

Bosenteret ved Oslo Krisesenter



Innhold

Bosenterets organisasjonskart	5
Bosenterets ytre miljø	6
Velkommen til Bosenteret	8
Målgruppe	8
Faglig perspektiv.....	8
Relasjon og relasjonskompetanse.....	9
Verdigrunnlag.....	9
Hva er vold.....	10
Mottak.....	12
Lavterskeltilbud	12
Mottaksteamet ved Oslo Krisesenter	12
Mottakssamtalen	12
Oslo krisesenter for menn.....	13
Bosenteret.....	14
Brukerperspektiv	14
Hvordan vil vi at brukerne skal oppleve Krisesenteret?	15
Hva gjør en hovedkontakt?	15
Oppfølging i botiden.....	15
Henvisning til videre hjelp.....	15
Opplysningsplikt til barnevernet	16
Faglig tilnærming til arbeid med kvinner og menn på Bosenteret	17
Empowerment.....	17
Miljøterapi.....	18
Hva legger vi vekt på i vårt miljøarbeid?	18
Motiverende intervju som samtalemetode	18
Samtale om volden.....	20
Forskjellige faser.....	20
Hvordan forholde seg til ambivalens	22
Voldens dynamikk	22
Avslutningssamtale	22

Fokus i samtaler og miljøarbeid med traumatiserte kvinner og menn	23
Hva vektlegges ved kartlegging.....	23
Stabilisering	23
Grunning.....	24
Gjenoppta livet	24
Den indre veggen	25
Barn og Ungdom på krisesenteret	26
Tilnærming til arbeid med barna på krisesenteret	26
Hvordan møte foreldrerollen i krise.....	27
Hvordan møte barn i krise.....	28
Hvordan vil vi at barn skal oppleve Krisesenteret?	28
Hva gjør en hovedkontakt?	29
Faglig tilnærming i arbeidet med barn og unge	29
Traumebevisst omsorg (TBO).....	30
Arbeid med mor/far og barn på ulike alderstrinn.....	33
Hvordan jobbe med mor/far og sped- og småbarn 0-3 år?	33
Hvordan jobbe med barn i aldersgruppen 3 – 7 år?	35
Hvordan jobbe med barn i aldersgruppen 7-12 år?.....	36
Hvordan jobbe med ungdom i aldersgruppen 13-18 år?.....	37
Samtaler med barna	39
Utviklingsstøttene dialog med barna	39
Forhold ved oss selv påvirker samtalen med barnet	39
Viktige elementer å ta hensyn til i samtaler med barn	39
Spesielle tilnærminger.....	39
Ulike samtaler.....	40
Miljøterapi.....	41
Hva legger vi vekt på i vårt miljøarbeid med barna og deres mor/far?.....	41
Pedagogisk tilbud til de minste	41
Undervisningstilbud til barn i skolealder	42
Tilbud til barn og deres foreldre som oppholder seg på Oslo Krisesenter	43
Krav til bemanning og ansattes kompetanse.....	44

Internkontroll	45
Samarbeid med andre, profesjonelt nettverk.....	46
Mål for samarbeidspartnere	46
Litteraturliste.....	47

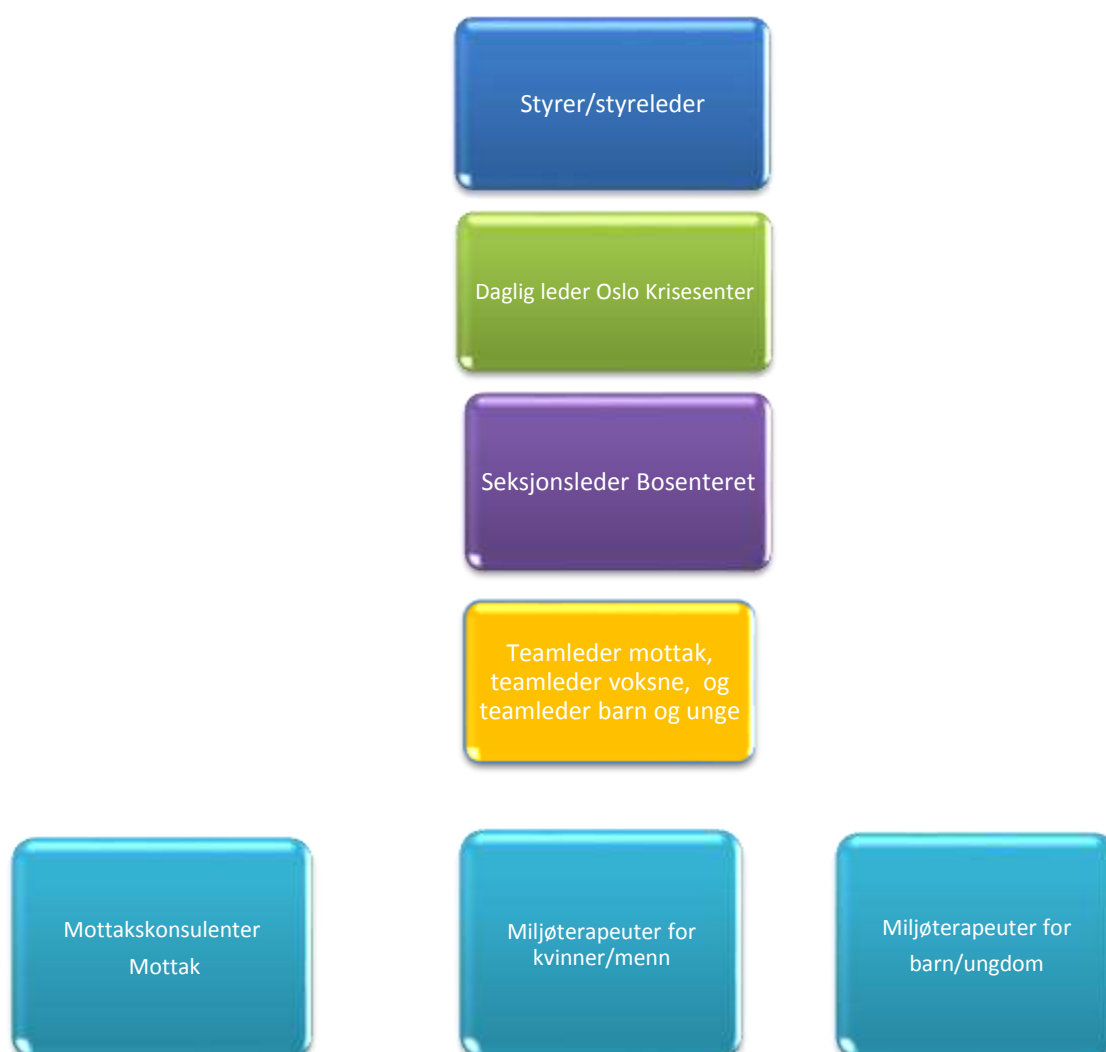
Bosenterets organisasjonskart

Bosenteret er en avdeling på Oslo Krisesenter der kvinner og barn bor i en periode hvor de trenger hjelp og beskyttelse.

Krisesentertilbudet for menn befinner seg i andre lokaler, men er administrativt lagt under Bosenteret.

Mottak er en egen avdeling som jobber med kartlegging, mottak og inntak på tvers av alle avdelinger. Mottaket holder til på Oslo Krisesenter.

Organisasjonskart:



Bosenterets ytre miljø

- **Beboerrom.** Det finnes 26 rom for kvinner og barn. Så langt det lar seg gjøre, får mødre og barn rom i samme etasje hvor det er spesielt tilrettelagt for barn. Alle familier får et eget rom. Rommet består av senger (fra 3 til 5), klesskap, bord og stoler. Alle rom har også et eget kjøleskap med fryser. Alle rom er også utstyrt med dyner, puter, sengetøy, håndklær og speil.
- **Kjøkken.** Det finnes til sammen 3 kjøkken. Kjøkkenet er utstyrt med komfyr, oppvaskmaskin og alt som trengs av servise, bestikk, kokekar og stekepanner. Kjøkkenet blir brukt til å lage mat enkeltvis eller i fellesskap. De aller fleste velger også å innta måltidene på felleskjøkkenene.
- **Stuer.** Det er 3 fellesstuer i tillegg til et felles oppholdsrom. Stuene er utstyrt med sofagrupper, bokhyller og langbord med benker/ stoler. I tillegg er det TV og dvd spiller. I felles oppholdsrommet er det en speilvegg, et bordtennisbord, et fotballspill og en systue.
- **Ungdomsrom.** Ungdomsrommet er utstyrt med sofa, TV, DVD og ulike spill.
- **Lekse og datarom.** Her er det utstyrt med datamaskiner til leksebruk og til generelt bruk av internett. Dette er viktig for at ungdom skal kunne opprettholde kontakt med venner og ikke falle utenfor i sitt sosiale nettverk.
- **Lekerom.** Lekerommet er utstyrt med leker for barn i alle aldre. Vi har babyleker, dukker m/tilbehør, kjøkkenkrok, byggeklosser, biler, tegne/malesaker, bøker m.m. Rommet er stort og veggene er dekorert av profesjonelle tegnere/ malere.
- **Motorikkrom.** Her er det utstyrt med klatrevegg, svinghusker, madrasser og store puter som kan brukes til bygging, lek og utfoldelse
- **Undervisningsrom.** Bord, stoler og undervisningsmateriell.
- **Samtalerom for brukere.** Vi har flere samtalerom og samtalerom som også er spesielt tilrettelagt for barnesamtaler.
- **Møterom.** Det er flere egne møterom som brukes til samtalerom for brukere og til møter med ulike instanser rundt familiene.

- **Terrasse.** Det er en stor felles takterrasse. Denne er utstyrt med bord og stoler. Det blir tatt ut uteleker til lek og utfoldelse tilpasset årstidene. Terrassen ligger skjermet for innsyn.
- **Lager.** Vi har eget lekelager og kleslager med klær til barn og voksne i ulike aldre og årstider. Vi er så heldige at vi har mange organisasjoner, kleskjeder og privatpersoner som donerer klær og leker til Oslo Krisesenter.
- **Vaskerom.** Vi vaskerom i hver etasje med vaskemaskin og tørketrommel. I tillegg er det et vaskelager hvor man kan låne vaskeartikler og utstyr til rengjøring.
- **Kontorer.** Det er 4 kontorer for personalet fordelt på 2 etasjer. Et for seksjonsleder og 3 for hovedkontaktene. 2 av kontorene blir også brukt som miljørom, møterom, både med brukere og internt.
- **Dekorering.** I noen fellesrom henger det bilder av, eller det malt direkte på veggen av kunstneren Bjørg Thorhallsdottir. Dette er gitt som gave av kunstneren selv.

Velkommen til Bosenteret

Målgruppe

Oslo Krisesenter skal ta imot voksne og barn som er utsatt for vold i nære relasjoner, i henhold til "Lov om kommunale krisesentertilbud". Med «nær relasjon» tenker vi partner, samboer, ektefelle, foreldre, barn eller annen nær familie.

Krisesenteret skal være et lavterskeltilbud uten krav om timebestilling eller henvisning.

Faglig perspektiv

Bosenteret har valgt å bygge grunnlaget i arbeidet med våre brukere gjennom et interaksjonistisk perspektiv. Dette perspektivet bygger på samfunnsskapelig virksomhet og er en måte å forstå den sosiale virkeligheten på.

I dette perspektivet ses mennesket som sosialt aktivt handlende ut fra den situasjon en definerer en er i, og gjennom interaksjon med sine omgivelser og mennesker i den.

Perspektivet har aspekter vi mener er vesentlige for å forstå hverdagen og mennesket med alle dens variasjoner.

Utdypning av sentrale begreper som kjennetegner perspektivet:

- **Definisjon av situasjonen.** Enhver definerer situasjonen på sin måte, ut fra sin bakgrunn, sine erfaringer, interaksjonen m.m. Dette er en kontinuerlig prosess i lys av nye erfaringer vi gjør oss. Hvordan vi definerer situasjonen er avgjørende for hvordan vi handler.

- **Interaksjon.** Man interagerer både med andre og seg selv. Når man interagerer med andre forholder man seg ikke bare til det personen sier, men også ens egen tolkning av det som blir sagt. Det er denne tolkningen en gir tilbakemelding på når en svarer. Vi speiler oss i andre og deres tolkning av oss. Dette får betydning for vårt selvbilde.

