

VERKSEMDSPLAN 2017-2021

smiso

Senter mot incest og seksuelle overgrep
Sogn og Fjordane



INNHold

1	Forankring	4
2	Innleiing	4
3	Stiftinga sitt føremål og virkefelt	4
3.1	Økonomiske rammevilkår	5
3.2	Struktur, fundament og retningslinjer.....	5
3.3	Verdigrunnlag og etikk	6
3.4	Fagleg plattform	6
3.4.1	Sjølvhjelp	6
3.4.2	Brukarmedverknad	6
3.4.3	Brukargruppa.....	6
4	Våre tilbod.....	7
5	Hovudsatsingsmål for planperioden 2016-2021	9
5.1.1	Satsingsmål 1.....	9
5.1.2	Satsingsmål 2.....	9
6	Mål og tiltaksplan.....	9

1 FORANKRING

Planen for verksemda er forankra i ”Vedtekter for senter mot incest og seksuelle overgrep Sogn og Fjordane” (sist vedtatt 15.02.2012).

Det er og tatt utgangspunkt i føringar frå Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet (BLD), Fellesskap mot seksuelle overgrep (FMSO) og St.meld. nr 13 (2004-2005) «Om incestsentra - tilbod, finansiering og forvaltning».

2 INNLEIING

Planperioden er frå januar 2017 til januar 2021.

I denne planen går vi først inn på nokre hovudtrekk i vår organisasjon: Som føremål, virkefelt, økonomi, struktur, verdigrunnlaget og etikken til senteret, den faglege plattformen som senteret har med sjølvhjelp og brukarmedverknad. I arbeidet med denne verksemdsplanen har vi utarbeida fire hovudmål, kvart hovudmål har fleire delmål som igjen fører til ulike tiltak.

Til planen er det nokre vedlegg: Rundskriv 10/2016 – Regelverk for statleg tilskot til sentre mot incest og seksuelle overgrep og ressurscenter mot valdtekt, vedtekter for senter mot incest og seksuelle overgrep Sogn og Fjordane, faglege plattform og årshjulet for Smiso SF. Vedlegga er web basert, <http://www.smiso-sf.no>.

Smiso vart etablert i Sogn og Fjordane i 2012, og opna for brukarar 8.oktober same år. Sentera i Hordaland og Møre og Romsdal opplevde stor pågang av brukarar frå Sogn og Fjordane og såg behovet for eit eige senter i fylket.

Smiso SF held til i Hornnesvegen 1, og har Førde kommune som vertskommune. Vi er ein privat stifting med eige styre som er senteret sitt øvste organ. Smiso SF er tilslutta FMSO, Fellesskap mot seksuelle overgrep.

Sogn og Fjordane er eit vidt geografisk fylke og vi er opptekne av å nå ut til alle.

Vårt motto er incest skal talast i hel – ikkje teiast i hel...

3 STIFTINGA SITT FØREMÅL OG VIRKEFELT

Vedtekter for senter mot incest og seksuelle overgrep Sogn og Fjordane §2 har følgjande føremål og virkefelt:

2.1 Gje hjelp til sjølvhjelp – støtte og råd til barn og vaksne som har vert utsett for incest og seksuelle overgrep, deira familiar og private og offentlege nettverk.

2.2 Skal kjempe mot og førebyggje seksuelle overgrep ved å synleggjere og motarbeide forhold i samfunnet som legitimerer, underbyggjer og opprettheld overgrep.

2.3 Skal arbeide for å spreie kunnskap om incest og seksuelle overgrep og incest/overgrepsette sin situasjon ved informasjon og kunnskapsformidling.

2.4 Skal vere eit lågterskeltilbod utan krav til tilvising.

2.5 Skal samarbeide med offentlege hjelpeapparat og andre aktører som arbeider med overgrepssproblematikken.

2.6 Skal i sitt arbeid vere partipolitisk nøytrale og ikkje vere tilknytt bestemte organisasjonar eller trussamfunn.

3.1 Økonomiske rammevilkår

Hovudmål er å sikre senteret ei forutsigbar drift.

