

The background features a close-up, soft-focus photograph of several hands reaching towards the center. The lighting is warm and golden, creating a sense of unity and support. The hands are positioned in the upper half of the frame, with the lower half being a dark, solid blue gradient.

# ÅRSRAPPORT 2023

Vi søker varig samarbeid og gode relasjoner med tjenestene.

# Innhold

<b>Senterleders hilsen</b> .....	<b>4</b>	2.2.5 Frihet fra negativ sosial kontroll og æresrelatert vold. Handlingsplan (2021–2024) .....	39
<b>Nøkkeltall</b> .....	<b>6</b>	2.2.6 Handlingsplan mot radikaliserings og voldelig ekstremisme .....	40
<b>Vår strategiske retning</b> .....	<b>12</b>	2.2.7 Regjeringens handlingsplan mot menneskehandel .....	41
<b>1. Årsrapport RVTS Øst 2023</b> .....	<b>17</b>	2.2.8 Nasjonal helseberedskapsplan. Versjon 3.0 fastsatt 1. januar 2018 .....	44
1.1 Samfunnsoppdraget .....	17	<b>2.3 Sentrale satsninger</b> .....	<b>46</b>
1.2 Samarbeid med Statsforvalterne .....	17	<b>2.4 Forebygging av selvmord og selvsikning</b> ...	<b>48</b>
1.2.1 Regional fagsamling.....	17	<b>2.5 Den kommunale helse- og omsorgstjenesten til innsatte i fengsel</b> .....	<b>48</b>
1.3 Samarbeid med relevante fagmiljøer og arbeidsdeling mellom nasjonale og regionale sentre .....	18	<b>2.6 Personell som har deltatt i internasjonal tjeneste for Norge</b> .....	<b>50</b>
1.4 Regionalt samarbeid .....	18	<b>2.7 Sinnemestring – arbeid rettet mot voldsutøvere</b> .....	<b>51</b>
1.5 Særskilte formål og fag- og arbeidsområder for RVTS.....	18	<b>2.8 Losfunksjon</b> .....	<b>51</b>
1.5.1 RVTS Øst rapportering .....	18	<b>2.9 Flyktninghelse og tvungen migrasjon</b> .....	<b>52</b>
<b>Del 1 Arbeid mot vold i nære relasjoner</b> .....	<b>20</b>	<b>2.10 Torturutsatte</b> .....	<b>53</b>
<b>Del 2 Arbeid mot seksuelle overgrep</b> .....	<b>26</b>	<b>2.11 Regionale tverrfaglige nettverk innen kommunalt psykisk helse- og rusarbeid</b> .....	<b>53</b>
<b>2. Særskilte oppgaver og satsninger</b> .....	<b>33</b>	<b>2.12 Arbeid mot krisesentertilbudet i kommunene (Bufdir)</b> .....	<b>53</b>
2.1 Nye meldinger, proposisjoner og planer .....	33	<b>2.13 Sentrene mot incest og seksuelle overgrep (Nok./SMISO) (Bufdir)</b> .....	<b>55</b>
2.2 Sentrale planer .....	33	<b>2.14 TryggEst (Bufdir)</b> .....	<b>55</b>
2.2.1 Opptrappingsplan barn og unges psykiske helse .....	33	<b>2.15 «Jeg vet» og Snakkemedbarn.no (Bufdir)</b> ...	<b>56</b>
2.2.2 Ny opptrappingsplan mot vold og overgrep mot barn og vold i nære relasjoner .....	34	<b>2.16 Barnevernreformen og kommunenes ansvar (Bufdir)</b> .....	<b>57</b>
2.2.3 Frihet fra vold. Regjeringens handlingsplan for å forebygge og bekjempe vold i nære relasjoner (2021–2024) .....	34	<b>2.17 Innspill til og implementering av veileder for lokalt psykisk helse- og rusarbeid</b> .....	<b>58</b>
2.2.4 Handlingsplan for forebygging av selvmord (2020–2025).....	35	<b>2.18 Endringer i velferdstjenestelovgivningen</b> ...	<b>58</b>
		<b>2.19 Nettbasert formidling</b> .....	<b>58</b>
		<b>Sluttnoter</b> .....	<b>59</b>



## Utviklingen fortsetter

Under pandemiårene ble vi alle påtvunget endring. Verken i privatlivet eller på jobb kunne vi fortsette å møtes fysisk som før. I arbeidslivet ble vi utfordret til å tenke igjennom hvordan arbeidsprosessene og samarbeid, både internt og mot tjenestene, kunne utføres fra hjemmekontor. Arbeidsprosessene ble flyttet fra fysiske til digitale møter. Gjennom dette høstet vi nye erfaringer og kunnskap, og resultatet ble at vi allerede første året etter pandemiutbruddet hadde like mange brukere av våre kompetanseutviklingstilbud som tidligere.