- **Aktivitet.** Mennesket er aktivt handlende. Dette innebærer at mennesket endrer seg hele tiden, og at alt foregår som kontinuerlige prosesser gjennom interaksjon med andre, med seg selv og sine omgivelser.

Dette perspektivet mener vi gir oss et utgangspunkt for å forstå vold og overgrep mot de kvinner, menn og barn som kommer til Oslo Krisesenter. Man kan også si at deler av perspektivet utgjør en ganske god verktøykasse for å analysere og forstå brukernes atferd og følelser i den situasjonen de er i. I tillegg gir perspektivet oss et utgangspunkt for å forstå voldsutøvers handlinger. Selv om vi kan ha en forståelse av volden, vil ikke det si det samme som å akseptere handlingen. Det at vi tror på endring, og legger vekt på motivasjon til endring, er ikke basert på at man kan forandre andre, men basert på de endringene man gjør

i seg selv. Dette vil få betydning for hvilke valg man tar, hvordan man handler videre og hvordan man ser på sine relasjoner.

Relasjon og relasjonskompetanse

Bosenteret legger stor vekt på relasjoner og relasjonsbygging i tilnærming til våre brukere.

Dette handler om:

- Evnen til å se den enkelte på dens egne premisser, og å tilpasse sin egen atferd, uten og dermed legge fra seg lederskapet.
- Evnen til å være autentisk i kontakten.
- Evnen og viljen til å påta seg ansvaret for relasjonens kvalitet.

(Juul og Jensen)

Når brukerens relasjonsevne har blitt skadet, skjer gjenoppbygging av relasjonsevnen gjennom nye erfaringer med venner og hjelpere som behandler dem med verdighet og respekt. Relasjonen mellom bruker og hjelper på Oslo krisesenter må baseres på tillit, noe som utvikles ved at hjelperen i praksis viser omsorg og tilgjengelighet.

Verdigrunnlag

Bosenteret ønsker å ha et verdigrunnlag bestående av likeverd, respekt og tro på endring.

Verdigrunnlaget vårt skal gjenspeiles i våre handlinger og holdninger i møte med brukerne på Oslo krisesenter. Ansatte, så vel som brukere, har ulike oppfatninger av situasjoner og mennesker rundt en. Dette kalles førforståelse, og er en samling av alle holdninger og oppfatninger man har tilegnet seg, både bevisst og ubevisst. Forestillingene representerer også våre egne erfaringer og internaliserte normer vi har om kjønn, alder, kultur, status m.m. Vi ønsker at ansatte skal være bevisst på at vi har et spesielt ansvar i relasjonen. Det er de ansattes oppgave å ta ansvar for å endre sine handlemåter dersom brukere gir uttrykk for at de ikke blir møtt med likeverd og respekt.

Bosenteret arbeider på et politisk og livssynsnøytralt grunnlag. Det vil si at vi respekterer brukerens holdninger og valg av livsstrategier, uansett etnisk opprinnelse, livssyn eller politisk oppfatning. Vi møter brukerne på deres premisser, og vi støtter dem i deres avgjørelser. Vi sår ikke tvil om den volden brukerne forteller at de har vært utsatt for.

Vi skal gi hjelp til selvhjelp ved å maksimere brukerens evne til å håndtere egen livssituasjon. Krisesenteret er et akutt-tilbud, men vi tilstreber en botid som er tilpasset individuelle behov.

Hva er vold

Vold er enhver handling rettet mot en annen person, som gjennom at denne handlingen skader, smerter, skremmer eller krenker, får den andre personen til å gjøre noe mot sin vilje eller slutter å gjøre noe den vil (Isdal 2001).

Det finnes mange forklaringer på hvorfor enkelte mennesker utøver vold ovenfor andre i nære relasjoner. Det er den voldsutsatte selv som definerer volden og de krenkelser de er påført, uavhengig av voldens grad eller omfang.

Mange som kommer til Oslo krisesenter vet ikke at det de har vært utsatt for kan defineres som vold. I det første møte med brukere er det ofte nødvendig å fortelle dem hva som faller inn under kategorien «vold». Det kan være nyttig å dele vold inn følgende kategorier:

Fysisk vold:

Fysisk vold kan være å bli dyttet, holdt, ristet, lugget, sparket, slått med knyttet neve eller flat hånd, slått med gjenstander, stukket med kniv eller skutt. Fysisk vold utgjør den mest grunnleggende voldsformen, fordi det i verste fall kan føre til stor skade eller død.

Psykisk vold:

Psykisk vold kan innebære direkte eller indirekte trusler, å bli kontrollert, isolert, manipulert, ydmyket, trakassert eller neglisjert. Psykisk vold har til hensikt å skape vonde følelser hos den utsatte. Kontroll og isolasjon utgjør ofte en vesentlig del av et voldsforhold, og det karakteriseres som et mishandlingsforhold. Både kontroll og isolering kan komme av sterk grad av sjalusi fra voldsutøvers side. Isdal (2001) skriver at kontrollen har sitt grunnlag i maktforskjeller eller trusler. Det kan være å kontrollere andres tid, økonomiske ressurser, aktiviteter, informasjon, sosial kontakt, påkledning, atferd eller vaner. Isolasjon innebærer å nekte en person å gå ut, ha et eget sosialt nettverk/ arbeid, nekte kontakt med egen familie osv.

Seksuell vold:

Seksuell vold er å bli tvunget til å gjennomføre seksuelle handlinger man ikke ønsker. Å bli utsatt for seksuell vold kan innebære å bli voldtatt, seksuelt trakassert, å bli krenket, presset eller tvunget til seksuelle handlinger.

Materiell vold:

Å bli utsatt for materiell vold innebærer at voldsutøver ødelegger inventar eller gjenstander for å skremme eller å såre. Brukere som kommer til O.K. er ofte redde for at voldsutøver, som ofte er igjen hjemme, skal ødelegge eller gjemme ting (klær, viktige papirer, interiør) som betyr noe for brukeren. Økonomisk utnyttelse går også under materiell vold. Brukeren er særlig sårbar dersom vedkommende er uten tilknytning til arbeidslivet. Vedkommende får kanskje ikke tilstrekkelig penger til mat, klær eller andre nødvendigheter, mens partner eller familie han/hun lever med kontrollerer pengene.

Latent vold:

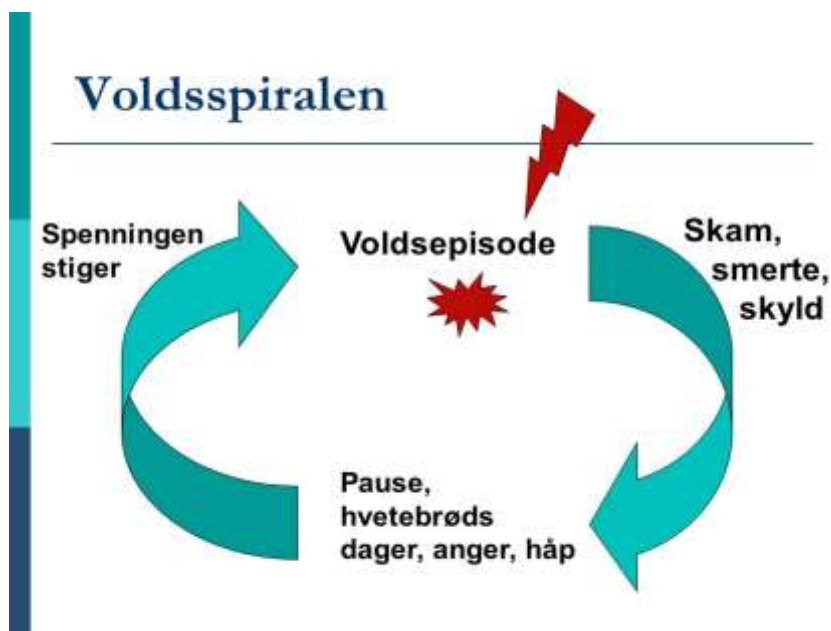
Latent vold kan oppstå når den tidligere volden fra voldsutøver blir liggende som et minne om hva som vil skje, eller dersom den voldsutsatte har en atferd eller utfører handlinger som han/hun vet vil føre til nye overgrep. Voldsutøver kan for eksempel minne voldsutsatt på hva som skjedde sist han/hun ikke kom hjem til den tiden som ble satt. Voldsutøver kan også ha en aggressiv atferd som viser at voldsutsatt må trå varsomt, slik at volden ikke skal eskalere igjen. Latent vold skremmer og sårer voldsutsatt til å kontrollere sin atferd, slik at voldsutøver ikke utøver vold.

Digital vold:

Digital vold er at voldsutøver skriver noe eller deler informasjon på internett, som kan være ødeleggende for brukeren. Dette kan være bilder, videoer eller skriftlig sjikane.

Vold som mishandling:

Volden betegnes som mishandling når overgrepene blir et mønster som karakteriserer forholdet. Risikoen for nye voldshandlinger gjør at de utsatte er i en stadig mental alarmberedskap som styrer deres handlinger før, under og etter de direkte voldshandlingene. Voldsspiralen illustrerer godt denne dynamikken.



For mer informasjon om voldsspiralen, se kapitelet om faglige tilnærminger.

Å leve med vold og overgrep over tid rammer den utsatte på alle områder i livet. Mange av virkningene den vedvarende volden har på den voldsutsatte, er felles reaksjoner for alle som er utsatt for vold. Samtidig kan volden også gi store individuelle variasjoner. Dette avhenger av faktorer som personlighet, voldens omfang og type, samt den støtten voldsutsatt får fra nettverket sitt.

Mottak

- Oslo Krisesenters døgnåpne akuttilbud til kvinner, menn og barn utsatt for vold i nære relasjoner.

Lavterskeltilbud

- Alle som henvender seg skal få legge frem sin sak
- Mottak av alle henvendelser om de kommer uten avtale, eller med avtale samme dag ved akutte behov
- Tolk
- Alle tilbudene er gratis

Mottaksteamet ved Oslo Krisesenter

Oslo Krisesenter har et eget mottaksteam som dekker mottaksfunksjonen alle hverdager mellom kl. 08.30 – 20.00. Mottaksteamet tar imot alle nye henvendelser på tvers av de ulike avdelingene. Det kan være kvinner, menn og barn som selv tar kontakt, eller ulike instanser som henvender seg på vegne av aktuelle brukere. Mottaksteamet kartlegger henvendelsene, overfører brukerne til de ulike tilbudene ved krisesenteret, eller henviser videre til øvrig hjelpeapparat. Mottakstemaets funksjon:

- Avdekke vold.
- Kartlegge behov.
- Trussel- og sikkerhetsvurderinger.
- Inntak til Bosenteret:
 - Stabiliserings- og krisearbeid.
 - Dekke basale behov.
 - Kontakt med nødvendige akutt-tjenester som Legevakt, politi, barnevern og Nav.
- Overføre aktuelle brukere til øvrige tilbud ved Oslo Krisesenter.
- Informasjon om aktuelle instanser og hjelpetilbud.
- Henviser og etablerer kontakt med det øvrige hjelpeapparatet.

Mottakssamtalen

I den første mottakssamtalen settes det av nok tid til at brukeren får formidlet sin voldshistorie, og hva han eller hun eventuelt har behov for av videre hjelp. Hensikten med samtalen er å finne ut av hva Oslo Krisesenter kan bistå med i forhold til brukerens situasjon.

Mottakssamtalen innledes med at mottaksansvarlig presenterer seg, forklarer sin rolle, og informerer om Oslo Krisesenters ulike tilbud, og hensikten med denne første

kartleggingsamtalen. Videre informeres det om samarbeidet vårt med øvrig hjelpeapparat, og at dette samarbeidet baserer seg på behov og ønsker hos brukeren. Mottaksansvarlig skal forklare krisesenterets taushetsplikt, og om unntak fra denne når det gjelder fare for liv og helse.

Oslo krisesenter for menn

Krisesenteret for menn (OKM) er organisert under Bosenteret. Dette innebærer at hovedkontaktene for kvinner også er hovedkontaktene for menn.

OKM har, i likhet med Oslo krisesenter, hemmelig adresse. Leilighetene og kontorene er lokalisert på to ulike adresser, og er ikke fysisk tilknyttet OK.

