ”vanlige” ungdommer.

Resultatene viste at det var mest nedgang i asosial atferd hos de ungdomskriminelle som hadde program sammen med de ”vanlige”. Dette skjedde uten at de ”vanlige” fikk noe mer antisosial atferd sammenlignet med den tredje gruppen, bestående bare av ”vanlige”. En kritikk av studien er imidlertid at siden det var like mange av hver av gruppene, fulgte man opp mange flere kriminelle i rene grupper med kriminell ungdom enn grupper som var blandet. Dette svekker resultatene. Allikevel etterlater det seg en undring om å blande deltakere også kunne ha hatt effekt hos voksne. Kunne man med suksess blandet deltakere med et sinneproblem, både fra fengsel og sivil? Osgood og Briddell (2006) hevder at negativ påvirkning fra likesinnede har større effekt hos yngre lovovertredere, med mindre alvorlige lovbrudd, mens det har mindre sannsynlighet for å skje i et program som har fokus på behandling og hvor man interagerer etter en struktur. Men et annet funn, som også kan ha implikasjoner for deltakersammensetningen er en studie av Bayer, Pintoff og Pozen (2003 i Osgood og Briddell, 2006), som fant at den negative påvirkningen fra likesinnede var større når gruppene ble delt opp etter type kriminalitet. Det er med andre ord flere sider av saken man må ta hensyn til når man skal gjennomføre et rehabiliteringsprogram.

Det er vanlig å samle kriminelle med samme type kriminalitet fordi de har relevante erfaringer for hverandre og kan lære av hverandre. Det hadde vært spennende å se hvorvidt deltakere gir hverandre mest positiv eller mest negativ påvirkning. Vi kommer tilbake til dette under videre forskning.

Individuell behandling og gruppebehandling er ikke gjensidig utelukkende og enkelte program prøver å kombinere de to fremgangsmåtene. Sinnemestringsprogrammet Brøset er en av disse. Jones og Hollin (2004 i Hollin og Palmer, 2006b) beskriver et annet eksempel, i en

pilotstudie med et sinnemestringsprogram hvor de både har individuelle- og gruppetimer. Gruppetimene fokuserte på læring av ferdigheter, mens man i de individuelle timene øvde på dette med en fast mentor og generaliserte ferdigheten til situasjoner som var relevante for hver enkelt. I dette programmet gjennomførte 100% av deltakerne. Resultatet var også en signifikant nedgang i sinne (Hollin og Palmer, 2006b). Dette er også en fremgangsmåte sinnemestringsprogrammet har benyttet seg av og prøver på den måten både å få fordelene med gruppebehandling og tilpasse programmet til individet i så stor grad som mulig.

### **3.6 Er randomiserte, kontrollerte studier gullstandarden?**

De fleste studiene som har som mål å evaluere rehabiliteringsprogram i fengsel, bruker effektstudier. Noen mener randomiserte, kontrollerte studier (RCT) er ”gullstandarden”, og den eneste måten å få sikre funn på (for eksempel Chitty og Harper, 2005 i Hollin, 2008). De mener at annen ”equivocal evidence” basert på kvasi-eksperimentelle eller ikke-eksperimentelle studier, ikke kan gi sikkerhet og troverdighet og gjør det vanskelig å tilskrive resultatene til behandlingen eller intervensjonen” (2005 i Hollin, 2008, s 91). På den andre siden kritiserer Hollin (2008) RCT og rankingsystemer for forskning innen kriminologilitteraturen for å *kun* ha fokus på indre validitet, men ikke på ytre. Farrington med flere (2002 i Hollin, 2008) poengterer at ”mens randomiserte eksperiment har den høyeste interne validiteten i prinsippet, er de i praksis uvanlig i kriminologi (særlig utenfor USA) og har ofte implementeringsproblemer” (s 17, min oversettelse).

Gondolf (2001 i Hollin, 2008) påpeker også de statistiske problemene. Man kan få en skjevhet i resultatene når forbrytere som kunne ha gått i forskjellige retninger, blir slått sammen for å overholde det eksperimentelle designet i en RCT. Et annet problem er at de som slutter i behandlingen forsetter å være en del av statistikken. Også andre forskere påpeker vanskelighetene som er forbundet med å gjøre en RCT på en fengselsbasert terapeutisk enhet. I følge Farrington og Joliffe (2002 i Hollin, 2008) må man blant annet, for å gjennomføre en god RCT studie, inkludere innsatte i åtte fengsel, med flere hundre innsatte. Som Gondolf sier ”den virkelige verden foregår ikke på den samme måte som et eksperiment gjør” (2001, s 85 i Hollin 2008, min oversettelse).

Sett bort ifra tekniske og statistiske problem som er relevante for RCT, er det også praktiske og etiske vanskeligheter vedrørende implementeringen av en RCT med forbryterpopulasjonen. Som tidligere nevnt er eksempler på dette at rettssystemet må gi dommer som ville føre til randomisert tildeling av dømte til programmet, eller å gi forskere

makten til å overstyre dommen for dermed å kunne tildele programmet tilfeldig. Det finnes også utallige problemer med det å holde tilbake behandling, for å kunne ha en kontrollgruppe. Hvis behandling holdes tilbake og en innsatt, i kontrollgruppen, gjør en kriminell handling, kan man spekulere i om dette kunne vært unngått, dersom vedkommende hadde deltatt på programmet. Å ikke bli tildelt program kan også ha negative konsekvenser for den enkelte innsatte, i form av sikkerhetsbestemmelser under soningen, prøveløslatelse osv (Hollin, 2008). Som tidligere nevnt under punkt 3.2, kan man se hvilke etiske og lovlige vanskeligheter dette kan gi (Harper og Chitty, 2004).

I tillegg til å sette spørsmålstegn til om dette lar seg gjøre i praksis, kan man også stille spørsmål ved hvilke svar man kan få fra en RCT. Hedderman (2004 i Hollin, 2006; 2008) påpeker at man ved RCT verken får svar på *hvorfor* en intervensjon har effekt eller *hvilken del* av intervensjonen som har effekt. Gondolf (2004 i Hollin, 2006) mener vi trenger annen forskning enn bare effektstudier og metaanalyser for å bedre forstå resultatene våre.

Noen mener at RCT ikke kan gi de beste svarene ved kognitiv atferdsbehandling. Disse kan klassifiseres som ”komplekse intervensjoner” og Everitt og Wessely (2004 i Hollin, 2006; 2008) mener at disse bør evalueres i flere trinn. Initialt må teoribasen for intervensjonen evalueres, dernest utforme en innledende evaluering av programmet, med pilotundersøkelser i spørreskjema, fokusgrupper og observasjonsstudier. Deretter lager man utforskende undersøkelser hvor man samler inn foreløpige funn som støtte for intervensjonen. Neste trinn er RCT og tilslutt skal langtidssimplementering evalueres. Eksempler på spørsmål man bør undersøke inkluderer *kan effekten bli replisert over tid og i ulike settinger* (Hollin, 2006)?

En studie gjort av Heinsman og Shadish (1996 i Hollin 2008) viser dessuten at en godt gjennomført kvasi-eksperimentell studie kommer frem til samme effektstørrelse som en godt gjennomført eksperimentell studie. Heller ikke Lipsey med flere (2007) fant noen sammenheng mellom studiets design og effekt. De fant at effektene som ble oppnådd i de kontrollerte, randomiserte studiene, ikke var signifikant forskjellig fra effekten som ble oppnådd i studier med matchet kontrollgruppe.