Vi er eit ikkje lovpålagt tilbod. Dei økonomiske tilskota frå kommunar, helseføretak og fylket dannar grunnlag for statlege tilskot med ein fordelingsnøkkel på 4 gonger statstilskot for desse.

I etableringsåret 2012 var 21 av 26 kommunar i Sogn og Fjordane med å gje driftsmidlar til Smiso SF. I 2016 er 25 av kommunane med å gje driftsmidlar til senteret.

Kommunane bidrar i dag med kr 5 pr innbyggjar. Vi er spent på om Smiso SF si drift vert påverka i samband med den framtidige kommunesamanslåinga.

Ein føresetnad for å ta imot statstilskot er at senteret nyttar godkjende registreringskjema, og følgjer rutinar og fristar for registrering og innrapportering til Sentio Research AS, på oppdrag frå Buf-dir.

Vi er gjennom sentrale retningslinjer pålagd føring av rekneskap etter Norsk Standard og årsrevisjon av autorisert revisor.

3.2 Struktur, fundament og retningslinjer

Smiso SF er organisert som ein privat stifting, med eit styre som er senteret sin arbeidsgjevar og øvste organ.

Senteret vert leia av ein dagleg leiar, som står ansvarleg ovanfor styret.

Dagleg leiar skal sjå til at senteret fungerer forsvarleg, og sjå til at dei vedtak styret fattar blir satt ut i drift.

Sentrale retningslinjer er ein viktig del av rammeverket for senteret .

Smiso SF ønskjer å vere ein dynamisk organisasjon. Vi vil at senteret heile tida skal ha evne til og vere under utvikling ut frå samfunnsmessige krav, ny forskning innan fagfeltet og tilpasse hjelpetilbod til senterets målgrupper ut frå behov og forventningar.

Senteret er eit lågterskeltilbod og opent for alle. Dette inneber at det ikkje er behov for tilvising frå lege eller anna offentleg hjelpeapparat for å ta kontakt med oss.

Smiso SF driv ikkje behandling, men er eit supplement til det offentlege hjelpeapparatet.

Tilbodet er gratis og vi har ingen journalføring.

3.3 Verdigrunnlag og etikk

Smiso SF er nøytrale når det gjeld religion, politikk og livssyn. Alle menneske er likeverdige og skal behandlast med respekt. Ingen skal krenkast på grunnlag av kjønn, kjønnsidentitet, seksuell legning, etnisk bakgrunn, religion, politisk oppfatning, funksjonshemming eller sosial status.

I alle samanhengar der vi representerer Smiso SF skal vi framstå på ein måte som inngjev til tillit og skapar eit positivt omdømme. Tilsette skal vere lojale ovanfor eiga arbeidsplass.

Smiso SF forventar ein bevisst etisk haldning og praksis som igjen speglar sentrets vedtekter, verdigrunnlag og ideologi blant tilsette og styret. FMSO har også vedtatt etiske retningslinjer som vi etterlever.

3.4 Fagleg plattform

Smiso SF inngjekk i styrevedtak saksnr 15\12 ein intensjonsavtale med FMSO om å vere forankra i den felles faglege plattformen.

Formålet med den faglege plattformen er at FMSO og medlemssentra skal ha eit felles fagleg ståstad basert på profesjonalitet og eit godt kvalitetstilbod for brukarane.

3.4.1 Sjølvhjelp

Senteret arbeidar etter metoden hjelp til sjølvhjelp: «Sjølvhjelp er å ta tak i eigne moglegheiter, finne fram til eigne ressursar, ta ansvar for eige liv og sjølv styre livet i den retninga ein ønskjer. Sjølvhjelp er å setje i gang ein prosess frå passiv mottakar til aktiv deltakar i eige liv».

3.4.2 Brukarmedverknad

I praksis byggjer brukarmedverknad på likeverd, respekt og kunnskap, samt at man har ein tru på at brukarane kan sjå eigen situasjon, sine moglegheiter og ressursar. Brukarmedverknad kan difor i seg sjølv ha ein terapeutisk effekt.

Ved Smiso SF søker vi å ivareta brukarmedverknadsperspektivet på individ- og organisasjonsnivå.