OKM disponerer to leiligheter; 1 stor leilighet med tre soverom, felles stue, kjøkken og bad, samt 1 liten leilighet som er forbeholdt menn med barn.

Det er Mottaket som primært er ansvarlig for inntak av menn i deres kontortid; mandag til fredag fra kl. 08.30-20.00. Inntakssamtalen skal skje på OKM sitt kontor. Det skal alltid være to ansatte med på mottakssamtaler med menn; en fra mottak og en hovedkontakt.

Dersom det kommer henvendelser ang. menn med behov for beskyttelse i helgene/helligdager, må de henvises til Sosial ambulerende akutt-tjeneste ved Oslo Legevakt. Ved behov kan det avtales et møte med Mottak første arbeidsdag. Kartleggingsskjema med kontaktopplysninger skal fylles ut på lik linje med andre henvendelser. Disse legges i den gule mottaksboka.

Mottakssamtalen foregår på samme måte som inntaket med kvinner. Dersom det blir inntak følger ansatte brukeren til leiligheten, og sørger for at brukeren har det mest nødvendige.

Bosenteret

- Oslo Krisesenters døgnåpne akutte botilbud til kvinner, menn og barn utsatt for vold i nære relasjoner.



Brukerperspektiv

Brukere som kommer til Bosenteret har ofte vært utsatt for vold over lengre tid. De ansatte skal tilstrebe å skape størst mulig trygghet for brukere som er i en kaotisk situasjon. Dette innebærer et systematisk arbeid med å avdekke behov og å finne egnede løsningsalternativer. Arbeidet på Bosenteret har som mål å hjelpe brukerne til å gjenvinne kontrollen over eget liv, primært ved hjelp av miljøterapi og samtaler. Ansatte skal ikke definere hendelsene på vegne av brukerne, tvinge til anmeldelse eller presse dem til å endre sin livssituasjon. Det er den voldsutsatte selv som definerer det de har blitt utsatt for.

Gjennom et barneperspektiv skal vi betrakte og behandle barna som selvstendige individer, med egne behov, interesser og rettigheter. Vi skal forholde oss til barna direkte for å få kunnskap om deres opplevelser. Barna skal oppleve at deres opplevelser teller på lik linje med de voksnes.

Gjennom et familieperspektiv skal vi ha innsikt i barnas og foreldrenes situasjon, deres utfordringer og behov for støtte, både i og utenfor familien.

Barn og foreldre skal møte fagpersoner som har kunnskap om, og forståelse for hvor forskjellig barn og voksne beskriver og tolker volden de har vært igjennom, og den forelder som utøver volden (*se egen fagplan for barn og unge*).

Det er sunt og normalt å få ettervirkninger etter volden man har blitt utsatt for, og reaksjonene er psykiske eller kroppslige løsningsforsøk på en avmaktsfølelse. Det som kjennetegner mennesker som har levd med vold er at de får;

- Psykiske reaksjoner
- Kroppslige symptomer
- Endret atferd
- Endret syn på livet/fremtiden
- Dårlig selvtillit

Hvordan vil vi at brukerne skal oppleve Krisesenteret?

- En trygg, forutsigbar og meningsfull tid.
- Vite hvilken person på krisesenteret de skal snakke med og er knyttet til.
- Bli sett - og møtt på sine behov.
- Få hjelp til å sette ord på- og regulere følelser
- Oppleve å bli møtt med varme, forståelse og bli tatt på alvor.
- Få informasjon om hva som skjer, hvorfor de er her og hva som skal skje fremover.
- Opplevelse av kontinuitet og at de i stor grad kan opprettholde sine aktiviteter
- Omgivelsene skal legges til rette for barn med plass for familieliv og normal utfoldelse.
- Legge til rette for vennskap og samtaler mellom brukerne

Hva gjør en hovedkontakt?

- Deltar ved behov på mottak når det er inntak av brukerne og deres barn
- Samtaler med brukerne, individuelt, familiesamtaler, søskensamtaler
- Samtaler med mor/far om barna
- Oppretter kontakt med andre instanser som Nav, politi, advokat, skole, barnehage, barnevern m.m.
- Koordinerer og innkaller til møter om brukerne
- Kartlegger og vurderer brukerens behov
- Utarbeider rapporter, uttalelser og bekymringsmeldinger
- Vitner i rettssaker
- Miljøarbeid og pedagogisk tilbud til barn ved å legge til rette for godt samvær og utfoldelse
- Arrangere kvinne/mannsgrupper, barnegrupper og mødre/fedregrupper med relevante temaer
- Legger til rette for oppfølging av brukerne etter utflytting

Oppfølging i botiden

Innflytting

Alle som flytter inn på Bosenteret ved Oslo Krisesenter vil få hjelp tilpasset deres behov, med utgangspunkt i noen grunnleggende rammer for arbeidet på krisesenteret. Når en bruker flytter inn på Oslo Krisesenter skal hun eller han få en hovedkontakt. Hovedkontakten fyller ut registreringskjema med viktige personopplysninger, og brukeren skriver under viktige papirer som; samtykke, brannregler, husregler også videre.

Henvising til videre hjelp

En del av hovedkontakten sin oppgave er å henvise personen videre til nødvendige instanser i hjelpeapparatet. Hvilke instanser som er nødvendig å kontakte er forskjellig i hvert enkelt

tilfelle, men noen instanser går igjen. Legevakt, advokat, politi, Nav, familievernkontor og barnevernet er blant de vanligste.

Fullmakter og samtykker

Når man tar inn en ny bruker på Oslo Krisesenter, må de gi oss fullmakt til å samarbeide med andre hjelpeinstanser på deres vegne. Vi samarbeider ofte med andre instanser som Nav, Politi, advokater, barnevern osv. Denne fullmakten gjør samarbeidet enklere.

Beboere med barn

I saker hvor det er barn, får barna sin egen hovedkontakt. Se egen faglig tilnærming til arbeidet med barn / ungdom og deres foreldre.

Opplysningsplikt til barnevernet

Oslo Krisesenter melder til barneverntjenesten når det foreligger forhold som nevnt i Lov om barnevern § 6-4 annet ledd.

Samvær med eget nettverk på krisesenteret

Brukere kan i utgangspunktet ikke motta besøk på krisesenteret. Skulle brukere ønske å møte familie eller venner må dette skje utenfor krisesenteret. Unntak gjøres etter avtale når det gjelder særskilte behov, som f.eks. ved besøk av barn.

Sikkerhet – ytre og indre rammer og bevisstgjøring

Vår erfaring er at flere sikkerhetstiltak på lavere nivå har god effekt på brukernes sikkerhet og trygghet. Det er nødvendig at vi, i sammen med brukerne, tar en risikovurdering. Dette kan eventuelt gjøres i samarbeid med politiet, slik at vi kan få på plass ett eller flere egnede sikkerhetstiltak. Ved å kartlegge truslene vil også brukerne utvikle strategier for å mestre angsten og ta kontroll over eget liv.

Det kan anbefales å vente med å anmelde til brukeren har snakket med en advokat, eventuelt til brukeren har fått god informasjon og tid til å reflektere rundt konsekvensene av å anmelde. Oslo krisesenter har erfaring med at mange kan angre på en anmeldelse de ga inn på et for tidlig tidspunkt.

Målet med sikkerhetsarbeid er at brukeren skal greie å innta det offentlige rom og gjenvinne sitt ønskelige nettverk. Brukeren benytter seg bevisst og ubevisst strategier for å beskytte seg mot gjentatte overgrep. Noen vil isolere seg ved å gjøre seg mest mulig usynlige, unnlate å gå ut eller oppsøke andre. Andre klarer ikke forholde seg til faren for nye overgrep, og forsøker å leve videre uten å ha planlagt måter å sikre seg selv på (Hjelperens rolle, Berntsen 2005).

Sikkerhet er et viktig tema når brukerne kommer til Oslo krisesenter. Vi tenker oss at sikkerhetsarbeidet kan deles inn i ytre rammer og indre bevisstgjøring. Med ytre rammer mener vi alle tiltak som man kan settes inn rundt brukeren. Av disse kan vi nevne anmeldelse, besøksforbud, voldsalarm, navneendring og hemmelig adresse.

Disse tiltakene er viktige, men mister sin betydning dersom vi ikke parallelt fokuserer på den indre bevisstgjøringen hos brukerne. Brukerne utgjør ofte selv sin største sikkerhetsrisiko ved å ta valg som utsetter dem for fare. Ved å snakke med dem om hvordan de kan tenke sikkerhet i det daglige, får de en mulighet til å ha bedre kontroll over eget liv og ta tilbake det offentlige rom.

Økonomiske utfordringer

Brukere som benytter seg av boserteret har ofte ikke fått med seg mer enn det mest nødvendige. Noen har en jobb med inntekt og kan forsørge seg selv, mens andre trenger økonomisk støtte fra Nav. For å sikre at brukerne får god og rask oppfølging, er det ofte nødvendig med et tidlig samarbeidsmøte med Nav. Vi henviser, følger eller avtaler møter med Nav for å søke nødpenger eller livsopphold frem til de kan forsørge seg selv. Brukere kan i krisetilfeller, og i påvente av hjelp fra Nav, få mat, toalettartikler og klær fra kriselageret. Det er Mottaksavdelingen som skal sørge for at kriselageret til enhver tid er fylt opp.

Oslo krisesenter har, i samarbeid med Nav-kontorene, utarbeidet en samarbeidsavtale som skal være veiledende i forhold til arbeidet med brukerne. Det er viktig at de ansatte på krisesenteret viser til samarbeidsavtalen ved hver henvendelse til Nav. Hensikten med avtalen er at den skal sørge for riktig ansvarsfordeling mellom krisesenter og Nav-kontorene, men også sørge for god oppfølging av brukere i en akutt-fase.

De fleste brukerne vil også trenge en ny bolig. Leiemarkedet er krevende for alle, men ofte mer krevende for brukere som får økonomisk støtte og sosial garanti av Nav. Det er viktig at brukerne tidlig blir satt i kontakt med bydelens boligfremskaffer for hjelp til å finne ny bolig.

Eiendeler

De fleste brukerne ved Oslo krisesenter har behov for bistand fra politi til å hente ting hjemme. Det må da kartlegges om det haster å få ut tingene; om det bør skje i dag, om det kan vente til neste dag eller når politiet har bedre kapasitet. Om brukerne ikke har egen nøkkel til leiligheten, må hun/han vite om det er noen hjemme eller ikke. Det er Operasjonssentralen ved Oslo politiet som skal kontaktes ved behov for bistand til henting av eiendeler. Dersom brukeren har anmeldt, eller saken er kjent hos politiet, er det også mulig å be familievoldsanalytikeren eller etterforsker om å bistå. De har ofte bedre kapasitet enn Operasjonssentralen.

Faglig tilnærming til arbeid med kvinner og menn på Bosenteret

Empowerment

Verdens helseorganisasjon (WHO) definerer begrepet empowerment som en prosess der folk oppnår større kontroll over beslutninger og handlinger som påvirker deres liv. Det kan være vanskelig å oversette ordet direkte til norsk, men begreper som kan brukes er blant annet styrking og myndiggjøring.

Empowerment kan beskrives på ulike nivåer; samfunnsnivå, organisasjonsnivå eller på individnivå. På individnivå handler empowerment om individets mulighet til å ha kontroll over eget liv, mulighet til å ta egne avgjørelser, tro på seg selv og mulighet for mestring.

Empowerment er en viktig og grunnleggende prosess i oslo krisesenters arbeid med voldsutsatte.

Miljøterapi

Miljøterapi deles i to deler:

- Miljødelen, å legge til rette og organisere
- Terapidelen – utvikle og endre (Landmark og Olkowska, 2009)

Noe av det som spesifikt kjennetegner miljøterapi er miljøterapeutens relasjon til brukeren som trenger samværet, tiden og miljøet som faktorer og spontan bruk av det som skjer i brukerens her og nå-situasjon.

Fokus i miljøterapi ligger i treningen på ferdigheter, og at disse skal kunne overføres til livet «der ute». Samtidig gir miljøterapien i sin særegne form mulighet til å ha fokus på det som skjer spontant. Slik er miljøterapien gjennom sin samværsform terapeutisk.

