



# TERMA – att förebygga hot och våld i vården

## **Ett unikt koncept med lågaffektivt bemötande i fokus**

Sedan 2009 arbetar Psykiatri Skåne enligt metoden TERMA, som står för terapeutiskt möte med aggression. Det är en övergripande metod för att förebygga och bemöta hot och våld. Syftet är att skapa en miljö på vårdenheter som fungerar på bästa möjliga sätt, både för patienter och personal.

Det finns en uppsjö av olika metoder gällande hot och våld. Det unika med TERMA är att man arbetar preventivt med fokus på ett lågaffektivt bemötande och förhållningssätt. Metoden är evidensbaserad. De fysiska momenten är framtagna med beaktning till att det ska vara både etiskt och juridiskt försvarbart.

Vårdrelationen är styrande i alla avseende. Respekt och värdighet ska finnas med i allt vi gör. Skyddsteknikerna värnar om att det ska innebära minsta möjliga obehag och skaderisk för patienten.

Psykiatri Skåne erbjuder utbildning av TERMA-instruktörer i vårdverksamheter som psykiatri, kommuner, landsting och privata vårdgivare. TERMA lämpar sig för alla slags verksamheter där möte med psykisk ohälsa eller utmanande beteende sker.

## **Laddade situationer av flera anledningar**

Situationer med hot och våld på vårdenheter kan vara kopplat till individers psykiska ohälsa, bakgrund eller bristande verklighetsförankring.

En annan orsak kan vara brister i personalens bemötande, både i vardagsituationer och i irriterade eller upprörda situationer. Det krävs därmed att personalen får kunskap och förståelse för vad som kan ligga bakom ett utmanande beteende, så att de kan bemöta det på ett konstruktivt och lugnande sätt.

## **En positiv inställning ger bättre relationer**

En viktig del av TERMA är att personalen har en positiv inställning gentemot patienter och deras närstående, eftersom det lägger grunden för goda relationer. Vi tror att varje patient gör sitt bästa utifrån sina förutsättningar och förmågor – i varje situation. Denna tro speglas i vårt förhållningssätt till människorna vi möter; vi visar intresse och nyfikenhet genom att lyssna på dem och försöka förstå deras beteende och behov.

Vårt förhållningssätt och attityd bör spegla vår tro på att varje patient gör sitt bästa utifrån sina förutsättningar och förmågor – i varje situation.

## **Samarbete för att motverka våld**

I TERMA arbetar personalen tillsammans för att bemöta irritation och ilska på ett lugnande sätt. Målet är att skapa trygghet och minska risken för att en våldsamt situation uppstår. Ett gott samarbete hos personalen är förutsättningen för att arbetet ska fungera. Därtill behövs rimliga och välgrundade regler samt systematiska riskbedömningar för att få en välfungerande vårdmiljö.

## Hur vi agerar vid hotfulla eller våldsamma situationer

I riskfyllda lägen ska alltid patientens, medpatienternas och personalens fysiska säkerhet prioriteras. Personalen kan behöva ta fysisk kontroll för att hindra patienten från att skada sig själv eller andra. Att använda fysisk makt är alltid sista utvägen! I de fall det blir nödvändigt ska det alltid stå i proportion till den situation och kontext man befinner sig.

Oavsett situation ska personalen se till att upplevelsen för patienten innebär minsta möjliga smärta och obehag.

Efter en incident ska patienten få möjlighet att prata om sin upplevelse genom samtal. Likaså ska personalen diskutera rutiner och personliga upplevelser. Detta bidrar till att bibehålla goda relationer efter eventuella ingripanden.

## Teori och praktik

I den teoretiska delen av utbildningen till TERMA-instruktör läggs stor vikt vid att deltagarna ska bli trygga med materialet för att de ska kunna använda det på rätt sätt i sina verksamheter. Teorin ligger som grund i alla praktiska övningar. Det är av yttersta vikt att de praktiska övningarna lärs in från grunden och sedan används på ett säkert sätt.

Målet är att skapa ett aktivt lugn och ge patienten valmöjligheter även i svåra lägen. Betydelsen av att få välja själv spelar roll och skapar tillit. I alla moment tas stor hänsyn till individens säkerhet.

## Utvärdering och kvalitetssäkring

TERMA har ett strategiskt upplägg och ett framtidsperspektiv, vilket innebär att utbildningsinnehållet kontinuerligt revideras för att ta del av de senaste forskningsrönen inom området.

Varje år anordnas ett erfarenhetsseminarium, ett forum där man som instruktör får dela erfarenheter med andra i samma situation. Man får också ta del av nya infallsvinklar på hur man kan arbeta på hemmaplan, för att möta och hantera befintliga behov och utmaningar.

---

## Psykiatri Skåne: Vi förebygger våld med TERMA

I Psykiatri Skåne vill vi bygga upp och bevara en vårdkultur som värnar om den goda relationen med patienten, genom att utbilda personalen i hur de kan möta och förstå aggression. Därför ska all vår personal i patientnära arbete genomgå en basutbildning i TERMA.

Psykiatri Skåne är självförsörjande när det gäller att utbilda TERMA-instruktörer. Instruktörer som genomgår TERMA-utbildning får en fördjupad kunskap och förståelse för de teoretiska bitarna där bemötandet av patienten är i fokus. Efter att ha genomgått utbildningen har man dessutom tillgång till alla nödvändiga manualer samt till support.

Att utbilda egna instruktörer är ett krav eftersom TERMA är en metod som ska implementeras i det dagliga arbetet. Metoden måste förankras i den egna verksamheten för att kunna hålla en fullgod kvalitet och vara fortlevande. Utbildade instruktörer ansvarar för att utbilda sina medarbetare och andra anställda i ens verksamhetsområde – så kallat "train the trainee".

**För mer information** Liz-Lott Grönvall, TERMA-samordnare Psykiatri Skåne, tel 040-33 16 02, 072-597 77 35, e-post [liz-lott.gronvall@skane.se](mailto:liz-lott.gronvall@skane.se)