Brukarane har sin eigen representant i styret. Brukarrepresentanten har forslag- og stemmerett på lik linje med dei andre medlemmane i styret. Brukarane har også eit fast punkt på kvart styremøte, der dei kan ta opp sine saker.

3.4.3 Brukargruppa

Smiso SF er eit tilbod til:

- Alle menn og kvinner som har opplevd incest eller seksuelle overgrep.
- Partnerar og pårørande til overgrepsutsette.
- Offentleg hjelpeapparat, skule og andre som har behov for rådgjeving og informasjon om seksuelle overgrep.

4 VÅRE TILBOD

Einesamtalar

Alle nye brukarar får ein einesamtaler med ein av dei tilsette ved første gangs kontakt. I denne samtalen vert vidare bruk av senteret kartlagt saman med brukaren. Vi tilbyr einesamtalar på telefon, på senteret og på heimplassen når vi er ute på andre reiser/oppdrag i fylket.

I einesamtalane kan vi tilby bruk av samtaleverktøyet ”KOR” klient og resultatstyrt praksis, dette er meint å kvalitetssikre samtaletilbodet, samt sikre brukarmedverknad på individnivå.

Fellesskap

På senteret kan brukarane møte andre i same situasjon, dette kan gje tryggleik og positiv sjølvkjensle.

Innomstikk

Innomstikk er besøk utan faste avtalar for brukarar som over tid har nytta seg av onesamtalar.

Senteret er opent for innomstikk tre dagar i veka frå kl 10-15, der den eine dagen er turdag.

Nettverkssamtalar

Vi gjev tilbod om nettverkssamtalar. Det kan vere samtaler med partnerar og eller familievennenettverk og hjelp til å samtale med andre instansar. Vår hovudtanke med tilbodet om nettverksamtaler er å hjelpe brukaren til større openheit der brukaren sjølv har kontroll og eit ønskje om det.

Telefonkontakt

Vi gjev tilbod om rettleiing, hjelp og støtte på telefon til alle som har vore utsett for incest og seksuelle overgrep. Vi gjev og dette tilbodet til pårørande, nettverk og fagpersonar.

Alle som ønskjer det, kan ta kontakt anonymt, og ingen treng tilvising for å kontakte oss.

Telefonen er open alle kvardagar mellom kl. 09.00 – kl.15.00.

Det er også mogleg å ringje mobiltelefon og leggje igjen ein melding på mobiltelefonen til senteret.

Ut over dette er det den Landsdekkjande døgnopne telefonen for incestutsette og seksuelt misbrukte som har tlf nr. 800 57 000 som kan kontaktast.

Sjølvhjelpsgrupper

Sjølvhjelpsgrupper er ein arena der utsette eller pårørande møter andre i same situasjon, og finn støtte i korleis dei opplever situasjonen og handterer utfordringar og problem. Gruppene skal støtte kvarandre i den rolla dei har fått, og auke deira evne til å ta vare på seg sjølv. Gruppene byggjer på gjensidig respekt, likeverd, toleranse og på ein aktiv deltakarrolle.

Sjølvhjelpsgruppene på senteret skal ha ein eigen igangsetjar for å setje rammer og struktur i gruppa.

Temakveldar

Det vert arrangert temakveldar på senteret. Tema vert bestemt i samråd med brukarane.

Aktivitetstilbod

Vi gjev tilbod om ulike aktivitetar til brukarane av senteret, som til dømes trening, turar, baking og formingsaktivitetar.

Samarbeid med hjelpeapparatet

Vi har eit tett samarbeid med hjelpeapparatet i heile fylket der vi deltek og bidreg i samband med fagdagar, kurs og andre samarbeidsforum.

Informasjons- undervisnings- og føredragsoppdrag

Vi tek på oss ulike informasjons- undervisnings- og føredragsoppdrag. Dette er viktig for å arbeide førebyggjande og auke kompetansen rundt incest og seksuelle overgrep.

Juridisk rådgjeving

Smiso SF har inngått eit samarbeid med advokatfirma Blikra, Slotterøy & Fonn AS. Dei gjev tilbod til brukarar ved senteret om juridisk bistand. Tilbodet er gratis for brukarane.