Miljøet som faktor er viktig for at miljøaktivitetene skal oppleves som utviklingsfremmende. Miljøterapi skal være nært knyttet til realitetene dvs. brukerens opplevelse av utfordringer og behov, og de konkrete forhold rundt brukeren.

Miljøarbeid kan også være med på å bygge opp under tryggheten på krisesenteret. En av de viktigste faktorene for mennesker i krise er trygghet.

Hva legger vi vekt på i vårt miljøarbeid?

Miljøarbeidet på Bosenteret handler om å være tilgjengelig, å gå sammen med brukeren og om å støtte og om å hjelpe. Mye er knyttet til her og nå situasjoner, men også med hensikt på å forebygge vansker som kan komme. Noe vil være planlagt og tilrettelagt som en aktivitet for brukerne, enten individuelt eller som gruppe, og andre ganger kan det være å gå sammen med brukeren for å ordne noe praktisk, trene på å tørre å gå i butikken, ta offentlig transport o.a.

Motiverende intervju som samtalemetode

Motiverende intervju (MI) bygger på et sett holdninger eller verdier, som i stor grad er inspirert av en brukersentrert tilnærming. Verdiene henger tett sammen med de verktøy man benytter i samtalen. Verdiene er ikke unike for MI, de fleste behandlings- og rådgivningsmetoder legger vekt på en respektfull tilnærming, et fungerende samarbeid

mellom mottaker og giver av hjelp og erkjenner at endringsarbeid oftest er tjent av en empatisk og støttende atmosfære.

Andre grunnverdier er mer særegne for MI, som det prinsipielle ønsket om å bygge på brukerens egne oppfatninger, prioritering og forståelse, og vektleggingen på brukerens selvbestemmelse, heller enn at de skal ta inn og føye seg etter hjelperens oppfatning av hva som er best og riktigst. En typisk MI-samtale bygger i hovedsak på tre typer ytringer fra hjelperen.

Åpne spørsmål

Åpne spørsmål begynner ofte med et spørreord, som «hva», og er utformet slik at det ikke er et tydelig avgrenset svar. Meningen er at brukeren skal utvikle sitt eget svar, heller enn å gi et svar som hjelperen ber om. Det er en invitasjon til å dele egne opplevelser og oppfatninger. I lukkede spørsmål, derimot, definerer spørsmålsstillingen hva som er riktig svar. Lukkede spørsmål begynner gjerne med et verb, for eksempel: har, kan, skal, skjønner, vet. Lukkede spørsmål er et nyttig redskap i ekspertsentrert tilnærming, for å få svar på det man ønsker å vite.

Åpne spørsmål hører hjemme i brukersentrert tilnærming, der brukerens opplevelse er det viktigste.

Refleksjoner

Refleksjon består i å gjenta en del av det brukeren sier for å vise det oppmerksomhet. Man kan gjenta mer eller mindre ordrett, eller i større grad speile tilbake det man oppfatter som den underliggende meningen. MI-samtaler veksler gjerne mellom enkle og komplekse refleksjoner.

De enkle gjentakelsene er for å vise at man følger med og oppmuntre brukeren til å snakke videre. I de komplekse lager man seg en hypotese om hva brukerens utsagn "egentlig" kan bety, og gir det tilbake som et tilbud til en dypere egenforståelse.

Oppsummeringer

Relativt ofte i samtalen samler man trådene og lager en mer overordnet oppsummering av det siste som har vært sagt, og kobler det sammen med resten av samtalen. Dette gir oversikt og tydelig progresjon.

Ambivalens

Begrepet ambivalens har vært sentralt i utviklingen av MI helt fra begynnelsen. Ambivalens sees på som en normal og forventet ingrediens i en endringsprosess. MI-samtaler kan lede til at ambivalens utvikler seg i retning av endring heller enn å lede til fastlåsthet. Ambivalens kan til og med vurderes som en ressurs hos klienter. For det første er en ambivalent innstilling bedre enn uvitenhet eller benekting, og for det andre utgjør den ambivalente tenkemåten et slags "testlaboratorium" der personen kan prøve ut forskjellige tenkemåter uten å måtte forplikte seg, Barth & Näsholm (2007).

Samtale om volden

Voldssamtalen er et viktig ledd i arbeidet med brukere som bor på krisesenteret. I denne samtalen skal hovedkontakt informere om, og gå igjennom, normale reaksjoner på vold. Brukeren makter ikke alltid å delta aktivt i denne samtalen, men vedkommende kan likevel få med seg verdifull kunnskap som han/hun kan dra nytte av senere. Målet med voldssamtalen er å gi brukeren innsikt i normale reaksjoner etter å ha blitt utsatt for unormale handlinger- ofte over tid. Reaksjonene kan fremtre i ulik grad fra person til person, men felles er ofte en følelse av å miste kontroll over eget sinn og egen kropp. Kunnskap om de ulike reaksjonene kan hjelpe den voldsutsatte å dempe angsten når reaksjonene inntreffer.

Voldssamtalen kan også være nyttig med tanke på å bistå brukeren med å lage strategier for å håndtere reaksjonene på en hensiktsmessig måte. Snakk med brukeren om hva vedkommende tror kan hjelpe mot «tankekjør». Eksempler på dette kan være å drikke en kopp sove-te, lese en hyggelig bok, se en hyggelig film, skrive ned positive tanker om fremtiden, finne frem positive minner, frisk luft og pusteøvelser for å nevne noe.

Forskjellige faser

Personer som har vært utsatt for vold i nære relasjoner, går gjerne igjennom et sett med ulike faser i ettertid. Innholdet i samtalene med voldsutsatte på Bosenteret bør derfor være tilpasset hvilken fase brukeren befinner seg i, og hva det er han/hun ønsker hjelp til. Det er vanskelig å realisere andre mål hvis de mest eksistensielle behovene for trygghet, bosted og økonomisk sikkerhet ikke er dekket.

Samtalene vil også bære preg av om kvinnen befinner seg i akutt-, reaksjon-, eller bearbeidingsfasen. Hva som preger de forskjellige fasene og hvilke behov som er mest fremtredende kan grovt inndeles som beskrevet under, selv om de ofte overlapper/glir inn i hverandre.

Akuttfasen kan vare fra noen timer til flere dager.

Brukeren bærer preg av: <ul style="list-style-type: none">• Apati/ handlingslammelse• Uro/angst/panikk• Mentalt kaos• Redsel• Konsentrasjonsproblemer• Spiseproblemer,• Lav selvfølelse og selvtillit• Økt mistillit til andre mennesker• Resignasjon• Nummenhet• Fordøyelsesbesvær• Gjenopplevelser• Sorg	Brukerne har behov for: <ul style="list-style-type: none">• Ro• Trygge rammer• Omsorg/trygge relasjoner
---	--

Reaksjonsfasen varer i noen uker til flere måneder

Brukeren bærer preg av: <ul style="list-style-type: none">• Angst/uro• Hukommelsestap, søvnforstyrrelser og andre kroppslige reaksjoner• Ensomhet• Skyld/skam• Ambivalens• Skyldfølelse• Depresjon• Avmakt• Gjenopplevelser	Brukerne har behov for: <ul style="list-style-type: none">• Omsorg• Informasjon• Støtte• Normalisering• Håp
--	--

Bearbeidingsfasen varer fra ca. 6 måneder til over 1 år.

I denne fasen kan brukeren holde smerten borte i kortere eller lengre perioder, noe som gir rom for at den utsatte kan arbeide med seg selv og å tenke konstruktivt.

Brukeren bærer preg av: <ul style="list-style-type: none">• Grubling• Gjenopplevelser• Angst/mareritt• Ensomhet/isolasjon• Depresjon	Brukerne vil ha behov for: <ul style="list-style-type: none">• Hjelp til bearbeiding• Evt. ytterligere hjelp• Styrke selvtillit• Få tilbake troen på livet
---	--

Hvordan forholde seg til ambivalens

Det er vanlig at brukere som har vært utsatt for vold har ambivalente følelser i forhold til overgriper, fortiden og fremtiden. I kapitlet om faglige tilnærminger nevnes metoden MI, som er godt egnet til å arbeide med noen typer ambivalens. I samtaler på kriesenteret vil det være nyttig for brukerne at de ansatte hjelper dem å:

- Sortere motstridene følelser
- Snakke om kjærligheten som var der, og om håpet om at alt skulle bli bra en gang.

De ansatte bør også:

- Snakke om volden som et syklisk fenomen på en objektiv måte. F.eks. voldssirkelen.
- Snakke om psykiske/fysiske/sosiale konsekvenser av å leve med vold.
- Legge vekt på at vold er uakseptabelt og straffbart.
- Plassere ansvaret der det hører hjemme.

Voldens dynamikk

- Vold i nære relasjoner kjennetegnes av at både vold og kjærlighet er til stede.
- Den fysiske og psykiske volden har pågått over lenger tid før den utsatte søker hjelp.
- Det å bryte ut av et forhold preget av fysisk og psykisk vold er en prosess hvor den utsatte vil møte nye problemstillinger og utfordringer gjennom flere ulike faser.
- Volden behøver ikke å ta slutt selv om forholdet er over:
 - Pågående trusler
 - Ny fysisk vold
 - Økonomisk vold
 - Konflikter ved overleveringer av felles barn
 - Indirekte vold gjennom barna ved samvær
 - Barn som blir utsatt for vold under samvær
 - Stadig nye rettssaker rundt barnefordeling gjør det ikke mulig for den voldsutsatte og etablere et stabilt liv

I tillegg er det slik at reaksjoner og ettervirkninger av volden utløses i varierende grad når forholdet er over og tryggheten gradvis vender tilbake. Mange sliter med en posttraumatisk stresslidelse i årevis etter at volden har opphørt.

Avslutningssamtale

Denne samtalen skal forberede brukeren på livet etter oppholdet på OK eller OKM. Det vil være naturlig å starte med å la brukeren fortelle om sine forventninger og bekymringer.

Fortell brukeren om Dagsenteret og de ulike tilbudene som kan benyttes etter utflytting. I den grad det lar seg gjøre skal du sette brukeren opp på en overføringsamtale med den fra

Dagsenteret du tenker skal ha samtaler etter utflytting. Det at brukeren får truffet denne personen, vil sannsynlig gjøre det lettere å komme tilbake til OK for samtaler.

Drøft hvordan brukeren kan holde seg trygg i fremtiden. Minn brukeren på hva dere tidligere har snakket om i forhold til voldssirkelen. Ta gjerne opp at man kan føle seg ekstra sårbar og ensom rett etter utflytting, og at man skal være på vakt for å unngå nye ødeleggende forhold, eller å søke tilbake til det gamle.

Betrygg brukeren om at det er lov å komme tilbake til OK, eller OKM, om man i fremtiden utsettes for vold eller trusler. Oppfordre brukeren til å ringe politiet om det skulle skje noe akutt.

Om du ikke har gjort det tidligere, fortell brukeren at vi kan oppbevare journaler i to år, hvis de skriver under på en erklæring. Hvis en bruker ikke skriver under på «oppbevaring av dokumenter», må vi slette dem. Forklar at det kan være lurt for dem at vi beholder journalene, i tilfelle det skulle bli en rettssak. Journalene vil kunne brukes som bevis i en rettssak.

Fortell brukeren hvordan rommet skal klargjøres og sjekkes, før man flytter ut.

Fokus i samtaler og miljøarbeid med traumatiserte kvinner og menn

Hva vektlegges ved kartlegging

Enhver kartlegging bør primært fokusere på ressurser, mestring og resiliens-faktorer. Hvilke mestringsstrategier har personen allerede utviklet som fungerer og er gode? Hvilke mestringsstrategier gjør livet mer problematisk, hvor personen kan profitere på å øke bevisstheten, lage andre strategier og valgmuligheter?

- Alle spørsmål skal ha en hensikt.
- Det er sjelden nødvendig med detaljer, overskrifter er mer enn nok.
- Kartlegg hva som gjør at det låser seg, hvilke situasjoner som er utløsende.
- Kartlegg ufarlige ting.
- Det er vanlig med ubehag ved kartlegging.
- Overveldelse hos den traumatiserte betyr kursjustering- ikke full stopp i samtalen.
Snakk om andre ting, skift fokus fra det som vekker sterke følelser.

