



# Faglig plattform

## Forord

Denne oppdaterte faglige plattformen beskriver hvordan brukere skal møtes når de kommer til et Nok.-senter.

Da vi i januar 2017 startet arbeidet med å lage en felles faglig plattform for medlemssentrene, var det første skritt i retning å sikre et likeverdig lavterskeltilbud for hele befolkningen.

Etter at plattformen ble ferdigstilt i 2018, har dette arbeidet fortsatt: vi har laget veiledere som beskriver utfordringer knyttet til det å være utsatt for hjelp – og barrierer for å oppsøke hjelp – blant spesielt utsatte personer. Bufdir har laget [en faglig veileder for sentrenes tilbud til barn](#) og vi har fått nytt navn og grafisk profil.

Siden det første senteret åpnet i Oslo i 1986 har 15 av landets sentre utviklet seg fra å være enkeltstående sentre, til å inngå i et faglig nettverk under samme paraply. Ved å tilslutte seg paraplyen får sentrene et felles faglig ståsted som utgjør rammeverket for sentrene sitt virke, sammen med retningslinjene fra Bufdir. Med en felles profil blir sentrene mer synlige som det hjelpetilbudet de er, og kan dermed nå ut til flere brukere.

Vi vet at det fremdeles er mange utsatte som ikke får ønsket hjelp for det de har vært utsatt for, og i Nok. jobber vi derfor kontinuerlig med å gjøre sentrene mer tilgjengelige for utsatte, pårørende og fagpersoner. Den faglige plattformen danner grunnlaget for dette arbeidet.

Oslo, 04. januar 2024

Ingvild Hestad Torkelsen  
Daglig leder, Nok. Norge

## 1.0 Åpenhet om seksuelle overgrep

Et overgrep vil si at et menneske krenker et annet menneskes rettigheter. Enhver seksuell handling utført mot noen som ikke gir, eller er i stand til å gi, sitt samtykke, og hvor handlingen medfører subjektivt ubehag, smerte, frykt eller annen opplevelse av krenkelse defineres som seksuelt overgrep.

Seksuelle overgrep innebærer med andre ord å lure eller påtvinge et annet menneske seksualitet som det ikke ønsker, eller er utviklingsmessig i stand til å gi sitt samtykke til.

Seksuelle overgrep kan skje uavhengig av alder, relasjoner og kjønn på overgriper og utsatt, og overfor barn kan overgrepet ofte være begått av en tillitsperson. Seksuelle overgrep kan også skje uavhengig av fysisk nærhet til overgriperen, for eksempel gjennom nettrelaterte overgrep. Sentrene legger vekt på åpenhet om seksuelle overgrep, og å bryte ned tabuer knyttet til det å være utsatt for seksuelle overgrep.

## 2.0 Sentrenes faglige grunnlag

### Hjelp til selvhjelp

Sentrene arbeider etter prinsippet om hjelp til selvhjelp. Det bygger på en grunnleggende respekt for at det finnes ressurser i alle mennesker som kan aktiveres, gjenerobres og mobiliseres når vi møter utfordringer som gjør livet vanskelig. Det er en anerkjennelse av at hvert enkelt menneske kjenner seg selv best, er aktiv i sin egen endringsprosess og kan leve et tilfredsstillende liv med utgangspunkt i egne forutsetninger.

Selvhjelp er en måte å håndtere utfordringer i livet på, og handler om den enkeltes egen innsats. Noen ganger trenger man også veiledning, fellesskap, støtte og verktøy for å mobilisere egne ressurser til selvhjelp. Ved sentrene handler hjelp til selvhjelp om å legge til rette for dette, og å støtte den enkeltes endringsprosess. Tilbudet tar utgangspunkt i personens egen forståelse av sin situasjon, og erkjennelsen av at en trenger hjelp ([Om sosiale tilbud, Nok.](#)).

Sentrene skal

- legge til rette for individuell oppfølging, hvor tilbudet skal være del av en endringsprosess for hver enkelt bruker
- legge til rette for brukermedvirkning, veiledet likemannsarbeid og samtalegrupper basert på likeverd og gjensidig hjelp
- bidra til å styrke den enkeltes selvomsorg, selvutvikling og selvverd

### Kunnskapsbaserte tilbud

Det skal ligge kunnskapsbaserte vurderinger til grunn for alle tilbud ved sentrene.

- Relevant og anerkjent forskningsbasert kunnskap skal innlemmes i vurderingen av tilbudene ved sentrene.
- Nytt forskningsbasert kunnskap skal innpasses med sentrenes praksis, kompetanse og erfaring og tilpasses brukerens individuelle situasjon.