### **3.7 Er deltakernes svar valide?**

Selvrapporing er den vanligste måten i psykologien å samle inn data på (Langdridge, 2006) og er unik i sin kunnskapsbase, men det medfører særlige spørsmål om validitet. Å skulle oppgi opplysninger om seg selv som er negative og sosialt uønskede kan føre til at man underrapporterer, enten bevisst, fordi man vil fremstå bedre enn det man er, eller ubevisst,

fordi det kan være vanskelig å synes negative ting om seg selv, eller fordi man ikke ser det selv. På den andre side er det ikke hemmelig at deltakerne sliter med sinne og har brukt vold, når de både er dømt for vold og frivillig har meldt seg til et sinnemestringsprogram.

Tendensen til å sette seg selv i et bedre lys, når man svarer på selv-rapporteringsskjema kalles sosialt ønskelig responsstil (SØR; Paulhus, 2002 i Mills og Kroner, 2006). Mills og Kroner (2006) påpeker at mange antar at kriminelle bruker en sosialt ønskelig responsstil når de fyller ut selvrapporteringsskjema.

Vi skal nå se nærmere på i hvor stor grad man kan stole på resultatene fra selvrapportering.

For å sjekke validiteten av selvrapporterte fakta er sammenligning mellom selv-Andre resultater en godt etablert og anerkjent metode (Bongard, Martin, Seip og Al'absi, 2011).

Kenny (1991 i Bongard, Martin, Seip og Al'absi, 2011) lister opp seks variabler som er med å bestemme hvor god korrelasjonen på selv-Andre rapporteringen blir; bekjentskap, overlapping (delt domener og kontekst), delt meningssystem, stabilitet i atferden hos personen som skal undersøkes, tilgang til supplerende informasjon og kommunikasjon.

En studie av Bongard, Martin, Seip og Al'absi (2011) sammenlignet selvrapportering, partnerrapportering og kollegarapportering av uttrykt sinne, tilbakeholdt sinne og kontrollert sinne i ulike domener, hjem og jobb, samt generelt. Resultatene viste høy korrelasjon mellom domenespesifikke mål. Selv-partner rapporteringer om uttrykt sinne i hjemmet korrelerte med .61 og selv-kollega rapporteringer på uttrykt sinne på jobb korrelerte med .54. Korrelasjonen på de ulike domene var høyere enn korrelasjonen generelt. I tillegg var korrelasjonen på uttrykt sinne høyere enn tilbakeholdt sinne og kontrollert sinne. Dette var som forventet, da det er lettere å samsvare i en observerbar atferd.

En studie gjort av Ledgerwood, Goldberger, Risk, Lewis og Price (2008) sammenlignet selvrapportering og håranalyser i forhold til bruk av ulovlige narkotiske stoffer hos menn i 50-årene. Generelt sett var de to informasjonskildene i god overensstemmelse, men ikke svært god. Dette er en studie som undersøker validiteten på selvrapportering som jeg vil si er enda nærmere selvrapportering om sinne og vold, fordi bruk av rusmidler, på samme måte som vold, både er ulovlig og sett på som sosialt uakseptabelt. Jeg tenker at det er vanskeligere å innrømme slike data og dermed vil dette være et bedre sammenligningsgrunnlag for selvrapportering om voldsbruk. En kritikk kan allikevel være spørsmålet om deltakerne hadde svart mindre ærlig om sin ulovlige bruk av narkotika om de ikke visste at de også skulle testes på andre måter.

Så langt kan vi oppsummere at selvrapporterte svar på negativ affekt som sinne er valide. Når det kommer til ulovlige handlinger som å bruke narkotika er også selvrapporterte svar valide. Når det gjelder selvrappotering av kriminelle, har folk en tendens til å tro at de fremstiller seg selv mer positivt enn hva som er sant. Allikevel har selvrappoteringskjema god prediktiv verdi i forhold til kriminelle utfall i fremtiden, både voldelig (Kroner og Loza, 2001; Mills, Kroner og Hemmati, 2004) og generell (Motiuk, Motiuk og Bonta, 1992 i Mills og Kroner, 2006). Tidligere funn har også konkludert med at den store majoriteten av lovbrøyttere med rulleblad, innrømmer dette i et intervju (Convit, O'Donnell og Volavka, 1990 i Mills og Kroner, 2006).

Balanced Inventory of Desirable Responding (BIDR, Paulhus, 1994 i Mills, Loza og Kroner, 2003) er et selvrappoteringskjema som måler tendensen til å gi sosialt ønskelige svar. Skjemaet har to underskalaer; selvbedragerisk forbedring, som måler ærlige, men bedragerisk og "impression management" (IM) som måler tendensen til å gi et falskt, godt inntrykk intensjonelt (Mills og Kroner, 2006).

I en studie av Mills, Loza og Kroner (2003) undersøkte de 124 mannlige innsatte med mål på sosialt ønskelig responsstil (BIDR), et selvrappoteringskjema for kriminelle risikofaktorer (Self-Appraisal Questionnaire, SAQ; Loza, 1996 i Mills, Kroner og Loza, 2003) og et aktuarisk risikoestimat, General Statistical Information on Recidivism (GSIR, Nuffield, 1982 i Mills, Loza og Kroner, 2003). De fant, som forventet, et signifikant og negativt forhold mellom sosialt ønskelig responsstil (SØR) og resultater på SAQ. Men det interessante er at en lav skåre på "impression management" var korrelert med høy risiko, målt ved GSIR. De fant også at både selvbedrageri og "impression management" var signifikant og negativt korrelert med voldelig tilbakefall. Dette tyder på at de "mest" kriminelle, og de som er mest sannsynlige å gjøre tilbakefall, i liten grad bruker SØR (Mills, Loza og Kroner, 2003).

De gjorde en ny studie i 2006 som undersøkte SØR (selvbedrageri og "impression management") med selvrapporterte antisosiale holdninger og kriminelt tilbakefall i en populasjon av voldelige kriminelle (Mills og Kroner, 2006). Den aktuelle studien brukte the Measures of Criminal Attitudes and Associates (MCAA; Mills, Kroner og Hemmati, 2004) som selvrappoteringskjema, hvor de svarte på hvor enige/uenige de var i holdninger om a) vold, b) rettigheter/berettigelse, c) antisosiale hensikter og d) kriminelle forbindelser. De brukte, som i 2003, BIDR som et mål på SØR, GSIR som et mål på risiko og målte tilbakefall som alle typer ny kriminalitet i løpet av oppfølgingsperioden på mindre enn to år (Mills og Kroner, 2006).

Resultatene de kom frem til var at de som skåret høyt på ”impression management” skåret lavt på selvrapporterte antisosiale holdninger. Dette replikerte funnet fra 2003. De fant også at de som ble vurdert å ha lav risiko ved GSIR skåret høyere på ”impression management”. Dette tyder på at jo mer kriminelt orientert en innsatt var, jo mindre sannsynlig var det å ta i bruk ”impression management”. Dette var *ikke* tilfelle for selvbedrageri (Mills og Kroner, 2006). Dette kan forstås som at fanger som blir antatt å ha høy risiko for tilbakefall, er mindre sannsynlig å *bevisst* fremstille seg bedre enn han er, men de er *ikke* mindre sannsynlig å fremstille seg bedre enn de er, *ubevisst*!