Så ble tvangen borte. Det enkleste ville ha vært å vende tilbake til kun fysiske møter, men nye erfaringer hadde gitt oss nye muligheter. Så spurte vi tjenestene; hva ønsker de? Og deres tilbakemeldinger gjør oss optimistiske! Variasjon er et nøkkelord; det

forventes av oss at vi er fleksible, og at vi leverer kompetanse både digitalt, fysisk og hybrid. Nesten 900 meldte tydelig tilbake da vi spurte; «Faget og jobbrelevansen er viktigst», men med en tydelighet om at vi nå må være lydhøre for deres forventninger om tilgjengelighet. Vi lover dere at vi ikke skal «gå tilbake til» hvordan vi samhandlet før pandemien. Vi vet at det fortsatt er rom for videre digital utvikling og samhandling. Vårt hovedmål er at alle tjenester i regionen skal ha lik tilgang på våre tjenester.

Vi fortsetter utviklingen og bygger videre på hva vi har lært av nye ferdigheter. I 2023 inviterte vi, sammen med de fire andre RVTS-ene til et digitalt seminar om vold mot barn. Konferansen «Magien i en samtale» markerte 5-årsdagen til ressursen [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no). Hele 3.500 meldte sin interesse; halvparten av dem var bosatt i region Øst. Alle forelesningene er tilgjengelig for deltakerne i tre måneder i etterkant, noe som gjør det mulig for hele arbeidsplasser å ta innholdet i bruk til egen kompetanseutvikling – når det passer.

I 2023 har vi hatt over 31 000 deltakere i våre kompetanseutviklingsprogrammer, men dette er kun en liten del av vår kompetansegivende aktivitet. Totalt oppnådde nettressursene en samlet vekst på 22 prosent, og vi har hatt over en halv million besøk på våre nettressurser, se mer om dette på side 12. Teknologisk utvikling gjør det lettere enn noen gang å treffe de mange behovene i ulike tjenester, bare vi lytter godt og kontinuerlig tilpasser oss. Det kan være nasjonale eller regionale webinarer som streames live eller sees i ettertid, nettressurser med varierte faglige tema, samtalesimuleringer, e-læringsressurser, podkaster, nett-TV eller annet filmmateriale. Vi tilbyr

også verktøykasser for samtaler med barn og ungdom, produserer fagbøker og manualer, utvikler apper og er aktive i ulike sosiale medier. Målgruppene våre søker kontakt og kompetanse på stadig nye måter, og for at ny kunnskap skal tas i bruk er det en forutsetning at den oppleves som relevant og nyttig.

Evaluering av våre tilbud er noe vi har styrket i 2023. Vi spør våre deltakere om de er fornøyde og finner undervisningen nyttig for sin arbeidshverdag. Gjennomsnittlig svarer oppunder 90 prosent at de er godt fornøyde med relevans, læringsmål og nytte av undervisningen for deres arbeidshverdag. Dette er gode og oppmuntrende tall som vi benytter i vårt videre utviklingsarbeid.

Kompetanse i organisasjoner vokser langsomt og er komplekse prosesser. For at organisasjonene skal utvikle ny *praksis*, melder ledere tilbake til oss behov for lederstøtte, implementeringsstøtte, prosessbistand og beslutning og prioriteringsstøtte – for å nevne noe. Dette illustrerer at kompetanseutvikling i en organisasjon handler om langt mer enn at medarbeidere – fagfolkene, skal få ny kunnskap og utvikle nye ferdigheter. Skal en organisasjon lykkes med å utvikle en ny måte å gjøre jobben på, må dette understøttes gjennom ledelsens tydelig kommuniserte forventninger og mål, prioriteringer, utvikling av rutiner og kvalitetssystemer. Vi prioriterer å jobbe med tjenester hvor lederne stiller seg i spissen for utviklingsmål innen våre fagområder. Ett eksempel er samarbeidet vi har med Bydel Gamle Oslo (1.5.1.5) og Sarpsborg Kommune (1.5.1.18).