Samtale med sexolog

Smiso SF har også inngått samarbeid med sexolog. Seksualitet kan for mange som har opplevd overgrep by på utfordringar, og det kan vere vanskeleg å skilje eiga seksualitet frå overgrepa, fordi mange ikkje har ein oppleving av å eige si eiga seksualitet. Ved å jobbe med temaet kan ein få eit bra, godt og sunt forhold til seg sjølv og eiga seksualitet.

Mindfulness

Brukarrepresentanten vår er pådrivar for bruk av mindfulness på senteret. Mindfulness er eit sett med øvingar for å trene opp våre ”mentale musklar”, mindfulness er også ei haldning til livet som gjev meir ro og balanse i ein stressande kvardag. Å lære seg mindfulness kan vere ei god investering i eige liv. Det er ikkje ein rask løysing på alle våre utfordringar, men snarare ein slags styrketrening for psyken som på lengre sikt vil auke livskvalitet på mange områder. Det viser seg at mindfulness kan auke både sosial intelligens, emosjonell intelligens og gje oss meir ro og nærvær i eige liv, og ein kan kanskje oppnå meir med mindre stress. Brukarane på senteret har altså funne mange gode grunner til å interessere seg for mindfulness. Her kan dei som ønskjer «droppe» inn og ut slik dei vil. Det er viktig at dette ikkje er nok eit krav i kvardagen.

Massasje

Mange av brukarane slit med ulike kroppslege plagar. Vi jobbar mykje med at den einskilde skal få ei forståing av samanhengen mellom kroppslege plagar, spent tilstand og traumatiske opplevingar. Ei av dei tilsette på senteret er utdanna idrettsmassør, og har fleire års erfaring med å massere menneske med ulike traume. Mange har eit vanskeleg forhold til eiga kropp og kroppsleg nærleik til andre personar. Dette er ei av dei viktigaste årsakene til at kroppen spenner seg, og må difor takast særleg omsyn til. Erfaringane våre er at om brukarane blir trygg i massasje situasjonen og til eiga kropp, reduserast den spente tilstanden og dei kroppslege plagene. Gjennom aktiv medverking utviklar brukarane ein større grad av sjølvstyring og fridom i forhold til eiga kropp.

Vi har og ein massasjestol som brukarane kan nytte seg av når dei ønskjer.

5 HOVUDSATSINGSMÅL FOR PLANPERIODEN 2016-2021

5.1.1 Satsingsmål 1

Smiso SF skal vere eit senter med høg fagleg kvalitet og tillit. Vi skal vere pålitelege og tilgjengelege, slik at personar utsett for seksuelle overgrep, pårørande og ulike hjelpeinstansar får eit kvalitativt godt tilbod om hjelp og støtte.

5.1.2 Satsingsmål 2

Smiso SF skal drive med førebyggjande arbeid og opplysningsarbeid, slik at kunnskap om seksuelle overgrep vert auka. Vidare at tal på overgrep reduserast, pågåande overgrep vert stoppa og tal på overgripingar vert redusert.

6 MÅL OG TILTAKSPLAN

Målsettingar for planperioden 2017-2021

Hovudmål 1

Vi skal vidareutvikle tilbodet til brukarane, slik at kvar einskild brukar vert ivaretatt ut frå sin situasjon og kan nytte seg av hjelp til sjølvhjelp.

Delmål

- 1.1 Vi skal evaluere innomstikk, både tid og innhald, for at alle som brukar innomstikk skal bli ivaretatt.
- 1.2 Vi skal skape meir struktur i einesamtalane, slik at vi kan gje best mogleg hjelp til kvar einskild.
- 1.3 Vi skal inngå eit tettare samarbeid med andre instansar rundt einskilde brukarar for å samkøyre og gje best mogleg hjelp.

Tiltak

- Utarbeide nye rutinar for innomstikk.
- På einesamtalar kartlegg vi innomstikk i samråd med brukaren.
- På einesamtalar kartlegg vi nettverk og evt andre hjelpearar.
- Bruke B-skjema for å få ein oversikt over kva aktivitet brukarane har nytta seg av på innomstikk.
- Utarbeide nye rutinar for einesamtalar.
- Lære oss nokre nye verktøy for einesamtalar.
- Ta i bruk nokre nye verktøy i einesamtalar.
- Ta initiativ til samarbeidsmøte med andre instansar.