### **Delingskultur**

Sentrene skal være preget av en delingskultur der vi både oppsøker og deler erfaringer og kunnskap om vårt felt for å sikre god utvikling og faglig kvalitet i tilbudene.

- Sentrene skal ha en delingskultur som preger samarbeidet sentrene imellom.
- Sentrene skal ha en delingskultur som preger samarbeidet med andre relevante instanser og organisasjoner.

### **Kompetanse**

Sentrene skal vektlegge både formell kompetanse, erfaring og personlig egnethet. Sentrene tilbyr tverrfaglig veiledning og gjør faglige vurderinger som krever relevant kompetanse om blant annet:

- seksuelle overgrep
- psykisk helse
- traumer og traumesensitiv omsorg
- system og hjelpeapparat
- juridiske forhold tilknyttet seksuelle overgrep

## **3.0 Tilbudet ved sentrene**

Sentrene er et tverrfaglig, gratis og lavterskel hjelpetiltak uten krav om henvisning. Sentrene skal fungere som et supplement til det offentlige hjelpeapparatet, og tilby råd, støtte og veiledning til de som har blitt utsatt for seksuelle overgrep og deres pårørende, etter prinsippet om hjelp til selvhjelp.

Utsatte og pårørende får tilbud om enesamtaler og gruppesamtaler basert på kunnskap om traumer og traumesensitiv omsorg, slik at de får mulighet til å bearbeide sine opplevelser. I tillegg driver sentrene med utadrettet virksomhet og forebyggende opplysningsarbeid mot kommuner, fagpersoner, barn og ungdom i skoler og barnehager, og mot samfunn og media.

- Kjernetilbudet ved sentrene er enesamtaler, gruppetilbud, sosiale tilbud og forebyggende opplysningsarbeid.
- Tilbudet er primært for voksne personer og ungdom over 16 år.
- Alle brukere ved senteret skal møtes med respekt og likeverd. Hjelp til selvhjelp bygger på en grunnleggende forståelse av at alle innehar ressursene som skal til for å mestre eget liv og utvikling.
- Alle tilbud ved sentrene skal være kunnskapsbaserte, og utarbeidet på bakgrunn av faglige vurderinger innenfor en traumesensitiv ramme.
- Tilbudet skal være tilgjengelig for alle i målgruppen, og alle sentrene skal tilby enesamtale over telefon.
- Tilbudet ved sentrene er et supplement til det offentlige hjelpeapparatet, og skal ikke være til hinder for at brukeren benytter seg av nødvendig behandling i det offentlige helsevesenet.
- Sentrene skal legge til rette for brukermedvirkning gjennom systematiske brukerevalueringer.
- Sentrene kan gi et tilpasset tilbud til barn når ressurser og faglige hensyn tillater det.

- Ansatte ved sentrene har taushetsplikt, og alle ansatte ved sentrene skal ha signert en taushetserklæring. Brukere av sentrene skal alltid opplyses om taushetsplikten og unntakene fra denne (se Lover og regler, [Opplysningsplikten](#) og [Avvergeplikten](#)).
- Alle sentre som registrerer og lagrer opplysninger som kan knyttes til enkeltpersoner (personopplysninger), skal ha egne rutiner for behandling av personopplysninger og følge gjeldende personopplysningslov (se Lover og regler, [Personopplysningsloven](#)).
- Sentrene må innhente samtykkeerklæring før de noterer personopplysninger (se Lover og regler, [Personopplysningsloven](#)).
- Alle ansatte ved sentrene må vise politiattest (se Lover og regler, [Politiregisterloven](#)).

## 4.0 Likeverdig tilbud over hele landet

### Tilgjengelighet

Sentrene etterstreber å være tilgjengelige for alle utsatte og pårørende som har behov for råd, veiledning og støtte, uavhengig av hvor i landet de bor. Alle brukere ved senteret skal møtes med respekt og likeverd. Kjønn, legning, alderdom, funksjonsnivå, økonomi, språk, sosial, religiøs eller etnisk tilhørighet skal ikke være til hinder for at utsatte og pårørende skal få kjennskap til, eller benytte seg av tilbudet ved sentrene.

### Tilpasset tilbud

Sentrene skal tilpasse tilbudet for det mangfoldet som alle kjønn, personer med nedsatt funksjonsevne, eldre og minoriteter utgjør.