Vi har i år også gitt en samlet framstilling av vår innsats mot vold og seksuelle overgrep for å få fram hvordan tiltakene støtter og forsterker hverandre, og hvordan ulike formidlingsformer henger sammen, se del 1.

Utviklingen fortsetter også når det gjelder rammevilkårene for RVTS Øst. Hvert år skjer det gradvise endringer i form av nye eller endrede tiltak i myndighetenes tilskuddsbrev. I 2023 iverksatte Helse- og omsorgsdepartementet (HOD) en utredning av ny eierstruktur for alle kompetansesentrene utenfor spesialisthelsetjenesten. Dette ser vi på med forventning.

Takk for innsatsen til ansatte og samarbeidspartnere. Takk til myndighetene som finansierer oss. Ikke minst takk til tjenesteapparatet og brukerorganisasjonene for godt samarbeid i 2023. Og en spesiell takk til gode kolleger og de øvrige virksomhetene i Stiftelsen PILAR; RVTS Sør, RBUP Øst og Sør samt styret og ledelse. Vi ser frem til videre samarbeid og utviklingen av Stiftelsen PILAR i 2024. God lesning!

Med vennlig hilsen,

Toril Araldsen  
Senterleder RVTS Øst

# Nøkkeltall

Nøkkeltallene gir et komprimert bilde av gjennomført aktivitet og hvem vi har nådd fram til. Vi viser utviklingen i antall registrerte deltakere, fordeling mellom sektorer og nivå, fordeling på typer arrangementer, hvor stor andel av prosjektene som er i samarbeid med andre kompetansesentre og med sluttbrukere, hvor mange deltakere som er nådd i fylkene i region øst og i landet for øvrig, og hvor mange henvendelser som er fulgt opp gjennom 2023.

Vår kunnskapsformidling skjer gjennom mange kanaler. Våre registrerte deltakere utgjør ikke hele bildet. Vi viser derfor også oversikt over utviklingen av antall besøk på våre digitale ressurser. I tillegg vil vi under overskriften «Vår strategiske retning» si mer om tendenser vi ser i vår formidlingsaktivitet i 2023.

## Utvikling deltakere/dager RVTS Øst

RVTS Øst teller sine deltakere på nytt hver dag når vi gjennomfører arrangementer som varer i flere dager, slik at enheten vi måler er deltakere/dager. Vi skiller ikke på om varigheten er 1 time, ½ dag eller en hel dag. Nedgangen i 2022 handlet bl.a. om at deltakere på RVTS-enes digitale 15-årskonferanse ikke var med i tellingen. Rundt 30.000 deltakere/dager er antakelig hva vi kan regne som et normalår med eksisterende