Hovudmål 2

Vi skal spreie kunnskap og informasjon om seksuelle overgrep til barn, fagpersonar og andre, slik at ein førebyggjer og avdekkjer overgrep, og at færre barn vert utsett.

Delmål

- 2.1 Vi skal kvart år nå ut til alle barn på 6.trinn i fylket med den førebyggjande undervisninga vår.
- 2.2 Vi skal nå ut til alle barnehagetilsette i fylket med kunnskap og informasjon.
- 2.3 Vi skal nå ut til nye instansar enn tidlegare med foredraga våre.
- 2.4 Vi skal bidra til å skape mange modige vaksne i fylket vårt som ser barna.
- 2.5 Vi skal nå ut til bebuarane på asylmottaka i fylket med foreldrerettleiing om seksuelle overgrep.
- 2.6 Vi skal bidra til at russen får sunne haldningar i russetida, slik at russetida vert ei positiv tid.

Tiltak

- Halde på dei rutinane vi har ut mot grunnskulen.
- Ha og oppretthalde kontakt med alle skule-helsesyster i fylket.
- Kontinuerleg relasjonsarbeid ut mot samarbeidspartar.
- Utarbeide kortare føredrag.
- Utarbeide rutinar for korleis ein kan nå ut til alle barnehagetilsette.
- Kvalitetssikre foredraget om foreldrerettleiing til bebuarane på asylmottaka.
- Vi tek kontakt med asylmottak i fylket og tilbyr førebyggjande informasjon til bebuarane.
- Vi skal utarbeide ein prioriteringsoversikt over kven vi ønskjer å nå ut til med vårt førebyggjande arbeid i denne planperioden.
- Ha stands når vi er på kurs/foredrag i fylket.
- Vi skal utarbeide eit førebyggjande informasjons opplegg til russen.
- Vi skal halde appell til russen i fylket.
- Vi skal møte russestyra og snakke om blant anna russeknutane og russetida.

Hovudmål 3

Vi skal ha ei personalgruppe som opplev fagleg vekst og trivsel, slik at brukarane, hjelpeapparat og ulike instansar opplev at vi er ein ressurs med spisskompetanse i arbeidet mot incest og seksuelle overgrep.

Delmål

- 3.1 Vi skal til ei kvar tid vere oppdatert og tileigne oss nødvendig fagleg kunnskap.
- 3.2 Vi skal ha eit arbeidsmiljø der vi lyttar til kvarandre, viser kvarandre respekt og tillit, og spelar på lag slik at heile teamet lukkast.
- 3.3 Vi skal vere ein profesjonell aktør og ressurs for andre instansar i fylket.

Tiltak

- Kartlegge kompetansebehov hos dei tilsette.
- Utarbeide ein plan for å få gjennomført kompetansebehova.
- Utarbeide ein struktur for morgonmøta.
- Ha morgonmøte minst ein gong i veka for å planlegge minst ei veke framover.
- Utarbeide ei liste over aktuelle aktørar som held kurs/foredrag.

- Ein av oss tilsette skal til ei kvar tid vere oppdatert på kva kurs/foredrag som kan vere aktuelle for oss.
- Lese og legge fram for kvarandre aktuell faglitteratur.
- Sjå aktuelle filmar.

Hovudmål 4

Vi skal marknadsføre oss, slik at vi når ut med god informasjon om senteret og tilboda vi har.

Delmål

- 4.1 Vi skal fornye deler av informasjonsmateriellet vårt
- 4.2 Vere aktive ut mot media.

Tiltak

- Utarbeide ny brukarbrosjyre
- Få profesjonell hjelp til utforming og layout på brosjyrar
- Utarbeide informasjonsbrosjyre om kva vi kan tilby av førebyggjande arbeid.
- Bruke sosiale media til å legge ut aktuell informasjon og artiklar.
- Gjennomgang av heimesida vår, gjere eventuelle endringar og tilføyningar.

Loen, 01. desember 2016

Chatrine Elholm
Dagleg leiar

Trude Merete Lundekvam
Tilsett representant