Forskning med andre populasjoner fra rehabiliterings- og i rettslig sammenheng har funnet en signifikant negativ korrelasjon mellom aggresjon og ”impression management” (Dutton og Hemphill, 1992 i Mills og Kroner, 2006; Kroner og Weekes, 1996a).

En mulig forklaring på sammenhengen mellom ”impression management”, risiko og tilbakefall kan være at de med høy risiko og med høy residivrate er ærlige på selvrappoteringskalaene. Denne hypotesen støttes av kliniske observasjoner, hvor innsatte som regel innrømmer små regel- og lovbrudd, både i nåtid og fortid, for å bygge et tillitsforhold, slik at de nyter mer tillit når de nekter for mer alvorlig kriminalitet eller vil minske skylden for handlingene deres (Mills og Kroner, 2006).

En studie gjort av Levander, Svalenius og Jensen (1997) med en svensk fengselspopulasjon finner også god overenstemmelse mellom selvrapporterte opplysninger og opplysninger fra journalen. Dette er også med på å styrke validiteten av selvrappoteringsinformasjonskanal.

Funnene tyder på at vi kan se på lovbryteres selvrapporterte hendelser, også kriminelle, som relativt sikre når Bongard, Martin, Seip og Al’Absi (2011), Ledgerwood med flere (2008) og Levander, Svalenius og Jensen (1997) fant støtte for selvrappoteringsinformasjonskanal i studiene sine. Selvrappoteringsinformasjon har også blitt bekreftet å ha god prediktiv verdi i forhold til voldelige utfall i fremtiden (Kroner og Loza, 2001; Mills, Kroner og Hemmati, 2004). Andre funn har også konkludert med at de fleste lovbrytere med rulleblad, innrømmer dette i selvrappoteringsinformasjon (Convit, O’Donnell og Volavka, 1990 i Mills og Kroner, 2006). Mills, Loza og Kroner (2003) fant at innsatte med høy risiko for tilbakefall scorer lavt på ”impression management”.

## 4 Videre forskning

Det er fortsatt mange hull i forskningen om rehabilitering i kriminalomsorgen som må dekkes. Det finnes mange ulike rehabiliteringsprogrammer og som forventet har de ulik effekt. Men det som gjør det vanskelig å konkludere i forhold til hva som fungerer på hvem og hvor godt, er i mange tilfeller metoden. Som nevnt før brukes mange ulike definisjoner på sinne, vold og residiv. Det hadde vært en stor fordel om forskere hadde blitt enige om en felles begrepsforståelse. I tillegg burde flere studier bruke flere mål på effekt enn residiv, for eksempel prosessmål som er nevnt tidligere i oppgaven.

Ideelt sett burde også alle rene residivtall ledsages av mål på programimplementeringen, slik at vi med større sikkerhet kan si at *programmet* gir/ikke gir effekt, heller enn at resultatet kommer av dårlig implementering. Dette kan blant annet gjennomføres ved bruk av en sjekkliste for hver time, som programlederne fyller ut etter hvert møte (Day og Howells, 2002). Det burde også være standard å oppgi hvilken *klinisk* signifikans en statistisk signifikant endring gir. Tiden er også inne for å se videre fra *om kognitive atferdsprogram har effekt*, til å undersøke *hvilke* variabler innenfor programmene som påvirker utfallet og *hvordan* (Lipsey med flere, 2007). Aspekter ved programmene som hvilken intensitet et program må ha for å oppnå ønsket effekt, hvilke programledere som oppnår best effekt, og hvilke teknikker innenfor det atferdskognitive aspektet som gir best effekt, må også undersøkes.

Polaschek (2006) mener at videre arbeid i sektoren også bør prioritere å få mer informasjon om voldsforbryterne som populasjon, for eksempel kriminogene behov og responsivitetskarakteristikker. Det er lite forskning på kriminogene behov *spesifikt* for voldsforbrytere. Mulige teorier er at voldelige forbrytere har *noen* kriminogene behov som skaper en risiko for *voldelige* kriminelle handlinger, *noen* kriminogene behov som skaper en risiko for andre typer kriminalitet og *noen* som er innblandet i *alle* typer kriminelle handlinger (Polaschek og Collie, 2004). En studie gjort på kriminogene behov blant voldsforbrytere (Correctional Service of Canada, ingen dato, i Polaschek og Collie, 2004) fant at de hadde høyere behov enn andre forbrytere innen emnene ”fungering i samfunnet”, antisosiale bekjenskaper, arbeidsforhold, forhold til partner og familie og bruk av rusmidler. Det trengs forskning som kan se på sammenhengen mellom kriminogene behov for voldsforbrytere og risiko for tilbakefall og om de eventuelt er knyttet opp mot voldelige-, ikke-voldelige- eller



generell residiv. Som nevnt tidligere, oppgir svært få av deltakerne ved sinnemestringsprogrammet å ha gjort noe med nettverket sitt. Når man vet at dette er et kriminogent behov, og at dette behovet er enda viktigere for voldsforbrytere, kan dette være et emne å utforske. Hva med å inkludere nettverkskart? Hvem bidrar til noe godt i livet mitt, hvem bidrar til sinne og vold?

I tillegg må teoribasen som danner grunnlaget for rehabiliteringsprogram for voldsforbrytere utvides. For eksempel hvordan ulike variabler fører til vold og kriminalitet (Polaschek, 2006; Polaschek og Collie, 2004). Deretter bør programrasjonalen forankres i større grad i teorigrunnlaget. Det etterlyses også mer forskning på programmenes effektivitet (Polaschek, 2006; Polaschek og Collie, 2004).

Når man søker å styrke behandlingsteoriene kunne det gitt verdifulle opplysninger om forholdet mellom sinne og vold dersom man undersøkte dette forholdet både i en kriminell eller voldsdømt populasjon, samt en normalpopulasjon. En hypotese kan være at det i en normalpopulasjon er sammenheng mellom sinne og vold, men ingen, eventuelt en svakere, sammenheng mellom sinne og vold i en kriminell/voldsdømt populasjon. Disse havner, ikke tilfeldig, oftere enn normalpopulasjonen i en situasjon hvor vold kan inntreffe og dette handler ikke alltid om en foranledning som har skapt sinne, som situasjonen er hos de fleste i normalpopulasjonen. Deltakerne på programmet på Tunga nevnte at folk ofte ba dem om å fikse problemer for dem, inneforstått *ved å sloss*. Det kunne de og dette fikk dem til å føle seg til nytte. De snakket også om frykten for å miste ansikt og respekt, hvis de *ikke* sloss når en annen hadde ”gjort seg fortjent til det”. Et annet spennende aspekt ved voldsforbrytere er sammenhengen mellom ”type kriminell karriere” og affektiv vold. Piquero, Sullivan og Farrington (2010) undersøker om type kriminell karriere, som ”kortvarig med hyppige lovbrudd” og ”langvarig med sjeldne lovbrudd”, utgjør en forskjell i for eksempel type lovbrudd og kostnader for samfunnet. Spesielt spennende hadde det vært å undersøkt om type kriminell karriere har sammenheng med affektiv- eller instrumentell vold. Dessverre har oppgavens omfang vært for lite til å gå inn på dette.