Antall deltakere de siste tre årene		
2021	2022	2023
33 396	27 537	31 871

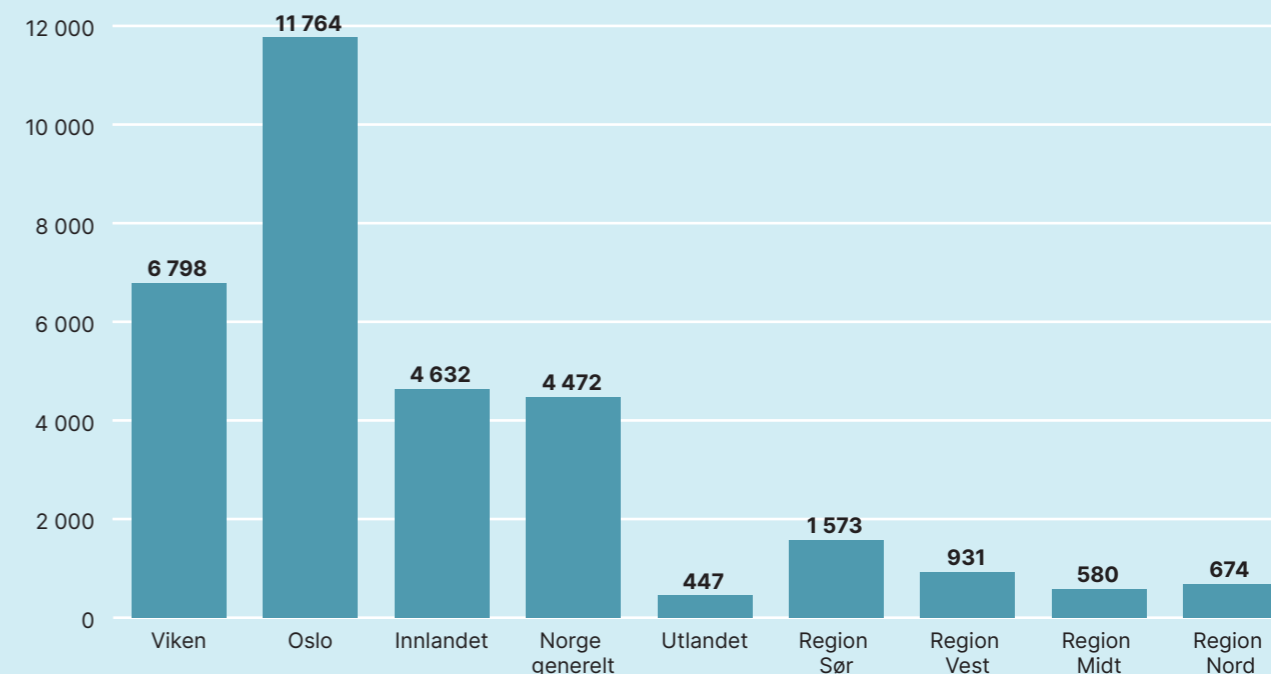
antall ansatte og en oppgaveportefølje med mange andre oppgaver enn undervisning.



## Fylker og regioner

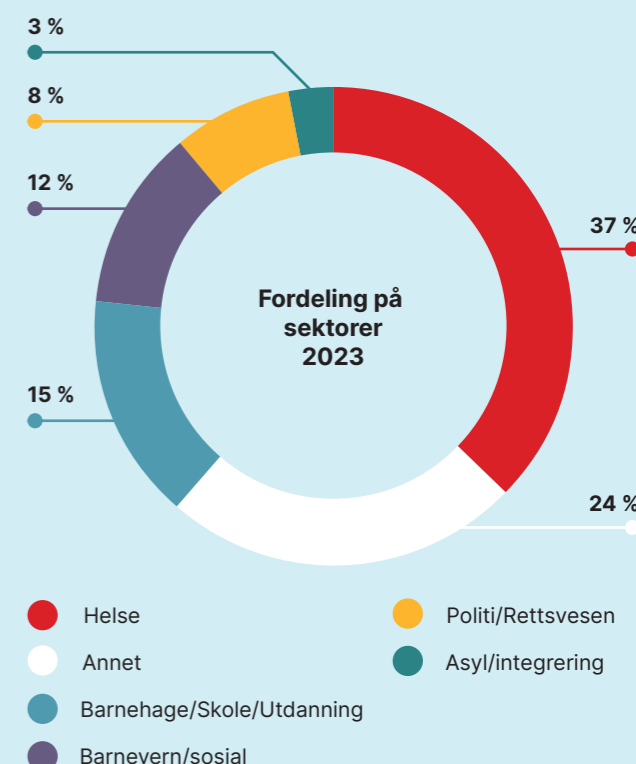
Her er en geografisk oversikt over hvor våre deltakere kommer fra. Hovedmengden kommer fra fylkene i region øst – Innlandet, Oslo og Viken.

Vår digitale undervisning gir oss deltakere fra hele landet. Vårt prosjekt i Ukraina gir også deltakere fra utlandet.