Stabilisering

Stabiliseringsarbeid er hva du gjør og som hjelper den traumatiserte til å regulere seg bedre og kjenne større kontroll i livet.

Det gjelder å få ned stresset, gjenkjenne triggere, kjenne til grunningsøvelser og andre handlingsalternativer. Målet er å gjenoppta livet, det vil si å overvinne unngåelsesatferd som lever sitt eget liv etter mange gjenopplevelser.

Den traumatiserte må gjennomgå reaksjonene, eksponering, triggerhåndtering og hjelp til å få bort minnene.

Grunning

Grunning er en aktiv handling for å få personen tilbake til her og nå i situasjonen. Denne handlingen er aktuell ved flashbacks, når man opplever at den traumatiserte blir fjern, apatisk eller overveldet. Den beste metode for å nedregulere stress er gjennom kroppen.

Forskjellige typer grunning:

- Vekking – få personen tilbake til nuet, ved å fokusere på for eksempel klapping, sette bena i gulvet, sitte godt inn på stolen og puste dypt.
- Fokusering – dette kan gjøres ved å fortelle personen hvor denne er, eks. at den er i trygghet, hvilken dag og klokkeslett det er.
- Ro og trøst – få personen til å føle seg trygg.

Eksempler på hva du kan gjøre i grunningsfasen:

- Spør om den traumatiserte kjenner deg igjen.
- Prøv å oppnå sosial kontakt.
- Minn om: Tid, sted og trygghet: «Det er torsdag. Du er her på krisesentret. Du er trygg her.»
- Jording; Kjenn føttene i gulvet og ryggen mot stolryggen.
- Tilby en hånd å holde i.
- Telle; Gå til vinduet og tell mennesker/biler utenfor vinduet eller tell farger eller gjenstander i rommet.
- Tilby muligheten for å gå rundt i rommet. • Skift til nøytralt tema.
- Tilby noe å drikke.

Etter at den traumatiserte er kommet tilbake til her og nå, drøft hva som var hjelpsomt. Den traumatiserte vil få økt bevissthet og kan selv øve på å komme tilbake til nåtid ved senere anledninger.

Gjenoppta livet

Med å gjenoppta livet menes her å fokusere på livet videre og hvordan dette best kan leves. Dette innebærer fokus på mestring og mål, samtidig som gode minner fra tidligere tider kan tas frem og nytes.

Dette kan gjøres ved for eksempel å;

- Erkjenne at traumene har skjedd, men at man gjorde så godt man kunne.
- Erkjenne at man er trygg nå.
- Ha fokus på gode øyeblikk.
- Fortelle om gode opplevelser fra livet før traumet.

Judit Van der Weele har en passende metafor som utgangspunkt for en terapeutisk tilnærming i arbeid med mennesker i tidlige traumestadier; «den indre veggen».

Den indre veggen

Den indre veggen er en metafor på kraften den traumatiserte utvikler gjennom stabilisering. Denne indre veggen er den mentale kraften man utvikler til selv å bestemme når en tenker på vonde hendelser.

Den mentale kraften er en begrenset ressurs og den trenger stadig påfyll av mestringsopplevelser. Man mister evnen til å drømme eller fantasere om gode ting når en er traumatisert.

Mens tidlig traumejobbing handler om å bygge en indre vegg, handler senere terapiarbeid om å rydde bak veggen.

Hva gjør den indre veggen tykkere?

- Ha basale ting på plass.
 - Bolig, trygghet, helse, økonomi med mere.
- Gode rutiner i hverdagen.
 - Fokus på søvn, aktivitet, måltider og sosialt liv.
- Mestre aktiviteter i dagliglivet.
 - Tilrettelegging på skole eller arbeid og sosialt nettverk.
- Gjøre hyggelige ting.
- Skape gode drømmer sammen med den traumatiserte.
- Hjelp til med å bygge et framtidsperspektiv, selv om det kan virke uopnåelig.
- Få ned stress.
 - Avspenningsøvelser, verktøy for regulering.
- Lage mestringsstrategier.

Barn og Ungdom på krisesenteret



Hvert år kommer mange barn til krisesenteret sammen med mammaen eller pappaen sin. Avdelingene for mor/barn og far/barn ligger adskilt. Vi arbeider for å være et trygt og godt sted for barna mens de oppholder seg hos oss.

Sammen med mamma/pappa vil vi legge forholdene til rette så godt som mulig rundt barna. Barna får egen hovedkontakt som kan ha samtaler med dem om det å være på Krisesenteret og hva som var årsaken til at de kom til oss. På Krisesenteret er det lekerom og skjermet uteområde til lek.

Krisesenteret har også egen lærer som kan gi undervisning til barn og ungdom dersom de i en periode ikke kan opprettholde skoletilbudet de har.

Oslo Røde Kors har tilbud om aktiviteter til barn og unge tre ganger i uken. Det arrangeres også felles turer/aktiviteter for mødre og barn i samarbeid med Røde Kors.

Det er også mulig å kontakte Krisesenteret å be om en samtale om barna, eller med barna, selv om en ikke har bodd på Krisesenteret.

Tiltak for barn og unge:

- hovedkontakt
- barnesamtaler, søsken og familiesamtaler
- barnemøter/barnegrupper/foreldre og barn grupper
- praktisk tilrettelegging
- undervisning
- tilrettelagte aktiviteter for barn og unge
- felles aktiviteter for mødre/fedre og barn
- oppfølging etter utflytting

Tilnærming til arbeid med barna på krisesenteret

Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS) v/ Carolina Øverlien med flere, har gjennomført en studie om "Barns erfaringer fra livet på Krisesenteret", utgitt i 2009. Gjennom intervjuer med barna i studie kom det blant annet frem:

- De fleste barna opplevde flyttingen til krisesenteret som en flukt og oppbruddet som kaotisk, dramatisk og forvirrende og barna kan derfor blant annet være mere traumatisert enn mor
- At de manglet mulighet til å ta avskjed med venner og hjemmemiljø
- At de er usikker på hvor de er når de ankommer krisesenteret, hvorfor de er her og hva som skal skje videre
- Betydningen av vennskap med andre barn på krisesenteret
- At de opplevde at det var vanskelig å vite hva man skulle si til venner om hvor man bor, særlig der krisesentrene også har hemmelig adresse

Barnas stemmer og opplevelser i studie, har vært viktig informasjon i arbeidet med barn på Oslo Krisesenter. Mye av vårt arbeid er derfor forsøkt tilrettelagt etter barnas uttalelser om behov.

Hvordan møte foreldrerollen i krise

Det å bli utsatt for vold er ofte så overveldende at ønske om å beskytte og ta vare på barna kommer på kollisjonskurs med behovet for å beskytte seg selv. Vi som hjelpere skal formidle til mor/far at vi ser denne konflikten og gi hjelp til å gjenopprette fokuset på barna, på deres behov og deres sikkerhet. Vi skal også trygge mor/far i foreldrerollen ved å gi konstruktive tilbakemeldinger, og styrke mors/fars omsorgsrolleressurser.

Kjennetegn på foreldrerollen i krise:

- Nedsatt omsorgsevne
- Svekket selvbilde som påvirker tilliten til egen rolle som forelder
- Skyldfølelse overfor barna
- Redsel for tap av familie og nettverk
- Redsel for hvordan klare seg generelt

Vi skal ha fokus på å:

- Kartlegge hva barnet har opplevd hjemme
- Gi mor/far innsikt på barnets reaksjoner
- Informasjon om hva vold gjør med barn
- Informasjon om hvordan vold kan påvirke samspillet og tilknytning mellom mor/far og barnet
- Støtte en åpen dialog mellom mor/far og barnet om volden som har foregått hjemme

- Hjelp familien gjennom familiesamtaler og sette ord på hvordan hver enkelt har opplevd volden.

Det sendes bekymringsmelding til barneverntjenesten dersom det er grunn til bekymring for barnas omsorg. Se egen rutine for bekymringsmelding.

Hvordan møte barn i krise

Kjennetegn på barn i Krise:

- Indre og ytre kaos
- Symptomer på traumatisering
- Vansker med å regulere følelser
- Svekket tillit til omsorgspersoner
- Tapsfølelse
- Bekymringer for hva som skal skje nå, og videre

Vi skal ha fokus på:

- Ha fokus på fakta og informasjon
- Sørge for å dekke basale behov
- Ha fokus på traumebevisst omsorg ved å hjelpe barna med å regulere følelser, samt til å takle akutt ubehag ved selvhjelpsmetoder som eks. dataspill, musikk, avspenningsøvelser og barneyoga.
- Gi forklaring på reaksjoner
- Gi så mye ro som situasjonen krever

Hvordan vil vi at barn skal oppleve Krisesenteret?

- Vite hvilken person på krisesenteret de skal snakke med og er knyttet til.
- En trygg, forutsigbar og meningsfull tid.
- Bli sett - og møtt på sine behov.
- Få hjelp til å sette ord på- og regulere følelser
- Oppleve å bli møtt med varme, forståelse og bli tatt på alvor.
- Få informasjon om hva som skjer, hvorfor de er her og hva som skal skje fremover.
- Opplevelse av kontinuitet og at de i stor grad kan opprettholde sine aktiviteter

- Omgivelsene skal legges til rette for barn med plass for familieliv og normal utfoldelse.
- Legge til rette for vennskap og samtaler mellom barna

Hva gjør en hovedkontakt?

- Deltar på mottak og inntak av barn og mødre
- Samtaler med barn, individuelt og gjennom familiesamtaler
- Samtaler med mor om barna
- Oppretter kontakt med andre instanser som skole, barnehage, barnevern m.m.
- Koordinerer og innkaller til møter om barna
- Kartlegger og vurderer barnas behov
- Utarbeider rapporter og bekymringsmeldinger
- Miljøarbeid og pedagogisk tilbud ved å legge til rette for godt samvær og utfoldelse
- Arrangere barnegrupper og mødregrupper med relevante temaer
- Oppfølging av familien etter utflytting

Faglig tilnærming i arbeidet med barn og unge

De fleste barna som kommer til Oslo Krisesenter har opplevd vold flere ganger og over tid. Halvparten av barna er under skolealder. Et barn som vokser opp i et miljø preget av vold, overgrep og frykt vil ofte tilpasse seg og formes for å beskytte seg selv mot farer. Barna blir gode på å være på vakt, reagere raskt på noe som kan tolkes som truende, holde avstand til mennesker m.m.

Mange av barna som kommer til Oslo krisesenter viser tegn på å være traumatisert, men barn som opplever traumatiske hendelser trenger ikke å bli traumatiserte dersom livssituasjonen generelt er god, de har et nært forhold til en eller flere voksne, og de evner å forstå hva som skjer. Dette er faktorer som bidrar til resiliens som betyr at de har en større motstandskraft mot vanskelige opplevelser.

Noen av barna som kommer til Oslo Krisesenter har en oppvekst bestående av det man kan kalle flere risikofaktorer. Uklar oppholdsstatus, sosio-økonomisk lavstatus, lite eller manglende nettverk, og i tillegg vold i hjemmet fra en nær relasjon. Flere av disse barna er mer disponert for psykiske reaksjoner som depresjoner i etterkant, og har behov for hjelp over lengre tid. De fleste av barna som kommer til oss har aldri fortalt om volden til noen utenfor familien, eller hatt samtaler om volden med fokus på deres opplevelser.

Nedenfor beskrives den faglige tilnærmingen til arbeid med barna som kommer til Oslo krisesenter:

Traumebevisst omsorg (TBO)

Oslo krisesenter arbeider etter prinsippene i Traumebevisst omsorg (TBO). TBO understreker betydningen av å forstå hvordan barnas indre verden ser ut. Er atferden et forsøk på å regulere redsel og sinne? Hva trenger dette barnet for å få en mer hensiktsmessig håndtering av sin indre smerte? TBO er et kunnskapsgrunnlag og ikke en metode.