Videre mener jeg også at det bør forskes mer på generaliserbarheten ved effekten av programmene. Ogloff (2002 i Hollin og Palmer, 2006b) poengterer at de fleste studier gjennomføres med hvite menn. Dette mener han kommer også av at de fleste rehabiliteringsprogrammene for lovbrøyttere er designet for hvite, voksne menn. Vi har ikke grunnlag for å si at andre grupper med lovbrøyttere, som kvinner, afrikanere eller asiater, vil ha

de samme kriminogene behov og dermed ikke få tilsvarende utbytte av programmene. Et hensyn man må ta i norske fengsel er at det er økende andel innvandrere med ikke-vestlig bakgrunn i fengslene (St. Meld. nr. 37, 2007-2008).

Forskning på i hvilken grad negativ påvirkning fra likesinnede skjer i en gruppe med voksne deltakere, hadde også gitt verdifulle opplysninger. Hvor stor er eventuelt denne effekten og i hvilken grad veier positive sider ved gruppebehandling opp for negative, som negativ påvirkning? Hvilke alternativer finnes og hvilke positive og negative sider har de (Dodge, Lansford og Dishion 2006)? Det hadde også vært interessant å gjennomført en studie med både sivile- og innsatte deltakere.

Mer spesifikt på sinnemestringsprogrammet som gjennomføres i norske fengsel etterlyser jeg en effektstudie som sammenligner gruppen som mottar program, med en kontrollgruppe med hensyn til residiv og prosessmål. Samtidig anerkjenner jeg hindrene vi har i Norge i forhold til for få individer i målgruppen til å kunne få gode metodiske resultater og etiske hinder. Det er på grunn av dette generelt lite forskning i Norge på dette området (St. Meld. nr. 37, 2007-2008).

Det hadde også vært nyttig å undersøke hvilke deler av programmet som har effekt. Vi har i illustrasjonene i denne oppgaven, sett indikasjoner på at å lære om sine kognisjoner og sammenhengen de har med voldsbruk, kan være nyttige. Det samme ble det å lære teknikker, som time-out. Allikevel kan dette bare tas som indikasjoner på hva som er nyttig for en voldsdømt. Bedre studier trengs på dette. En annen ting som jeg var inne på i punkt 2, er den mulige sammenhengen mellom endring i ”å ta ansvar for sitt sinne” og voldsbruk. Kan dette være et viktig spørsmål i forhold til endring? Dette sier ikke noe om hvilken del av programmet som har skapt forandringen i ansvarsfølelsen, men kanskje det er et kritisk spørsmål, som bør tillegges vekt i endringsarbeidet. Det kan være nærliggende å tro at delene av programmet som deltakerne oppgir som nyttige, er de delene deltakerne tar i bruk. Som vi så i del 2 oppgir flere av deltakerne å ta i bruk ulike versjoner av ”time-out”, som å ”ikke diskutere, fyre opp meg selv. Snu ryggen til å gå”, ”snu og gå”, ”ta time-out og gått vekk fra situasjonen” eller ”i eskalerende situasjoner kan jeg smile og gå”. Dette er illustrasjoner på at deltakerne har tatt til seg hvilken verdi det kan ha å *stoppe opp* i slike situasjoner og gjør meg spent på om dette kan være en særlig nyttig del av programmet.

## 5 Konklusjon og avslutning

I denne oppgaven har jeg tatt for meg rehabilitering i kriminalomsorgen, både rehabiliteringsprogram generelt, program rettet mot voldsdømte og sinnemestringsprogram. Jeg har videre presentert Sinnemestringsprogrammet Brøset og evalueringer fra deltakere på dette programmet, fra tre forskjellige fengsel. Svarene fra evalueringene er diskutert i lys av teori på emnet.

Funnene i forhold til rehabiliteringsprogrammer er spredte, fordi både programmene og deltakerne er en heterogen gruppe. Allikevel har de fleste studiene som undersøker effekt av rehabiliteringsprogram konkludert med effekt (Day og Howells, 2002; Lipsey med flere, 2007; Christophersen, 2006; Andrews med flere, 1990; Bourgon og Armstrong, 2005; Pearson med flere, 2002). Forskere har videre i stor grad blitt enige om at kognitive atferdsprogram som følger prinsippene for "what works" har større effekt (Pearson med flere, 2002; Day og Howells, 2002; Bourgon og Armstrong, 2005; Andrews med flere, 1990). Når det kommer til sinnemestringsprogram er det blandede funn. Enkelte studier kan vise til positiv effekt for intervensjonsgruppen for *de som fullfører*, men negativ effekt for de som slutter underveis (Dowden og Serin, 2001 i Polaschek, 2006), andre finner positive effekter (Jarwson, 2010; Lipsey med flere, 2007). Variabler som er med på å påvirke resultatene av studiene er blant annet metodiske spørsmål og grad av implementering.

Illustrasjonene fra evalueringen av sinnemestringsprogrammet, utviklet av Brøset kan tyde på at alle deltakerne hadde nytte av programmet og alle deltakerne bortsett fra én hevder i det minste å ha "noe endring" i å kjenne igjen både risikosituasjoner, -tanker, -følelser og kroppslige signaler. I tillegg hevder 15 av 18 å ha minst "en del endring" i forhold til å kunne trekke seg unna situasjoner som kunne ha ført til voldsbruk. En tentativ hypotese som bygger på disse illustrasjonene kan være at sinnesirkelen og bruk av time-out er gode verktøy. Flere deltakere oppgir også å ha brukt en versjon av time-out som verktøy for å unngå voldsbruk.

Jeg vil poengtere at evalueringene derfra er ment som en illustrasjon, som et utgangspunkt for diskusjon og idèer til videre forskning. Det er evalueringer fra få deltakere og jeg har ikke noen ramme for sammenligning, verken fra målinger fra samme gruppe *før* programmet, fra noen kontrollgruppe eller mål på residiv for deltakerne.

Man står ovenfor flere hindre for å oppnå god effekt av rehabiliteringsprogram. Noen av dem er mangel på motivasjon som ble tatt opp i Clausens studie (2008) og implementeringen av programmanualen; som deltakere utenfor målgruppen, for lite trening av programlederne eller at manualen ikke følges. I forhold til sinnemestring har jeg også diskutert om utgangspunktet er riktig, at vold er en følge av sinne. Men noen av disse hindrene kan være vanskelig å omgå, som tidligere nevnt konkluderer Mathiesen (2007 i St. Meld. Nr 37, 2007-2008) med at rammene i et fengsel gjør det veldig vanskelig å gjennomføre et program som det er ment. Også Gondolf tidligere nevnt sitat er treffende: ” den virkelige verden foregår ikke på den samme måte som et eksperiment gjør” (2001, s 85 i Hollin 2008, min oversettelse).

## Etterord

I løpet av sidene jeg har lest, og arbeidet jeg har gjort med oppgaven har jeg blitt mer kynisk; opptatt av tall og blitt flink til å oppdage mangler, svakheter og feil ved antakelser om programmenes effekt eller implementering. Dette har gjort meg mer skeptisk i forhold til hva man faktisk kan oppnå og hvor mye man kan forandre kriminelle. Ved å være med på programmet på Tunga og få snakke med programlederne har dette bidratt til å også ha fokus på enkeltindividene.