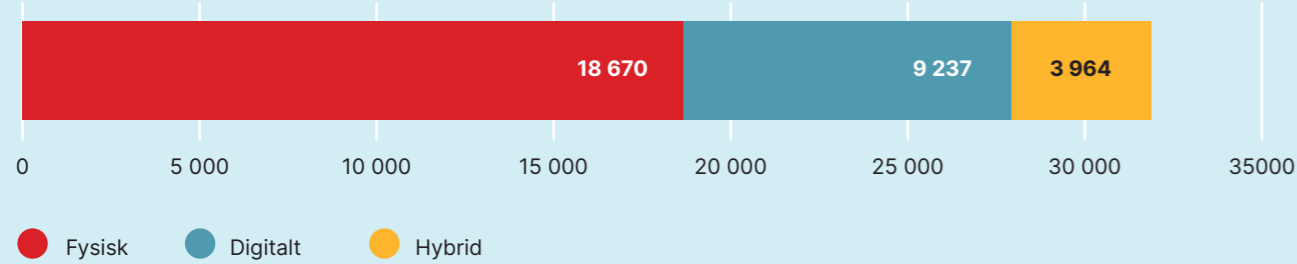
## Fordeling mellom sektorer

RVTS Østs hovedsektor for tjenestestøtte og undervisning er fortsatt helsesektoren med 37 % av deltakerne. Deretter følger barnehage/skole/utdanning med 15 % og både barnevern/sosial med 12 % og politi/rettsvesen med 8 %, mens posten annet på 24 % er en samling av tjenester som ikke passer inn i sektorinndelingen.



### Antall deltakere på digitale, fysiske og hybride arrangementer

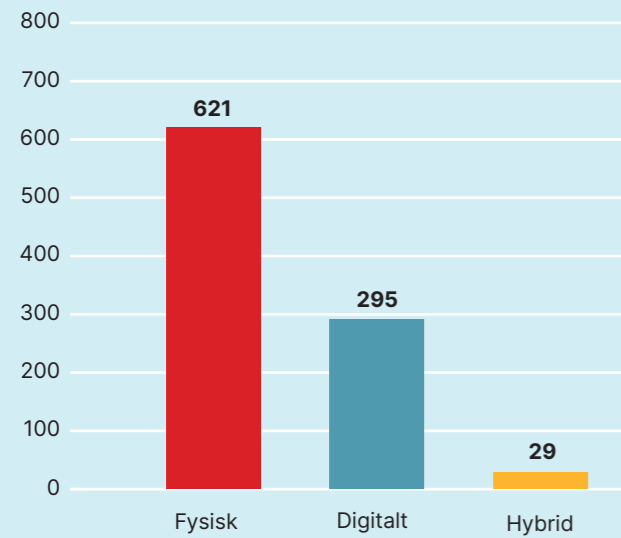
Av totalt 31 871 deltakere, har 18 670 deltatt på fysiske arrangementer og møter, 9 237 på digitale arrangementer og møter, og 3 964 deltok på hybride arrangementer. Hybride arrangementer



er arrangementer som består av både digitale og fysiske deltakere. Vi vet at det reelle tallet på digitale deltakere er større enn det som er registrert fordi det i mange tilfeller sitter personal-grupper sammen foran skjermen og følger med.

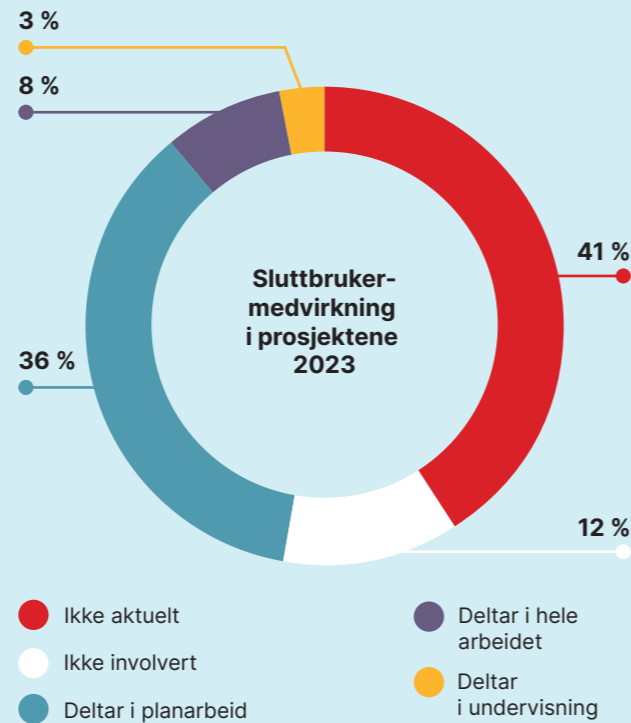
### Antall fysiske, digitale og hybride arrangementer

Vi har gjennomført 945 arrangementer (inkludert samarbeidsmøter), hvorav 621 var fysiske, 295 var digitale og 29 var hybride arrangementer.