Hovedprinsipper i TBO er:

- 1. Trygghet**
- 2. Relasjon**
- 3. Affektregulering**

Hvordan arbeider vi med dette på Oslo krisesenter:

Trygghet

- Egne mottaksrutiner for barna (Se Bosenters Rutineperm)
- Egen kontaktperson som støtter og samarbeider tett med omsorgspersonen
- Trygging via informasjon
 - Være nøye med å besvare spørsmålet; hva skjer med meg nå? Hva skjer med mamma og pappa?
- Utforske hva barnet selv opplever som tryggende i samtaler med barnet og med omsorgsgiver

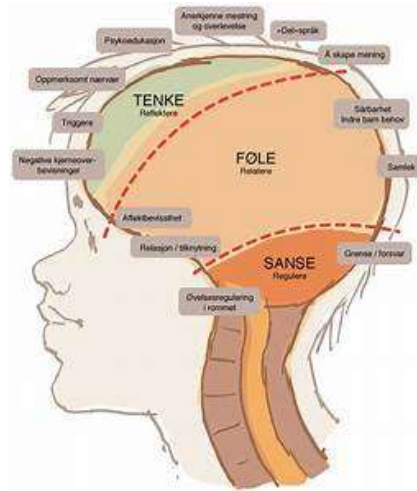
Relasjon

- Hvert barn får sin egen kontaktperson
- Bli kjent med barnet, hvem er du?
- Bli kjent med barnets reaksjonsmønster
- Se smerten bakenfor atferden hos barnet
- Opptre på en anerkjennende og sensitiv måte
- Reflektere over egne reaksjoner på barnets atferd.

Affektregulering

- Ha kunnskap om hjernens fungering til traumatiserte barn med utgangspunkt i teorien om den tredelte hjernen og toleransevinduet (se illustrasjon nederst på siden og s. 39).
- Hjelp omsorgspersonen til å regulere barnets følelser
- Hjelp barnet med å regulere følelsene og roe seg ned hvis omsorgspersonen ikke er i stand til det ved samregulering;

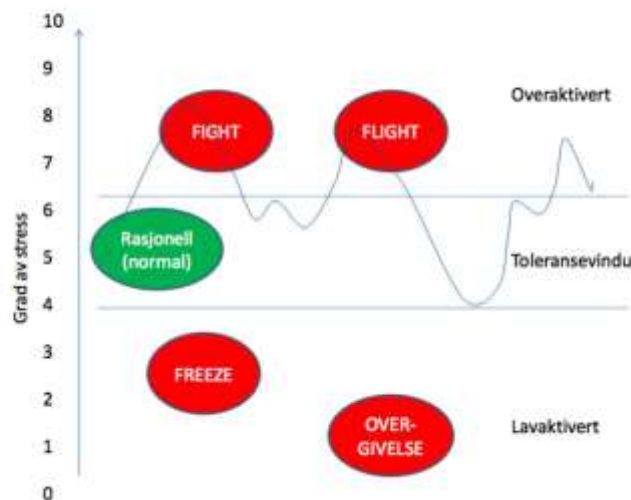
- Være bevisst på hvilken del av hjernen til barnet som er aktivert, og kommunisere med utgangspunkt i dette
- Ha fokus på om vi selv er regulert.
- Psychoedukasjon med fokus på «Den tredelte hjernen» og «Toleransevinduet»



Den tredelte hjernen

- Visualisere og forklare sammenhengen mellom sansehjernen, følehjernen og tenkehjernen, og hva som skjer i hjernen når man blir trigget.
- Å se sammenhengen mellom hvordan hjernen fungerer og hvorfor man ut fra dette handler som man gjør i stressrelaterte situasjoner. (RVTS vest, Dag Nordanger.)

Toleransevinduet



20

Det terapeutiske vinduet

- Visualisere og forklare for å bevisstgjøre hvilken aktiveringstilstand barnet er i/har vært i, og ut fra det kunne arbeide med regulering. (Er du over, innenfor, eller under toleransevinduet?).
- Vi bruker bl. a «Klar ferdig gå» utarbeidet av RVTSsør og verktøykassen «De tre gode hjelperne» utarbeidet av RVTSøst. Verktøyet brukes til både voksne og barn.

Arbeidsmetoder som stimulerer barnets evne til selvregulering:

Aktiv bevegelse:

- Yoga. 2 ansatte på barne- og ungdomsteamet har barneyogakurs.
- Bruk av store muskelgrupper ved f.eks.:
 - Dytte mot vegg
 - Bruk av klatrevegg
 - Vippe på stolen
 - m.m.

Vi har et motorikkrom med klatrevegg og gode muligheter for fysisk utfoldelse.

Regulering med bevegelse:

- Rytmsk bevegelse fra side til side/fram og tilbake roer ned:
 - Hengekøye
 - Huske
 - Bli vugget.

Regulering med berøring:

(Viktig å være oppmerksom på barnets signaler)

- Massasje
- Bruk av kuleteppe

Andre former for sanseregulering er øvelser som innebærer:

- Fokus på pust
- Balanse
- Rytme

Andre arbeidsformer:

- Time-in
 - I samspillgruppene mor/far/barn, veileder vi omsorgspersonen til å ta en pause sammen med barnet ut av situasjonen når vi ser barnets frustrasjon over manglende mestring. Dette signaliserer til barnet at «mamma / pappa er sammen med deg om dette.» Hvis ikke omsorgspersonen er i stand til det er det ansatte som må hjelpe barnet i situasjonen.
- Alternative beskrivelser av barnet

- Være bevisste på ovenfor andre barn og voksne på «huset» måten vi omtaler barnet på. Holde fokus på å se smerten bakkenfor atferden, og at barnet trenger hjelp til regulering i motsetning til at «nå må barnet skjerpe seg.»
- Å identifisere triggerne
 - Kartlegge triggerne hos det enkelte barn i samtaler med barnet og omsorgsgiver
 - Barna får utdelt en dagbok der de kan skrive eller tegne situasjoner som utløser reaksjoner.
 - Hjelp barna å utvikle en forståelse for egen atferd og egne reaksjoner.
 - Hjelp barna til å se at disse reaksjonene ikke lenger er nødvendige for overlevelse.
- «Hjernebyggende aktiviteter»
 - Våre pedagoger legger til rette for lek, aktiviteter og øvelser som styrker barnas evne til samspill med andre, oppmerksomhet, konsentrasjon, evne til kreativitet og ikke minst mestringsfølelse.
- Legge til rette for gode møter mellom barnet og omsorgspersonen
 - Utvikle barnets tilknytningssystem ved at vi har samspillsgrupper mor/far/barn 4 ganger pr. uke med fokus på gode mestringsopplevelser.
 - Veilede omsorgspersonen i samregulering med barnet.
 - Fellesmøter med omsorgspersonene 1 gang pr uke med fokus på psykoedukasjon med hensikt å styrke samspillet mor/far/barn.
- Fokus på oss selv
 - Oppøve evnen til selv å være regulert
 - Ha det som tema mellom kollegaer. Åpenhet for å avlaste hverandre
 - Ekstern veiledning hos Alternativ til vold.
- Ha fokus på en reguleringsstøttende struktur i hverdagen
 - Sette oss inn i hva som er oversiktlig og forutsigbar struktur for det enkelte barnet.
 - Gi barna timeplan for hva som skal skje av aktiviteter på huset.
 - Tilpasse hvordan vi informerer barnet ut fra barnets forståelse.

Arbeid med mor/far og barn på ulike alderstrinn

Hvordan jobbe med mor/far og sped- og småbarn 0-3 år?

Familievold starter ofte allerede i første svangerskap. Det tidlige samspillet de første leveukene og månedene, som skal legge grunnlaget for en trygg tilknytning, blir svært forstyrret og de -stabilisert av at mor/far er traumatisert, lever med et høyt angst og fryktnivå eller når mor/far er deprimert.

Utviklingen i den nye verden utenfor livmoren starter med en gang. Man må ha fokus på både barnets utviklingsmønster og det voksne omsorgssystemet. Dette er særdeles viktig da vold mot den sentrale omsorgsgiver, er en trussel mot barnets utvikling primært fordi

tilgjengeligheten og den enormt viktige utviklingsstøtten blir redusert eller rett og slett kollapser.

Det er viktig å observere samspillet mellom mor/far og barn. Et forstyrret samspill mellom mor/far og barn er et samspill uten kontekst. Det lille barnet klarer ikke å finne system og forutsigbarhet og blir svært ofte et utilfreds barn som skriker mye. Et utilfreds og krevende barn er en stor påkjenning uansett, og den oppleves enda tyngre for en deprimert mor/far. Barnet skaper tidlig sitt eget hierarki av tilknytningspersoner, og mor er som regel nr 1. Det har ikke umiddelbart med kvalitet å gjøre, men mer med statistikk som barnet fører over den som oftest gir det trygghet og trøst, fordi hun er der mesteparten av tiden.

Gjennom samspill mellom mor/far og barn etableres også tilknytningen barnet får til sin forelder. Vi skiller mellom

- ❖ Trygg tilknytning
- ❖ Ambivalent tilknytning og til dels avvisende tilknytning
- ❖ Utrygg tilknytning
- ❖ Desorganisert tilknytning

Det er gjennom et samspill med omverden at barnet utvikler identitet, selvbilde, egenverdi, opplevd mental helse og livskvalitet.

Fokus på følgende:

- Kartlegge hva mor/far har med seg av utstyr og sørge for at de får det de trenger. Sjekk lageret jevnlig slik at det finns bleier, flasker, smokker osv. tilgjengelig.
- Samtale med mor/far og barn. Vurder om det er hensiktsmessig å ha samtale med barnet alene utefra alder, modning og situasjon. Når man snakker med små barn bør mor alltid være med i samtalen slik at hun vet hva som blir tatt opp og kan hjelpe barnet videre i temaer som drøftes.
- Observasjon av samspill og grad av tilknytning. For å få til gode observasjoner bør hovedkontakten være sammen med mor/far og barn i flere settinger: måltider, lek, samtaler osv.
- Det blir også viktig å observere grad av mors/fars evne til turtaking, initiativ, grensesetting og tilstedeværelse. Man bør forsøke å lytte til mors/fars forventninger i forhold til barnets modning og evner.
- Hovedkontakten skal ha fokus på barnets utvikling og modning. Dessuten bør man observere hvordan barnets sosiale utvikling er og hvordan det er i samvær med andre barn.
- Som en metode i forhold til å bygge relasjon til mor/far og barn, observere samspill osv. kan vi sette i gang aktiviteter med familien. Det kan være gunstig å gjøre aktiviteter med og alene med barnet (les om pedagogisk tilbud side 51-52).

- Veilede mor/far i forhold til samspill, skadevirkninger sped- og småbarn kan få som følge av vold, betydningen av en god tilknytning og gi støtte til rollen som mor/far og omsorgsperson.
- Ha fokus på TBO (se side 37).

Hvordan jobbe med barn i aldersgruppen 3 – 7 år?

Barn i denne alderen er i ferd med å utvikle systemer for indre representasjon av ting og hendelser. De ytre handlingene flytter inn på det indre plan. Barnet tenker det han/hun ser og tenkningen er sentrert omkring eget JEG. Det tar derfor utgangspunkt i seg selv og sin egen situasjon i sin tenkning.

I samtalen med disse barna kan det være klokt å ha med mor/far. Dette for å trygge barnet, få hjelp av mor/far til å etablere god kontakt med barnet og for at mor/far kan følge opp aktuelle temaer med barnet etter at samtalen er over. Det er imidlertid viktig at mor/far er orientert på forhånd om målet for samtalen og at hun/han skal forholde seg ganske passiv i samtalen. Unntakene er hvis mor/far selv ikke ser seg i stand til å være til stede eller hvis man vurderer det slik at mor er for ute av balanse til at barnet kan snakke fritt i hennes/hans selskap

Vanlige reaksjoner i denne aldersgruppen kan være:

- Mareritt
- Søvnvansker, både vansker med å sovne og hyppige oppvåkninger
- Konsentrasjonsvansker
- Unngåelse av det som minner om hendelsen
- Somatiske plager, ofte mer varierte enn hos de mindre barna, som hodepine, magesmerter og kvalme
- Sinne og aggresjon
- Tristhet og sorg
- Motorisk uro og rastløshet

Fokus på følgende:

Viktig å ha fokus på **trygghet**. Barnet skal få bekreftelser på at det har vært modig og at det har handlet riktig ut fra sin alder og sin historie. Man skal ta opp temaet "skyld" og barnet skal bli forsikret om at det ikke har ansvar for det som har hendt og sin situasjon. Barnet skal få forsikringer om at det er andre voksne som ivaretar mor.