- Sentrene skal tilpasse tilbudet både fysisk og digitalt, og i øvrig kommunikasjon for å gjøre det tilgjengelig for alle.
- Sentrene skal ha faglig kunnskap om, og forståelse for, hvilke kulturelle forhold, barrierer og fordommer som kan medføre at nevnte mangfold kan oppleve spesielle utfordringer tilknyttet det å være utsatt for seksuelle overgrep, eller å oppsøke hjelp.
- Sentrene skal ha relevant kompetanse, et tverrfaglig tilbud til alle, og bidra til å fremme likestilling. Sentrene retter seg etter likestillings – og diskrimineringsloven (se lover og regler, [Likestillings – og diskrimineringsloven](#)).
- Sentrene skal oppsøke samarbeid med ulike relevante organisasjoner og instanser som har kompetanse om, og kan gi råd om, tilrettelegging av tilbudet.
- Sentrene skal drive med opplysningsarbeid for å bryte ned tabuer, myter og fordommer knyttet til det å være utsatt for seksuelle overgrep.

## 5.0 Tilpasset tilbud til barn under 18 år

Sentre som har tilbud til barn under 18 år har et særlig barnefaglig ansvar.

- Sentrene skal inngå i faglige samarbeid med barnevernet, i tillegg til andre relevante hjelpeinstanser som fastlege, spesialisthelsetjeneste, Barnehus og BUP.
- Sentrene skal bidra til at barnet får nødvendig oppfølging fra disse tjenestene, og kommunisere til samarbeidspartnere, brukere og foresatte at senteret er et supplement til det offentlige hjelpeapparatet.

- Sentrene omfattes av opplysningsplikten i henhold til barnevernlovens § 6-4 (se Lover og regler, [Opplysningsplikten](#)).
- Sentrene skal som hovedregel informere omsorgsgiver når barnet er under 16 år (se Lover og regler, [Pasient – og brukerrettighetsloven](#)).
- Sentre som har et tilbud til barn under 16 år, skal ha barnefaglig kompetanse, og skriftlige rutiner som sikrer at barn blir ivaretatt i henhold til gjeldende lover (Se Lover og regler [Tilbud til barn](#)).

## 6.0 Utadrettet virksomhet

Utadrettet virksomhet og forebyggende arbeid er en del av kjernetilbudet, og sentrene driver med opplysningsarbeid rettet mot fagpersoner, barn og ungdom i skoler og barnehager, og mot samfunn og media. En viktig del av dette arbeidet er også å markedsføre tilbudet ved sentrene overfor kommunene. Arbeidet skal være preget av samarbeid og kompetansedeling med relevante fagmiljøer, både lokalt og nasjonalt.

- Sentrene har kompetanse på arbeid med overgrepssproblematikk, og skal dele av sin kunnskap for å bidra til et godt forebyggende opplysningsarbeid over hele landet.
- Sentre som driver forebyggende opplysningsarbeid rettet mot barn og unge, skal samarbeide om å lage likeverdige og kvalitetssikrede opplysningstilbud over hele landet, og utarbeide pedagogiske og didaktiske rammer for arbeidet.
- Sentre som driver med opplysningsarbeid rettet mot barn og ungdom i skoler og barnehager skal ha klare rutiner for samarbeid og oppfølging med gjeldende skole, barnehage eller helsesykepleier.
- Opplysningsarbeid og undervisning rettet mot barn og unge krever barnefaglig kompetanse og undervisningskompetanse.
- Sentrene skal gjennomføre systematiske brukerevalueringer av opplysningsarbeidet.

## 7.0 Samarbeid med andre tjenester og kompetansemiljøer

Samarbeid med andre tjenester og kompetansemiljøer er en viktig del av sentrenes virksomhet, og en forutsetning for at sentrene skal kunne fylle rollen som et supplement til hjelpeapparatet. Samarbeid krever tydelig rolleforståelse overfor øvrig hjelpeapparat.

- Sentrene har et ansvar for å definere og tydeliggjøre grensene for sin virksomhet, og avklare sin rolle som supplement til hjelpeapparatet i møte med brukere, andre tjenester og kompetansemiljøer.
- Sentrene skal bidra til å sikre brukerne god og samordnet bistand gjennom systematiske samarbeid med andre relevante tjenester.
- Sentrene skal ha oversikt over relevante tjenester, organisasjoner, samarbeidsparter og kompetansemiljøer i sine kommuner.
- Sentrene bør ta initiativ til å inngå skriftlige overordnede avtaler med relevante instanser som fastsetter kontaktpersoner og avklarer ansvar og samarbeid.
- Sentrene skal benytte seg av både interne og eksterne veiledere, for eksempel i samarbeid med Regionalt ressurscenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS) for å sikre god kompetanseutvikling.