

SERVICE ERKLÆRING - Nok. Elverum Ressurssenter 2025

Nok. Elverum er et ressurscenter mot seksuelle overgrep. Vi er et hjelpetilbud uten krav om henvisning og innehar spisskompetanse innen fagområdet seksuelle overgrep, incest, seksuelle krenkelser og traumereaksjoner. Vi utreder og behandler ikke, men kartlegger i noe grad og utgjør et viktig supplement til øvrig hjelpeapparat og vi samarbeider tett med disse. I saker med komplekse traumer forutsettes et samarbeid med lege eller annen offentlig hjelpeinstans. Vi har som mål å bidra til at utsatte og pårørende bygger og øker sin kapasitet og selvforståelse for å tåle, forstå og regulere egne følelser og reaksjoner. Vi kan gi gode bidrag til å istandsette brukere for sin videre behandlingsreise i spesialisthelsetjenesten, der hvor det er aktuelt.

TILBUD OG MÅLGRUPPE:

Senteret gir et direkte tilbud til personer av alle kjønn over 16 år som er eller har vært utsatt for seksuelle overgrep, herunder også voldtekt og/eller incest og andre seksuelle krenkelser, enten fysisk eller digitalt. Vi har eget tilbud til de som står nær en overgrepsutsatt og er pårørende/nærstående. Den utsatte trenger ikke å benytte senteret for å utløse pårørendetilbudet. Alle brukertilbud er gratis, det trengs ingen henvisning, det vil si at man kan ta direkte kontakt. Vi tilbyr en faseorientert tilnærming med kartleggende samtaler med fokus på å forstå seg selv og sine reaksjoner. Vi arbeider ut ifra en kroppssorientert tilnærming, siden kroppen er «åstedet». Sentralt i arbeidet står derfor å gjenoppta trygg kontakt med kroppen via psykoedukasjon om sansesystem, nervesystem og innføring i kroppslig reguleringsstøtte. Vi jobber videre med stabilisering, støtte og forståelse, veiledning og psykoedukasjon rundt traumatisk stress. Videre vil samtaler få et mer endringsorientert preg, med et mål om bedring av livskvalitet og mobilisering av ressurser. Traumatisk stress setter seg gjerne i kroppen. Alle brukere vil derfor i tillegg til samtaleoppfølging også få psykoedukasjonsgrupper og individuell veiledning rundt verktøy for å regulere og balansere sitt sans og nervesystem. Tilbudet går under navnet traumesensitiv sansemodulasjon (TSM) og du kan lese mer om dette på våre hjemmesider.

Nok. Elverum tilbyr flere kroppssorienterte terapeutiske grupper som fungerer som et supplement til samtaleoppfølging. Ved siden av sansereguleringsgruppe har vi også traumebevisst yogagruppe. Yogatilbudet utføres av instruktør med sertifisering i traumesensitiv yoga. Dette er ikke å forstå som yoga i tradisjonell forstand – men som en trygg måte å gjenoppta kontakt med kroppen på etter overgrep.

Dersom det i forløpet kartlegges behov for videre utredning og behandling hjelper vi til med det og er brobyggere inn til andre tjenester. Likeså gjelder dette i kontakt med ulike samarbeidende instanser, for eksempel fastlege, psykisk helsetjeneste, DPS, NAV, Politi, rettsvesen og tannhelsetjeneste. Vi kan delta i ansvarsgrupper ved behov, og vi gir også mulighet for par -og familiesamtaler.

Tilbudet ved senteret formes ut fra brukernes behov og bærer preg av individuell skreddersøm. Vi tror på at alle mennesker selv innehar de ressurser som trengs for å håndtere egne utfordringer og dermed selv er i stand til å definere egne behov. Vår jobb er å lete frem og styrke de ressursene som allerede er der, hos hver enkelt.