Det er viktig å legge til rette for dette ved å være åpen og lydhør for å snakke om vonde hendelser, og gi informasjon om hendelsen på nytt og på nytt.

Barna som ikke kan ha barnehageplass eller ikke kan gå i sin egen barnehage grunnet sikkerhet, deltar i vårt pedagogiske tilbud med samspillsgrupper mor/barn og lekegrupper for enkeltbarn.

Vi skal ha fokus på TBO (se side 37).

Hvordan jobbe med barn i aldersgruppen 7-12 år?

Skolebarn har en økt evne til å forstå rekkevidden av den situasjonen de er i, noe som kan gjøre dem mer utsatte for angst og bekymringer og for skyldfølelse, enten fordi de kan tro at de har vært direkte eller indirekte medansvarlig i det som har skjedd, eller fordi de ikke synes de oppførte seg slik de skulle mot sine omsorgspersoner.

Barn i denne aldersgruppen kan lett forstrekke seg og forsøke å usynliggjøre seg selv, slik at en lett glemmer at de har sine egne reaksjoner på det som har skjedd. De fleste barn vil være svært sensitive overfor reaksjoner hos de voksne og opptatt av å ikke gjøre deres situasjon vanskeligere. Noen vil forsøke å virke ekstra glade og fornøyde for ikke å vekke bekymring. Andre kan få sterk skyldfølelse over å ha det fint eller ved å delta i lystbetonte aktiviteter.

Det er temaer det er viktig å fokusere på, både når en gir foreldre råd, og når en snakker med barna. Som de små barna, er også større barn opptatt av hva som vil skje i hverdagen deres, og om det som har skjedd vil føre til store forandringer.

Vanlige reaksjoner i denne aldersgruppen kan være:

- Mareritt
- Søvnvansker, både vansker med å sovne og hyppige oppvåkninger
- Påtrengende tanker og sanseintrykk fra hendelsen som er vanskelig å få ut av hodet
- Konsentrasjonsvansker
- Unngåelse av det som minner om hendelsen
- Somatiske plager, ofte mer varierte enn hos de mindre barna, som hodepine, magesmerter og kvalme
- Sinne og aggresjon
- Tristhet og sorg
- Motorisk uro og rastløshet
- Grubling over det som har skjedd
- Vansker i sosial kontakt med jevnaldrende som ikke har delt den samme erfaringen. En opplevelse av å være annerledes og av å ha "vokst fra" de andre på samme alder
- Overtying for å hjelpe de andre i familien. Enkelte barn kan forsøke å gjøre seg "usynlige" i forsøket på å lette situasjonen for de andre i familien

Fokus på følgende:

Det er viktig å legge til rette for dette ved å være åpen og lydhør for å snakke om vonde hendelser, og gi informasjon om hendelsen på nytt og på nytt.

Viktig å ha fokus på trygghet. Barnet skal få bekreftelser på at det har vært modig og at det har handlet riktig ut fra sin alder og sin historie. Man skal ta opp temaet "skyld" og barnet skal bli forsikret om at det ikke har ansvar for det som har hendt og sin situasjon. Barnet skal få forsikringer om at det er andre voksne som ivaretar mor/far.

Barn i denne aldersgruppen kan ha god nytte av å delta i gruppesamtaler og gruppeaktiviteter med fokus på det som har skjedd og på hva som kan lindre vonde tanker og følelser.

Barn som av sikkerhetsmessige årsaker ikke kan gå på sin nærscole deltar i Oslo kriesenters undervisningstilbud (se side 53). Vi skal ha fokus på TBO (se side 37).

Hvordan jobbe med ungdom i aldersgruppen 13-18 år?

Det er stor forskjell på en 13 åring og en 18 åring. Utviklingsspennet i denne aldersgruppen er stort, og forskjellene mellom unge mennesker på samme alderstrinn er også store.

13-16 åringene går gjennom store kroppslige forandringer, er opptatt av egen utvikling og av å være mest mulig lik de andre på samme alder. De vil gjerne være selvstendige og klare seg selv, men er fremdeles avhengige av de voksne. Måten de tenker og løser intellektuelle problemer på, er ofte på høyden med de voksne, mens evnen til å tolerere og ha kontroll over følelsesmessig ubehag kan være dårligere enn den var få år tidligere.

15-18 åringene kan være dårligere til å planlegge fremover, til å forutse risiko og kan være i opposisjon til autoriteter. Kombinasjonen av en voksen måte å tenke på og ukontrollerbare følelser, kan gjøre traumatiske hendelser ekstra vanskelig å takle. Forventningen om å være voksen og selvstendig, kolliderer med sterke følelser, og gjør det umulig å fremstå som den man ønsker å være. Noen velger å takle konflikten med å distansere seg mest mulig fra det som har hendt. De vil ikke bli minnet om hendelsen, de ønsker ikke å snakke om det som har skjedd og de unngår å oppsøke situasjoner eller personer som minner dem om hendelsen. Unge mennesker er den gruppen som i minst mulig grad oppsøker og ønsker å ta imot hjelp etter kriser og katastrofer.

Dagens samfunn stiller store krav til mestring og unge mennesker skal så snart som mulig gjenoppta skolearbeid, yte som tidligere og fungere i fritidsaktiviteter på samme måte som før. Behov for å sette ned tempoet, kan fort bli møtt med mistenksomhet og tolket som forsøk på å sluntre unna.

Unge som opplever kritiske hendelser, kan oppleve at troen på fremtiden og forventningen om et godt liv blir rokket ved. Dette kan føre til at de mister motivasjonen for skolearbeid og for å planlegge fremtiden. Noen forsøker også å døyve emosjonelt ubehag ved hjelp av rusmidler. Å oppleve en krise eller katastrofe øker risikoen for å starte opp et misbruk.

Samtidig er det viktig å huske at mange unge mennesker opplever stor personlig vekst og modning når de går i gjennom traumatiske hendelser.

Eksempel på reaksjoner i denne aldersgruppen:

- “Voksne” tanker, kombinert med ”barnslige” følelser, en slik blanding av reaksjoner kan være vanskelig å takle og å sette ord på
- Sterke unngåelsesreaksjoner, både av det som minner om hendelsen og av å snakke om hendelsen. Forsøk på å unngå emosjonelt ubehag kan føre til bruk av rusmidler og til selvskading og risikoatferd
- Rask modning og vekst
- Sinne og aggresjon
- Rastløshet og uro
- Tristhet og sorg
- Grubling og skyldfølelse
- Vansker i kontakt med jevnaldrende

Fokus på følgende:

- Tydelig og alderstilpasset informasjon. Finn ut hva den unge vet, eller ikke vet. Vent med å gi den unge den informasjonen du har om hendelsen. Sørg for informasjon om hva som har hendt, hva som skal skje og konsekvensene av det som har skjedd for barnets hverdag, og hvordan dette skal løses. Bruk klare og konkrete begreper og vær tydelig
- Sett av tid til å svare på spørsmål, besvar alltid spørsmål selv om de har blitt besvart før, forsøk å finne ut hvordan ungdommen har oppfattet informasjonen
- Ta ungdommen på alvor!
- Gi støtte på å komme tilbake til normale aktiviteter som skole og fritidsaktiviteter, men vær observant på at også unge mennesker kan trenge å redusere innsatsen i en periode
- Tilby regelmessig kontakt for å snakke om det som har skjedd, om reaksjoner som skyldfølelse, angst og tristhet og gi råd om å spare på kreftene og om måter følelsemessig smerte kan lindres på.
- Psychoeducation: Den tredelte hjernen og toleransevidnet.

Ikke press noen til å snakke om hendelsen eller følelser knyttet til denne, unge kan ha mer aktivitetsrettede måter å håndtere hendelsen på, og disse kan være like virksomme som å snakke om det, dette er det viktig at de får støtte på. I stedet for å snakke om hendelsen og reaksjoner på den, kan man heller spørre om hva de gjør for å holde det vonde på avstand.

Barn som ikke kan gå på sin nærscole deltar i Oslo krisesenters undervisningstilbud.

Fokus på TBO (se side 37).

Samtaler med barna

Utviklingsstøttene dialog med barna

- Møte barnet med genuin interesse
- Være tilgjengelige og hjelpe barnet til å knytte mening til det som skjer
- Gi barnet tid
- Akseptere barnets følelser
- La barnet styre prosessen
- Godta barnets utsagn selv om det forskrekker
- Ta vare på barns verdighet
- Følg barnets oppmerksomhet
- Bekreft oppmerksomhetsfokuset
- Avvent barnets reaksjon
- Benevning
- Anerkjennende bekreftelse
- Triangulering av barnet
- Å gi barnet sammenhengende innføring i nye forhold eller personer. Jeg vet at Ali kjenner deg og at du er hans hovedkontakt. Kanskje du kan fortelle Ali litt om meg. Viktig i kontaktetablering med barn og skaper en oversikt og forutsigbarhet.
- Den voksnes ansvar for en tilpasset gjensidig start og avslutning

Forhold ved oss selv påvirker samtalen med barnet

- Å ha kontakt med våre egne følelsesmessige reaksjoner i forhold til barnet og dets situasjon
- Vår emosjonelle inntoning og de emosjonelle signalene vi gir i dialog med barn, vil være avgjørende for samtalen utvikling

Viktige elementer å ta hensyn til i samtaler med barn

- Manglende språk og sammenheng mellom opplevelse og reaksjon
- Barnets begrepsapparat i beskrivelse av volden
- Testspørsmål

Spesielle tilnærminger

Narrativ metode

- Eks. Eventyr. Når skal jeg fortelle deg et eventyr som handler om 3 bukkene bruse. Nå skal jeg fortelle hva som hendte når en gutt og en mamma/pappa kom til OK. Eksternalisering av det som er vanskelig. Kalle far/mor noe annet når det utøves vold, kalle barnets tissing i buksa for noe annet m.m.

Samtale med mor/far om barnet, med barnet til stede

- Samarbeid med mor/far om samtale om barnet "over hode" på barnet. Benevning

Dersom fare for at mor/far avhører barnet etter samtale den har med sin hovedkontakt

- Viktig å ta hensyn til om barnet kan bli utsatt for press etter en samtale. Følelse av skyld, ansvar for det som videre skjer m.m. Snakk med mor, utforsk.

Tolk i samtale med barn

- Hensyn når bruk av tolk. Lengre tid, planlegge samtalen med tolken, hva sies til barnet. Barnet snakker ofte med tolken og ikke med "meg".

Ulike samtaler

- Mottakssamtalen
- Informasjonssamtalen, den undersøkende samtalen og støttesamtalen.
- Prosessamtaler
- Avslutningssamtalen

I tillegg skiller vi mellom:

- Individuelle samtaler med barn
- Samtale barn og mor /far
- Søskenamtaler / familiesamtaler
- Gruppesamtaler

Miljøterapi

Miljøterapi deles i to deler:

- Miljødelen, å legge til rette og organisere
- Terapidelen – utvikle og endre (Landmark og Olkowska, 2009)

Hva legger vi vekt på i vårt miljøarbeid med barna og deres mor/far?

Mange studier peker på lekens betydning for barns utvikling og læring. Det pekes på at leken kan fungere som en beskyttelseshavn for reperasjoner av skadede følelser. Leken kan også være en utviklingskilde for tanker og følelser. Barna gis mulighet gjennom lek til å skape mening og struktur og dette gjør leken til en arena for å bearbeide det som er vanskelig. Dette er spesielt viktig for barn i krise. Miljøarbeid kan også være med på å bygge opp under tryggheten på kritesenteret. En av de viktigste faktorene for barn i krise er trygghet.

Basert på Empowerment tenkning ønsker vi å styrke og støtte barna og mor/far ved:

- Legge til rette for godt samvær og utfoldelse mellom barna, og mellom barna og de voksne
- Få mødre/fedre til å delta i barnas aktiviteter
- Å jobbe sammen med mor/far og barn i samspill ved å gi direkte veiledning og tilbakemelding i situasjoner vi er i.
- Bygge videre på mor/far og barns egne ressurser
- Fokus på mor/far-barn relasjonen med barnet i sentrum.
- Det skal være ansatte tilgjengelig i miljøet

Pedagogisk tilbud til de minste

Oslo Kritesenter opplever at den voldsutsatte ofte strever med å ta inn over seg barnas opplevelser av volden, og at mange mangler erfaring og verktøy til å møte barnas reaksjoner og behov.