Når jeg har hatt uformelle samtaler med programlederne på Tunga fengsel, har jeg fått innspill fra en som har vinkling som en praktiker, ikke en teoretiker. Mens forskerne ser på effektstørrelser og sammenligner med andre program, fokuserer på grad av implementering og lignende, er deres fokus på hvert enkelt individ og dets liv og sier (på spørsmål om hvordan seleksjonen av deltakerne foregår, om hvordan de forhindrer at de inkluderer ”feil” deltakerne), at *om* de gjør det, har alle uansett en effekt av det. Om de ikke endrer seg radikalt eller holder seg unna vold, er det allikevel *noe* som har gått inn (W. Pedersen, privat korrespondanse, 11. oktober 2011). Underveis i oppgaveskrivingen har jeg mistet den individuelle innsatte av syne og sett mer på validitet, reliabilitet, effektstørrelse, implementeringsproblemer og kritikk av programmene. Jeg glemmer at rehabilitering i fengslene er skapt for to ting, lovbryteren og de potensielle fremtidige ofrene. For *hvert* individ som klarer å lære å kontrollere sinnet sitt er det en seier! For en som har vokst opp med vold og klarer å slutte med voldsbruk mot barna, men fortsetter å slite med sinne, er det allikevel en stor forbedring.

Også Lösel (2001 i Hollin og Palmer, 2006b) advarer om for mye negativt fokus på rehabiliteringen, for eksempel på forskjellen mellom gjennomsnittlig effekt av realistiske- og demonstrasjonsprogram. Fokus på dette kan føre til antipatier hos virksomheter, ansatte og forbrytere, og potensielt fjerne rehabiliteringsidèen fra prosessen.

Jeg har lært mye om et emne jeg ikke hadde noe kjennskap til fra før og denne prosessen har vært spennende. Jeg har også satt veldig stor pris på at jeg fikk innblikk i hvordan programmet gjennomføres praktisk, på Tunga fengsel. Dette har holdt motivasjonen oppe og gjort teorien enklere å forstå. Jeg håper dette vil bli et mer allment tema etter hvert, ikke minst i vår utdanning, når jeg forstår hvor viktig del rehabiliteringen er i arbeidet vi gjør i vårt samfunn.

## Referanser:

Andenæs, J. (1996). *Straffen som problem*. Gjøvik: Exil Forlag A/S.

Andrews, D. A., og Bonta, J., (1998). *The psychology of criminal conduct*. Cincinnati, OH: Anderson publishing.

Andrews, D. A., Zinger, I., Hoge, R. D., Bonta, J., Gendreau, P., og Cullen, F. T., (1990). Does Correctional Treatment Work? A Clinically Relevant and Psychologically Informed Meta-Analysis. *Criminology*, vol 28 (3), s 369-404.

Beck, A. (1999). *Prisoners of Hate. The Cognitive Basis of Anger, Hostility and Violence*. New York: HarperCollins Publishers.

Bongard, S., Martin, N. M., Seip, M., og Al'Absi, M. (2011). Evaluation of a Domain-specific Anger Expression Assessment Strategy. *Journal of Personality Assessment*, vol 93 (1), s 56-61.

Bonta, J., (1997). *Offender rehabilitation: from research to practice: User report*. Ottawa: Solicitor General Canada.

Bourgon, G., og Armstrong, B. (2005). Transferring the Principles of Effective Treatment into a "Real World" Prison Setting. *Criminal Justice and Behaviour*, vol 32 (1),s 3-25.

Brøset Kompetansesenter for sikkerhets-, fengsels-, og rettspsykiatri, St.Olav Hospital (2009). *Sinnemestring Brøset Fengselsprogrammet, Teorimanual "Jeg bestemmer selv- veien videre"*. Trondheim: St. Olav Hospital avd. Brøset.

Brøset Kompetansesenter for sikkerhets-, fengsels-, og rettspsykiatri, St.Olavs hospital (2009). *Sinnemestring Brøset Fengselsprogrammet, Programmanual "Jeg bestemmer selv- veien videre"*. Trondheim: St. Olav Hospital avd. Brøset.

Christophersen, J. G. (2006). *Oversikt over kriminalitetsforebyggende program, "Preventing Crime: What works, what doesn't, what's promising"*. Oslo: Det kriminalitetsforebyggende råd.

Clausen, S. (2008). *Midtvejsevaluering af forsøgsordningen med vredeshåndteringsprogrammet "anger management"*. København: Justisministeriets forskningsenhed.

Convit, A., O'Donnell, J., og Volavka, J. (1990). Validity of self-reports of criminal activity in psychiatric inpatients. *Journal of Nervous and Mental Disease*, vol 178(1), s 48-51.

Day, A., og Howells, K. (2002). Psychological treatments for rehabilitating offenders: Evidence-based practice comes of age. *Australian Psychologist*, vol 37 (1), s 39- 47.

Dodge, K. A., Lansford, J. E., og Dishion, T. J., (2006). The Problem of Deviant Peer Influences in Intervention Programs. I Dodge, K. A., Dishion, T. J., og Lansford, J. E., (ed.) (2006). *Deviant Peer Influences in Programs for Youth. Problems and Solutions*. New York: The Guilford Press.

Dutton, D. G., og Hemphill, K. J. (1992). Patterns of socially desirable responding among perpetrators and victims of wife assault. *Violence and Victims*, vol 7(1), s 29-39.

Eckhardt, C., Norlander, B., og Deffenbacher, J. (2004). The assessment of anger and hostility: a critical review. *Aggression and Violent Behavior*, vol 9 (1), s 17-43.

Evershed, S., (2011). A Treatment Pathway for High Security Offenders with a Personality Disorder. I Willmot, P., og Gordon, N., (ed) (2011). *Working Positively with Personality Disorder in Secure Settings: A Practitioner's Perspective*. Chichester: Wiley-Blackwell.

Gendreau, P., (1996). Offender Rehabilitation, What We Know and What Needs to Be Done. *Criminal Justice and Behavior*, vol. 23 (1), s 144-161.

Gendreau, P., Goggin, C., Cullen, F. T., og Andrews, D. A., (2000). Effects of Community Sanctions and Incarceration on Recidivism. *Forum on Corrections Research*, Vol 12 (2), s 10-13.

Gendreau, P., Little, T., og Goggin, C. (1996). A meta-analysis of the predictors of adult offender recidivism: What works! *Criminology*, vol 34 (4), s 575-607.

Goggin, C., og Gendreau, P., (2006). The Implementation and Maintenance of Quality Services in Offender Rehabilitation Programmes. I Hollin, C. R., og Palmer, E. J., (2006) (ed). *Offending behavior programmes. Development, Application, and controversies*. Chichester: John Wiley & Sons Ltd.

Gullhaugen, A. S. og Nøttestad, J. Aa. (Under review). Treatment of psychopathy? Testing theoretical models for the purpose of future forensic practice.