Senteret er LHBTQ-vennlig og tilgjengelig for psykisk utviklingshemmede og brukere med nedsatt fysisk funksjonsevne. Vi bestiller tolk ved behov der brukeren ikke behersker norsk, engelsk eller bruker tegnspråk. Nok. Elverum tilbyr også forebyggende arbeid med veiledning og kompetanseheving av blant annet personell i psykisk helsetjeneste, skoler / barnehager, PPT og helsesykepleiere m.m. Senteret fungerer som en viktig fagressurs om seksuelle overgrep for sine bidragskommuner. Vi tilbyr veiledning og kompetanseheving ved forespørsel. Senterets fagressurstilbud til bidragskommuner innebærer også å kunne benytte senteret som en debrifings- tjeneste for fagpersoner. Vi bidrar med forebyggende undervisning i utdanningsinstitusjoner, og er ofte gjesteforelesere ved ulike relevante studieretninger på Høgskolen Innlandet.

FAGLIG FORANKRING OG ORGANISERING:

Nok. Elverum Ressurssenter er en del av kompetanseklubben HelseInn og medlem av Nok. Norge og Nasjonalforeningen. Styret er senterets øverste organ med arbeidsgiveransvar for daglig leder. Virksomheten og senterets tilbud styres av Nok. senterenes felles faglige plattform som alle medlemssentre har vedtatt som sitt faglige og etiske styringsverktøy. Les den her: <https://fmso.no/faglig-plattform/>. Vi støtter vår virksomhet på etiske retningslinjer, Nok. Norges faglige plattform, Bufdirs rundskriv, eget verdigrunnlag samt gjeldende lovverk. Andre samarbeidspartnere er Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet, Innlandet Fylkeskommune, Helse Sør- Øst, og RVTS Øst. Vi har taushetsplikt, men er underlagt Barnevernloven § 6-4 som omhandler opplysningsplikt. Vi forholder oss ellers til Helsepersonelloven og Forvaltningsloven. Daglig leder har ansvar for undervisning, fagutvikling og daglig drift som baserer seg på tilskudd fra 9 bidragskommuner, Fylkeskommune og Helse Sør- Øst. Dette utløser statstilskudd fra Buf.dir. Våre bidragskommuner er Elverum, Våler, Åmot, Engerdal, Trysil, Åsnes, Grue, Stor Elvdal og Nord Odal.

Nok. Elverum har et formelt samarbeid med voldtektsmottaket i Sykehuset Innlandet om psykososiale oppfølging etter voldtekt. Vi har et dynamisk læringsmiljø og evaluerer vår arbeidspraksis jevnlig og får gruppeveiledning av veileder via Falck BHT og har fagsamarbeid med psykomotorisk fysioterapeut. Vi har også tilgang til råd og veiledning via vårt samarbeid med RVTS Øst.

De fem ansatte har minimum treårig relevant høgskole/universitetsutdanning, samt en personlig egnethet som matcher senterets profil og filosofi. Vi er opptatt av tverrfaglighet og de ansatte har høy kompetanse innen sosialt arbeid, vernepleie, kriminologi, pedagogikk og traumerelaterte intervensjoner og forståelsesrammer. Foruten ulike videreutdanninger innen traumeforståelse har de ansatte også videreutdanninger og kursing innen psykisk helsearbeid, motiverende intervju, spesialpedagogikk, traumerelatert dissosiasjon, sanseprosesseringsvansker og sensorimotorisk psykoterapi. De ansatte er sertifisert til å ta sanseprofilering av ungdom og voksne. Ansatte kurses jevnlig i traumeforståelse og traumereaksjoner, SSA (seksuell skadelig atferd), og oppdaterte intervensjoner som anbefales i traumefeltet. KOR/FIT brukes som tilbakemeldingsverktøy i samtaler. De ansatte har alle VIVAT kurs i selvmordsforebyggende arbeid.

"Ingen skal oppleve seksuelle overgrep»

Likevel skjer det. Derfor er vi her. Sammen finner vi veien videre."