Oslo Kritesenter startet derfor høsten 2016 prosjektet «Samspillsgrupper mor/barn» med målsetting om å støtte mødrene i deres foreldrerolle, og gi barna tettere pedagogisk oppfølging.

Med traumebevisst omsorg og gjennomføring av daglige samspillsgrupper, er hensikten å veilede og støtte mor i sin foreldrerolle, og å forsterke godt samspill med barnet. Vi ønsker å gi mor en opplevelse av mestring i morsrollen, og samtidig gi barnet mulighet for lek sammen med mor og andre barn. De gjentakende daglige gruppene vil gi mor opplevelser og erfaringer som kan bidra til refleksjon, samtale og støtte fra ansatte og andre mødre. Det er viktig for å oppnå økt mestringsfølelse i å håndtere barnas behov.

Videre ønsker vi å skape en trygg og kjent setting rundt barnet og mor, hjelpe mor og barn til å komme i faste rutiner, gi rom for lekende samspill, og å gi barnet mulighet til å engasjere sansene sine gjennom sansemotorisk lek og sang. Vi har ønsket å gi mor og barn tid sammen hvor leken og relasjonen er i fokus. Målet er å forsterke og hjelpe barnet til å etablere eller reetablere en trygg tilknytning til mor, samt å støtte mor i sin foreldrefunksjon. Vi ønsker å legge til rette for å hjelpe mødre til å regulere barnas følelser gjennom støtte, lek og utforskning.

Den teoretiske tilnærming for arbeidet som er brukt, er begrepene «Toleransevinduet» og den tredelte hjernen, «Trygghetssirkelen (COS)», samregulering, samt tilrettelegging av såkalte hjernebyggende aktiviteter, som balanse og sansemotorisk lek. Dette i tillegg til sang som gir trening i felles oppmerksomhet, og som samtidig skaper mye entusiasme og glede.

Samspillsgruppene har gitt mor og barn daglige felles opplevelser, og et grunnlag for felles referansepunkter.

Våren 2017 ble dette tilbudet utvidet, og vi fikk 2 ansatte i 100 % stilling til å drive samspillsgrupper samt tilrettelagte lekegrupper for barna.

Undervisningstilbud til barn i skolealder

Barn som ikke kan følge undervisningen på sin nærscole pga sikkerhet, får et tilpasset skoletilbud på OK. Vi har ansatt en lærer i 100 % stilling for å ivareta det pedagogiske tilbudet til disse barna.

Vi samarbeider med barnas sosiallærere og kontaktlærere. Vi får tilsendt barnas skoleplaner og undervisningen tar utgangspunkt i dette. Vi legger til rette for at barna kan få tatt avskjed med sine klassekamerater hvis de skal skifte skole.

Vi forsøker å få til et samarbeidsmøte med mor/far, kontaktlærer/sosiallærer før barnet begynner på sin nærscole igjen

Tilbud til barn og deres foreldre som oppholder seg på Oslo

Krisesenter

Pedagogisk tilbud

Hver dag tilrettelegger Oslo krisesenter grupper for brukere med barn, både samspillsgrupper og lekegrupper.. Her er fokuset «et godt samspill bidrar til god tilknytning». I tillegg bidrar det til økt kompetanse og kunnskap om barna og hvordan møte deres behov for trygghet og emosjonell støtte.

Undervisning

Oslo Krisesenter gir i samarbeid med Utdanningsetaten undervisning til de barna som ikke kan gjenoppta sitt opprinnelses- skoletilbud grunnet fare for barnas sikkerhet.

Undervisningen foregår på Oslo Krisesenter i eget undervisningsrom.

Aktiviteter utenfor huset

I samarbeid med Røde Kors, tas med barn på en uteaktivitet 3 ganger i uken. Det er på samme tidspunkt aktivitet inne på senteret for de barna som ikke kan tas med ut.

Felles aktiviteter

Det arrangeres turer og aktiviteter for brukere sammen. Aktivitetene har som mål å bidra til felles gode opplevelser for voksne og barn, samt å introdusere brukerne for arenaer og aktiviteter som de kan gjøre på egenhånd etter utflytting fra senteret.

Kvinnemøte

En gang i uken holdes et møte kvinnemøte. Her tas opp ulike temaer knyttet til å være utsatt for vold.

Mannemøte

Når det er flere menn som bor samtidig på OKM arrangeres det felles møte for menn med temaer knyttet til å være utsatt for vold.

Mødre møte

En gang i uken holdes mødre møte. Her tas opp ulike temaer som handler om morsrollen.

Barnemøte

En gang i uken holdes det Barnemøte. Dette er et dialogmøte med barna om hvordan de har det på Krisesenteret, med vekt på brukermedvirkning.

Høytider

Det arrangeres spesielle aktiviteter for brukere som forberedelse til, og feiring av ulike høytider.

Sommerferie

Hvert år arrangeres det hytteturer for nåværende og tidligere brukere. Dette for å bidra til gode opplevelser sammen, for få et avbrekk fra hverdagen, og for at barna skal komme tilbake til skole og barnehage å ha noe positivt å fortelle om.

Krav til bemanning og ansattes kompetanse

Bo-senteret har 13, 100 % stillinger i turnus. I tillegg jobber seksjonsleder 100 % og det er tre 100 % stillinger på mottak. Det er også 6 nattevakter og 10 helgevakter. Til sammen er det 33 ansatte på Bo-senteret, inklusiv seksjonsleder.

I tillegg har vi til enhver tid en stab av ekstravakter som benyttes ved ekstra behov for bemanning og ved sykdom.

Arbeidserfaringsgrunnlaget er bredt og omfatter blant annet, akutt, korttid og langtids barnevern, psykiatri og rusinstitusjoner, barneverntjenesten, Barnevernvakten, NAV, juss, pedagogikk, familieveiledning, barnehage, utviklingsarbeid, krisesenterarbeid, arbeid med fysisk og psykisk funksjonshemmede og sykepleie.

Mange har også tilleggsutdanninger som består av blant annet ICDP, PMTO, etnisitet, spesialpedagogikk, familierapi, rus, psykiatri, master i sosialt arbeid og master i traumer, krisesenterskolen m.m.

Stillingsplan: se vedlagt turnusplan.

Hver onsdag jobber alle i 100 % stillinger dagvakt, og dagen er delt inn i ulike møter som saksdrøftninger og fagmøter. En onsdag i måneden er det avsatt 2 timer til ekstern veiledning. Ca. 4-5 onsdager i løpet av året har Oslo Krisesenter felles fagdager.

Oppfølging av offentlige instanser, samarbeidsmøter, fagdager og internmøter prioriteres på dagtid. Det legges derfor opp til disse når de ansatte har dagvakt.

Stillingsprosenten blant helgeansatte varierer mellom 8 og 24 %.

Helge og nattevaktansatte benyttes også som ekstravakter når det er behov for det. Dette for å skape mest mulig kontinuitet for de barn og mødre som bor på Krisesenteret. Dette skaper også kontinuitet for oss ansatte.

Bo-senteret bestreber seg på å ansette en personalgruppe bestående av mangfold og ulikheter, både når det gjelder bakgrunn og kompetanse, selv om vi deler den samme faglige plattformen.

Det er ansatte med både med etnisk norsk og ikke etnisk norsk bakgrunn.

Frivillige

Oslo krisesenters samarbeider med Frivillighetssentralen i bydel St. Hanshaugen og Røde kors om rekruttering av frivillige. De frivillige vil få tildelt ulike oppgaver alt etter behov. Det er viktig at de frivillige ikke skal ha oppgaver som ligger i jobben til de ansatte. Før de kan bli frivillige må de gjennom et intervju og det må leveres politiattest.

Internkontroll

Bo-senteret er administrativt en del av Oslo Kriesesenter, og følger derfor Oslo Kriesesenters rutiner i forhold til HMS og internkontroll.

Seksjonsleder, ansattes tillitsvalgtrepresentanter og verneombud er medlemmer av Oslo Kriesesenters MBU.

Oslo Kriesesenter har tre verneombud, representant ved Dagsenteret, Bo-senteret og Bokollektivet.

Bo-senteret er representert i Oslo Kriesesenters styre, gjennom ansattes representant.

Samarbeid med andre, profesjonelt nettverk

Oslo Krisesenter samarbeider med flere andre både offentlige instanser og frivillige organisasjoner, Det foreligger samarbeidsavtaler mellom Oslo Krisesenter og NAV og Oslo Krisesenter og barneverntjenestene i Oslo og Oslo Krisesenter og voldsanalytikerne i politiet.

Offentlig hjelpeapparat:

- Nav
- Barnevern, Barnevernvakt
- Familievern
- Politi
- Kompetanseteamet mot ærerelatert vold og tvangsekteskap
- Psykologer, DPS og BUP
- Legevakt, sosialambulerende akutt-tjeneste

Frivillige organisasjoner:

- Røde kors
- Frivillighetssentralen
- Safe

Andre:

- Advokater
- Skoler og barnehager
- Leger
- RVTS og NKVTS
- Høgskoler

Oslo Krisesenter har også noe samarbeid med andre organisasjoner utenfor Norge gjennom EU, ambassader m.m.

Mål for samarbeidspartnere

- Et godt samarbeid med ulike offentlige instanser vi samarbeider med for å sikre at våre brukere blir godt nok ivaretatt.
- Gi råd og veiledning til samarbeidsinstanser (skoler, Nav, barnevern, advokater og lignende) som kommer i kontakt med brukere i målgruppen.

Litteraturliste

- Anstorp, T., Benum, K. & Jakobsen, M.(red.). *Disosiasjon og relasjonstraumer. Integrering av det splittende jeg*. Universitetsforlaget.
- Askheim, O.P. & Starrin B. (2007). *Empowerment: i teori og praksis*. Gyldendal akademisk.
- Berntsen, Kristin (2005), "Hjelperens rolle". Oslo krisesenter
- Barth T & Näsholm C (2007). *Motiverende samtale – MI endring på egne vilkår*. Fagbokforlaget
- Barth T, Børtveit T & Prescott P (2013), *Motiverende Intervju. Samtaler om endring*. Gyldendal akademisk
- Dyregrov, Atle (2010), "Barn og traumer". Fagbokforlaget
- Hjeltne, Unni og Steinsvåg, Per Øystein (2011), "Barn som lever med vold i familien". Universitetsforlaget
- Juul, Jesper og Jensen, Helle (2003) "Fra lydighet til ansvar, pedagogisk relasjonskompetanse". ISBN
- Levin, Irene og Trost, Jan (2005), "Hverdagsliv og samhandling". Fagbokforlaget
- Nordanger, D (2011) CACTUS: Children's Assessment of Complex Trauma Symptoms. Project proposal. Bergen: R-BUP
- Olkowska, Alicja og Landmark Berit (2016), *Miljøterapi*
- Perry, B (1999). *Memories of Fear. How the Brain Stores and Retrieves Physiological States, Feelings, Behaviours and Thoughts form Traumatic Events*. Retrieved February 2. 2011, from <http://childtrauma.org>
- Perry, B. (2006). *Applying principles of neurodevelopment to clinical work with maltreated and traumatized children*. In N. Webb (Ed.), *Working with traumatized children in child welfare* (pp. 27-52). New York: The Guilford Press
- Raundalen, Magne (2008), "Barna på Krisesenteret". Pedagogisk Forum

- Spurkeland, Jan (2005), "Relasjonskompetanse. Resultater gjennom samhandling". Universitetsforlaget
- Stern, Daniel N. (2007) *Her og nå*. Abstrakt forlag
- Van der Weele, Judith. (2006). *Styrk den indre veggen. Arbeid med stabilisering og kontroll av gjenopplevelser*. Universitetsforlaget
- Weire Jørgensen, T og Steinkopf, H. (2016), Artikkel 3- Traumebevisst omsorg i praksis. RVTS-Sør.
- Øvereide, Halldor (2009), "Samtaler med barn", Høgskoleforlaget
- Øverlien, Carolina m.fler, Rapport nr 2/2009, "Barns erfaring fra livet på Krisesenter". NKVTS
- Øverlien, Carolina (2012), "Vold i hjemmet (barns strategier)", Universitetsforlaget