- Harper, G., og Chitty, C., (2004). *The impact of corrections on re-offending: a review of "what works"*. London: Home Office Research, Development and Statistics Directorate.
- Haugli, K. O., Høyem, T. H., Lindebø, B., Ploeg, G., Røise, M., og Sund, A. (2006). *Akkreditering av programmer i den norske kriminalomsorgen, kriterier og prosedyrer*. Hentet 05.11.2011 på <http://www.kriminalomsorgen.no/program.431440-77301.html>.
- Henderson, M., (1989). Behavioural Approaches to Violent Crime. I Howells, K., og Hollin, C. R., (1989) (ed.). *Clinical Approaches to Violence*. Chichester: John Wiley & Sons.
- Hollin, C. R., (2006). Offending Behaviour Programmes and Contention: Evidence-Based Practice, Manuals, and Programme Evaluation. I Hollin, C. R., og Palmer, E. J., (2006) (ed.). *Offending behavior programmes. Development, Application, and controversies*. Chichester: John Wiley & Sons Ltd.
- Hollin, C. R., (2008). Evaluating offending behavior programmes: Does only randomization glister? *Criminology & Criminal Justice*, vol 8 (1), s 89-106.
- Hollin, C. R., og Palmer, E., (2006a). Offending Behaviour Programmes: History and Development. I Hollin, C. R., og Palmer, E. J., (2006) (ed). *Offending behavior programmes. Development, Application, and controversies*. Chichester: John Wiley & Sons Ltd.
- Hollin, C. R., og Palmer, E., (2006b). Offending Behaviour Programmes: Controversies and Resolutions. I Hollin, C. R., og Palmer, E. J., (2006) (ed). *Offending behavior programmes. Development, Application, and controversies*. Chichester: John Wiley & Sons Ltd.
- Jarwson, S. (2010). *Effekten av manualisert kognitiv terapi for menn som frivillig søker hjelp mot vold i nære relasjoner*. Trondheim: NTNU.
- Kassinove, H., og Tafrate, R. C. (2002). *Anger Management. The Complete Treatment Guidebook for Practioners*. Atascadero : Impact Publishers.
- Kennedy, H. G., (1992). Anger and Irritability. *British Journal of Psychiatry*, vol 161, s 145-153.
- Kroner, D. G., og Loza, W., (2001). Evidence for the Efficacy of Self-Report in Predicting Nonviolent and Violent Criminal Recidivism. *Journal of Interpersonal Violence*, vol 16 (2), s 168-177.



- Kroner, D. G., og Weekes, J. R. (1996a). Socially Desirable Responding and Offence Characteristics Among Rapists. *Violence and Victims*, vol 11 (3), s 263-270.
- Kroner, D. G., og Weekes, J. R. (1996b). Balanced inventory of desirable responding: Factor structure, reliability, and validity with an offender sample. *Personality and Individual Differences*, vol 21 (3), s 323-333.
- Langdridge, D., (2006). *Psykologiens Forskningsmetode, en Innføring i Kvalitative og Kvantitative tilnærminger, Norsk utgave*. Trondheim: Tapir Akademise Forlag.
- Ledgerwood, D. M., Goldberger, B. A., Risk, N. K., Lewis, C. E., og Price, R. K., (2008). Comparison between self-report and hair analysis of illicit drug use in a community sample of midde-aged men. *Addictive Behaviour*, vol 33, s 1131-1139.
- Lipsey, M. W., Landenberger, N. A., og Wilson, S. J. (2007). *Effect of cognitive-behavioural programs or criminal offenders. Campbell Systematic Reviews 2007:6*. Oslo: The Campbell Collaboration.
- Levander, S., Svalenius, H., og Jensen, J., (1997). Psykiska skador vanliga bland interner. *Läkartidningen*, vol 94, s 46-50.
- Loza, W., og Loza-Fanous, A., (1999). Anger and Prediction of Violent and Nonviolent Offenders' Recidivism. *Journal of Interpersonal Violence*, vol 14, s 1014- 1029.
- Miller, N.H. (2010). Motivational interviewing as a prelude to coaching in healthcare settings. *Journal of Cardiovascular Nursing*, vol 25(3), s 247-51.
- Mills, J. F., og Kroner, D. G., (2006). Impression Management and Self-Report Among Violent Offenders. *Journal of Interpersonal Violence*, vol 21, s 178- 192.
- Mills, J. F., Kroner, D. G., og Hemmati, T., (2004). The Measures of Criminal Attitudes and Associates (MCAA). *Criminal Justice and Behaviour*, vol 31 (6), s 717-733.
- Mills, J. F., Loza, W., og Kroner, D. G., (2003). Predictive validity despite social desirability: evidence for the robustness of self-report among offenders. *Criminal Behaviour and Mental Health*, vol 13, s 140-150.
- Milner, J., og Myers, S., (2007). *Working with violence. Policies and practices in risk assessment and management*. New York: Palgrave MacMillan.

Novaco, R. W., (1976). The Function and Regulation of the Arousal of Anger. *The American Journal of Psychiatry*, vol 133 (10), s 1124- 1128.

Novaco, R. W., (1994). Anger as a Risk Factor for Violence Among the Mentally Disordered. I Monahan, J., og Steadman, H. J., (1994) (ed). *Violence and Mental Disorder, Development in Risk Assessment*. Chicago: The University of Chicago Press.

Novaco, R. W., og Welsh, W. N., (1989). Anger Disturbances: Cognitive Mediation and Clinical Prescriptions. I Howells, K., og Hollin, C. R., (1989) (ed.). *Clinical Approaches to Violence*. Chichester: John Wiley & Sons.

Osgood, W., og Bridell, L. O., (2006). Peer Effects in Juvenile Justice. I Dodge, K. A., Dishion, T. J., og Lansford, J. E., (ed.) (2006). *Deviant Peer Influences in Programs for Youth. Problems and Solutions*. New York: The Guilford Press.

Pearson, F. S., Lipton, D. S., Cleland, C. M., og Yee, D. S., (2002). The Effects of Behavioural/Cognitive-Behavioural Programs on Recidivism. *Crime and Delinquency*, vol 48, s 476- 496.

Piquero, A. R., Sullivan, C. J., og Farrington, D. P., (2010). Assessing Differences Between Short-Term, High-Rate Offenders and Long-Term, Low-Rate Offenders. *Criminal Justice and Behaviour*, vol 37 (12), s 1309-1329.

Polaschek, D. L. (2006). Violent Offender Programmes: Concept, Theory, and Practice. I Hollin, C. R., og Palmer, E. J., (2006) (ed). *Offending behavior programmes. Development, Application, and controversies*. Chichester: John Wiley & Sons Ltd.

Polaschek, D. L., og Collie, R. M., (2004). Rehabilitating serious violent adult offenders: an empirical and theoretical stocktake. *Psychology, Crime and Law*, vol 10 (3) s 321-334.

Prochaska, J.O., DiClemente, C.C., og Norcross, J.C., (1992). In search of how people change. Applications to addictive behaviors. *Journal of American Psychology*, vol 47 (9), s 1102-1114.

Rasmussen, K, Almvik, R, og Levander, S. (2006). The possible role of ADHD as a criminogenic factor among prisoners. *Scandinavian Journal of Forensic Science*, vol 2, s 49-53.

Serin, R. C., Gobeil, R., og Preston, D., (2009). Evaluation of the Persistently Violent Offender Treatment Program. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, vol 53 (1), s 57- 73.

St. Meld. Nr. 37 (2007-2008) (2008). *Straff som virker- mindre kriminalitet- tryggere samfunn. (kriminalomsorgsmelding)*. Oslo: Det kongelige justis- og politidepartementet.

Toch, H., (1989). Violence in Prisons. I Howells, K., og Hollin, C. R., (1989) (ed.). *Clinical Approaches to Violence*. Chichester: John Wiley & Sons.

Willmot, P., og Tetley, A., (2011). What Works with Forensic Patients with Personality Disorder? Integrating the Literature on Personality Disorder, Correctional Programmes and Psychopathy i Willmot, P., og Gordon, N., (ed) (2011). *Working Positively with Personality Disorder in Secure Settings: A Practitioner's Perspective*. Chichester: Wiley-Blackwell.

Wilson, S. J., og Lipsey, M., (2007). School-Based Interventions for Aggressive and Disruptive Behaviour. *American Journal of Preventive Medicine*, vol 33 (2), s 130-143.

<http://www.adressa.no/nyheter/trondheim/article1688432.ece> (02.09.2011)

<http://www.adressa.no/nyheter/nordtrondelag/article1737396.ece> (05.12.2011)

<http://www.broset.no/arkiv/2005/12/1132658853/Mindrevoldetterterapi-...pdf> (21.08.2011)

<http://www.dagbladet.no/nyheter/2005/08/31/441929.html> (29.09.2011)

<http://fil.nrk.no/programmer/radio/norgesglasset/1.6619594> (21.08.2011)

<http://www.kriminalomsorgen.no/program.431440-77301.html> (04.09.2011)

<http://wayback.no/reklame-for-alvor-2007/> (21.11.2011)

# Vedlegg 1: Spørreskjema etter endt sinnemestringsprogram

K- nr \_\_\_\_\_

1) Hva var den viktigste årsaken til at du meldte deg på kurset

Ønsket endring    Andre ønsket endring    Ønsket tidsfordriv    Ønsket sosialt samvær

--	--	--	--

Annet: \_\_\_\_\_

2) Er dette det første tiltaket du gjør, for å bedre mestre sinnet ditt?

Ja     Nei

Hvis nei, hva har du gjort tidligere? Beskriv: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**GENERELT OM VOLDEN**

3) Soner du en dom for voldsbruk

Ja  Nei

4) Er dette din første dom for voldsbruk?

Ja  Nei

Hvis JA: Har du tidligere blitt anmeldt for vold?

Ja  Nei

Hvis NEI: Hvor mange dommer har du sonet for vold?: \_\_\_\_\_

5) Hvem utøver du vold mot

aldri    1 gang    2 ganger    3 ganger    oftere

Partner

--	--	--	--	--

Øvrig familie

--	--	--	--	--

aldri    1 gang    2 ganger    3 ganger    oftere

Venner og bekjente

--	--	--	--	--

Fremmede

--	--	--	--	--

6) Hvem er du domfelt for å ha utøvet vold mot

partner    øvrig fam    venner&bekjente    fremmede    annet

--	--	--	--	--

7) I hvilke situasjoner har du reagert med vold

aldri    1 gang    2 ganger    3 ganger    oftere

Når jeg blir avvist av noen

--	--	--	--	--

aldri    1 gang    2 ganger    3 ganger    oftere

Når jeg er i en diskusjon med noen

--	--	--	--	--

aldri    1 gang    2 ganger    3 ganger    oftere

Når jeg føler meg tråkket på eller ydmyket

--	--	--	--	--

aldri    1 gang    2 ganger    3 ganger    oftere

Når jeg skal forsvare meg selv eller andre

--	--	--	--	--

aldri    1 gang    2 ganger    3 ganger    oftere

Når det er noe "å tjene på det"

--	--	--	--	--

aldri    1 gang    2 ganger    3 ganger    oftere

Når jeg ikke føler meg respektert

--	--	--	--	--

Andre situasjoner, beskriv:

---


---

- 8) **Vold mot andre i løpet av siste år før soning** Nedenfor følger en liste over forskjellige former for fysisk, psykisk, seksuell vold og materiell vold. Noe av dette har du kanskje ikke selv kalt vold, men har av andre blitt opplevd som vold eller maktbruk. Her er det viktig at du også ser handlingene fra den andres side. Kryss av for det som for deg er riktig antall ganger:

aldri    1 gang    2 ganger    3 ganger    oftere

1. Slag mot hode/ansikt

--	--	--	--	--

2. Slag mot kropp

--	--	--	--	--

3. Knyttneveslag

--	--	--	--	--

4. Gripe/Suge tak i

--	--	--	--	--

5. Holde fast

--	--	--	--	--

6. Klype

--	--	--	--	--

7. Riste

--	--	--	--	--

8. Dytte

--	--	--	--	--

9. Legge i bakken

--	--	--	--	--

10. Sparke

--	--	--	--	--

11. Kvelertak

--	--	--	--	--

12. Bite

--	--	--	--	--

13. Lugge

--	--	--	--	--

14. Vri armen

--	--	--	--	--



15. Holde opp mot veggen

--	--	--	--	--

16. Slå med gjenstand

--	--	--	--	--

17. Juling (flere spark/slag)

--	--	--	--	--

aldri    1 gang    2 ganger    3 ganger    oftere

18. Bruke skytevåpen

--	--	--	--	--

19. Bruke kniv

--	--	--	--	--

20. Bruke andre våpen

--	--	--	--	--

21. Ødelegge gjenstander

--	--	--	--	--

22. Kaste gjenstander

--	--	--	--	--

23. Slå i stykker døra

--	--	--	--	--

24. Kaste mat, f.eks. på partner/familie eller i veggen

--	--	--	--	--

25. Slå i vegger eller bord

--	--	--	--	--

26. Skade, plage eller vanskjømte kjæledyr/husdyr

--	--	--	--	--

27. True med å ta livet av

--	--	--	--	--

28. True med selvmord

--	--	--	--	--

29. True med å slå eller mishandle

--	--	--	--	--

30. True med å ødelegge eiendom eller gjenstander

--	--	--	--	--

31. Verbale ydmykelser eller nedrakking

--	--	--	--	--

32. Bruke negative kallenavn

--	--	--	--	--

33. Skremme/Tvinge noen til å gjøre ting de ikke vil

--	--	--	--	--

aldri    1 gang    2 ganger    3 ganger    oftere

34. Bestemme hva noen kan eller ikke får lov til å gjøre

--	--	--	--	--

35. Bruke verbal aggresjon som virker skremmende

--	--	--	--	--

36. Annen truende adferd (f.eks. bevegelser, kroppsholdninger eller vage hentydninger om vold)

--	--	--	--	--

37. Uttrykke intens sjalusi

--	--	--	--	--

38. True med å misbruke noen seksuelt

--	--	--	--	--

39. Tvinge/ skremme noen til seksuelle handlinger

--	--	--	--	--

40. Brukt vold for å oppnå noe fra andre

--	--	--	--	--

-for å få i gjennom viljen min

--	--	--	--	--

-ved pengeinnkreving

--	--	--	--	--

-for å straffe andre

--	--	--	--	--

-som en jobb for noen andre

--	--	--	--	--

41. Har du brukt vold i edru tilstand

--	--	--	--	--

42. Har du brukt vold i beruset tilstand

--	--	--	--	--

43. Har du, etter voldsbruk, gitt motparten skylden eller ansvaret for at du brukte vold

--	--	--	--	--

44. Nekte å snakke om  
voldsbruken din når andre  
tar det opp (bli sint, stikke  
av e.l.)

--	--	--	--	--

aldri    1 gang    2 ganger    3 ganger    oftere

45. Love at volden aldri skal  
skje igjen (og ikke holde  
løftet)

--	--	--	--	--

### ÅRSAKER OG KONSEKVENSER

9) Nevn opp det du tror er årsakene til din voldsbruk:

---

---

---

---

10) Hvilke konsekvenser mener du voldsbruken din har fått for deg selv, din livssituasjon og din psykiske helse?:

---

---

---

11) Hvilke konsekvenser mener du voldsbruken din eventuelt har fått for din familie (partner, barn og foreldre), for deres livssituasjon og psykiske helse?:

---

---

---

---

### EVALUERING AV KURSET

12) Har du fått utbytte av kurset

Ingenting    Noe    En del    Mye    Svært mye

--	--	--	--	--

13) Hvilke(n) del(er) synes du har vært nyttige på kurset:

1. Å lære om hvordan man kan gjenkjenne risikosituasjoner

Ikke nyttig   Noe   En del   Mye   Svært nyttig

--	--	--	--	--

2. Å lære om hvordan man kan gjenkjenne høyrisikofølelser

Ikke nyttig   Noe   En del   Mye   Svært nyttig

--	--	--	--	--

3. Å lære om hvordan man kan gjenkjenne høyrisikotanker

Ikke nyttig   Noe   En del   Mye   Svært nyttig

--	--	--	--	--

4. Å lære om hvordan man kan gjenkjenne kroppslige signaler/symptomer

Ikke nyttig   Noe   En del   Mye   Svært nyttig

--	--	--	--	--

5. Bli bevisst dine negative tanker i sinnesituasjoner

Ikke nyttig   Noe   En del   Mye   Svært nyttig

--	--	--	--	--

6. Å se hvordan blant annet situasjon, tolkning, tanke, følelser og handling henger sammen, som vist i sinnesirkelen.

Ikke nyttig Noe En del Mye Svært nyttig

--	--	--	--	--

7. Å lære hvordan man kan uttrykke seg selvhverdende

Ikke nyttig Noe En del Mye Svært nyttig

--	--	--	--	--

8. Å bli bevisst dine leveregler

Ikke nyttig Noe En del Mye Svært nyttig

--	--	--	--	--

9. Å lære seg teknikker (som time-out) for å bryte ut av sinnesirkelen

Ikke nyttig Noe En del Mye Svært nyttig

--	--	--	--	--

10. Å jobbe med motivasjon og "veikryss"

Ikke nyttig Noe En del Mye Svært nyttig

--	--	--	--	--

14) Har du vært fornøyd med kurslederne

Ikke fornøyd    Fornøyd med noe    Fornøyd med en del    Fornøyd med mye    Svært fornøyd

--	--	--	--	--

15) Er det noe du kunne tenkt deg å lære mer om/brukt mer tid på?: \_\_\_\_\_

---

---

16) Er det noe du synes mangler på kurset, hva ville du hatt med?: \_\_\_\_\_

---

---

Kommentar til hvordan kurset har blitt gjennomført:

---

---

---

17) Har det skjedd endringer hos deg i løpet av kurset når det gjelder:



1. Tanker om deg selv/leveregler

Ingen endring   Noe endring   En del endring   Mye endring   Svært mye endring

--	--	--	--	--

2. Vurdere om uheldige leveregler gjør at du lager negative situasjoner

Ingen endring   Noe endring   En del endring   Mye endring   Svært mye endring

--	--	--	--	--

3. Kjenner du igjen risikosituasjoner

Ingen endring   Noe endring   En del endring   Mye endring   Svært mye endring

--	--	--	--	--

4. Trekker du deg unna en situasjon som kunne ha ført til voldsbruk

Ingen endring   Noe endring   En del endring   Mye endring   Svært mye endring

--	--	--	--	--

5. Kjenner du igjen risikotanker

Ingen endring   Noe endring   En del endring   Mye endring   Svært mye endring

--	--	--	--	--

6. Stoppe opp og kontrollere tankene

Ingen endring   Noe endring   En del endring   Mye endring   Svært mye endring

--	--	--	--	--

7. Vurdere om du tolker situasjonen feil

Ingen endring   Noe endring   En del endring   Mye endring   Svært mye endring

--	--	--	--	--

8. Kjenner du igjen risikofølelser

Ingen endring   Noe endring   En del endring   Mye endring   Svært mye endring

--	--	--	--	--

9. Kjenner du igjen kroppslige signaler/symptomer

Ingen endring   Noe endring   En del endring   Mye endring   Svært mye endring

--	--	--	--	--

10. Ta ansvar for å beherske deg, uansett krenkelse

Ingen endring   Noe endring   En del endring   Mye endring   Svært mye endring

--	--	--	--	--

11. Snakke om problemet

Ingen endring Noe endring En del endring Mye endring Svært mye endring

--	--	--	--	--

12. Har blitt flinkere på annen type selvhevdende kommunikasjon

Ingen endring Noe endring En del endring Mye endring Svært mye endring

--	--	--	--	--

I hvilke situasjoner og hvilken metode bruker du for å hevde deg selv?: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

13. Fokusere på at selvtilliten bedres hvis du takler situasjoner uten sinne/voldsbruk

Ingen endring Noe endring En del endring Mye endring Svært mye endring

--	--	--	--	--

14. Har endret nettverk

Ingen endring Noe endring En del endring Mye endring Svært mye endring

--	--	--	--	--

15. Lytte mer til andre

Ingen endring Noe endring En del endring Mye endring Svært mye endring

--	--	--	--	--

16. I hvilken grad har kurset endret din motivasjon for å mestre sinnet ditt

Ingen endring   Noe endring   En del endring   Mye endring   Svært mye endring

--	--	--	--	--

17. Ta andres synspunkt/posisjon

Ingen endring   Noe endring   En del endring   Mye endring   Svært mye endring

--	--	--	--	--

18. Endret syn på voldsbruk

Ingen endring   Noe endring   En del endring   Mye endring   Svært mye endring

--	--	--	--	--

18) Har det vært situasjoner hvor du tidligere ville brukt fysisk eller psykisk vold, men nå har klart å unngå det

Ingen situasjoner   Noen sit.   En del sit.   Mange sit.   Svært mange sit.

--	--	--	--	--

19) Har andre bemerket en endring hos deg i løpet av tiden du har gått på kurs?  
Hvis ja, angi hvem som merket forskjellen og hva vedkommende merket  
endring på:

---

---

---

20) Etter ferdig kurs, hvordan forventer du at voldsbruken din vil utarte seg

Fysisk vold

Mer enn før      Det samme      Noe mindre      En god del mindre      Svært mye mindre

--	--	--	--	--

Psykisk vold

Mer enn før      Det samme      Noe mindre      En god del mindre      Svært mye mindre

--	--	--	--	--

Sinne

Mer enn før      Det samme      Noe mindre      En god del mindre      Svært mye mindre

--	--	--	--	--

21) Hvor mange av kurssamlingene var du på? \_\_\_\_\_

22) Har du en kommentar til undersøkelsen, eller til noen av spørsmålene eller temaene som tas opp, kan du skrive her:

\_\_\_\_\_

---

---

---

---