### Sluttbruker-medvirkning i våre prosjekter

Vi registrerer for hvert av våre prosjekter om det deltar sluttbrukere i planleggingen, i undervisningen eller i hele prosjektet. I sum er det sluttbrukermedvirkning i en eller annen form i 47 % av våre prosjekter.



### Fordeling mellom nivå

55 % av deltakerne på RVTS Østs arrangementer er fra tjenester på kommunalt nivå. Kommunene står fremst i rekken av målgrupper omtalt i Helsedirektoratets tilskuddsbrev. SINTEFs undersøkelse Kommunalt psykisk helse- og rusarbeid 2023 viser at av 341 kommuner som har svart, har 88 % vært i kontakt med RVTS. Dette er en økning på 8 prosentpoeng fra 2016. Undersøkelsen viser at nesten samtlige av kommunene som har svart er fornøyde eller svært fornøyde med de ulike kontaktformene med RVTS, og at dette er stabilt over tid. I RVTS Østs egen evaluering fra november og desember 2023 svarer oppunder 90 prosent at de er godt fornøyde med relevans, læringsmål og nytte av undervisningen for deres arbeidshverdag. Nest etter tjenester på kommunalt nivå, kommer tjenester innen spesialisthelsetjenesten med 14 %.

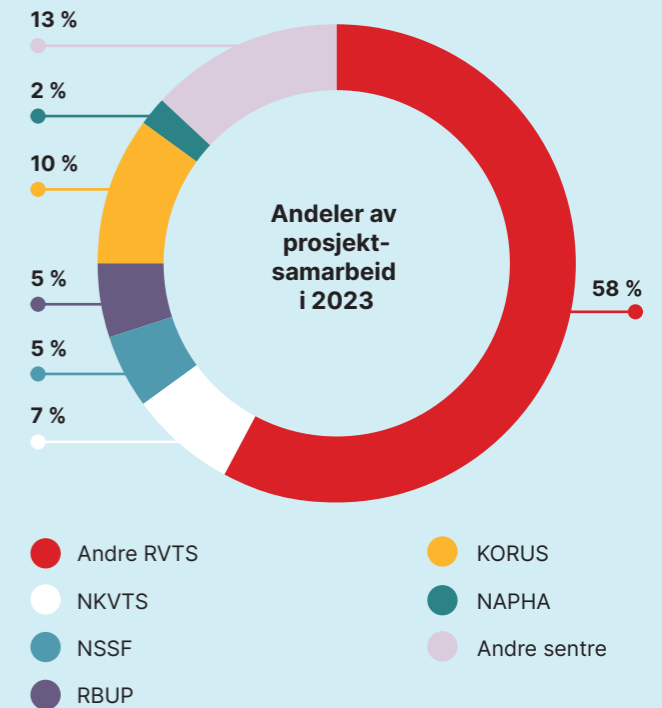


### Hvem samarbeider vi med?

For hvert prosjekt registrerer vi eventuelle samarbeidssentre. Av 157 prosjekter i 2023 registrerte vi ett eller flere samarbeidssentre i 67 av prosjektene. 58 % av disse er i samarbeid med andre RVTS, 10 % i samarbeid med KORUS-ene, 7 % med NKVTS, 5 % med henholdsvis NSSF og RBUP, 2 % med NAPHA og 13 % er med andre sentre som ikke er nevnt som egne kategorier.

Alle RVTS-ene bidrar med så mye viktig kunnskap som er relevant i mitt arbeide.

Fra spørreundersøkelse 2023



### Ansattstatus, årsverk

Helseledelse forutsetter at fordelingen av ressurser skjer tilnærmet likt mellom de ulike temaområdene RVTS-ene skal arbeide med.

Tabellen viser imidlertid et noe skjevt bilde av kompetansesammensetningen vår, da vi ikke har hensyntatt at mange av våre ansatte jobber innenfor flere av våre fagområder.

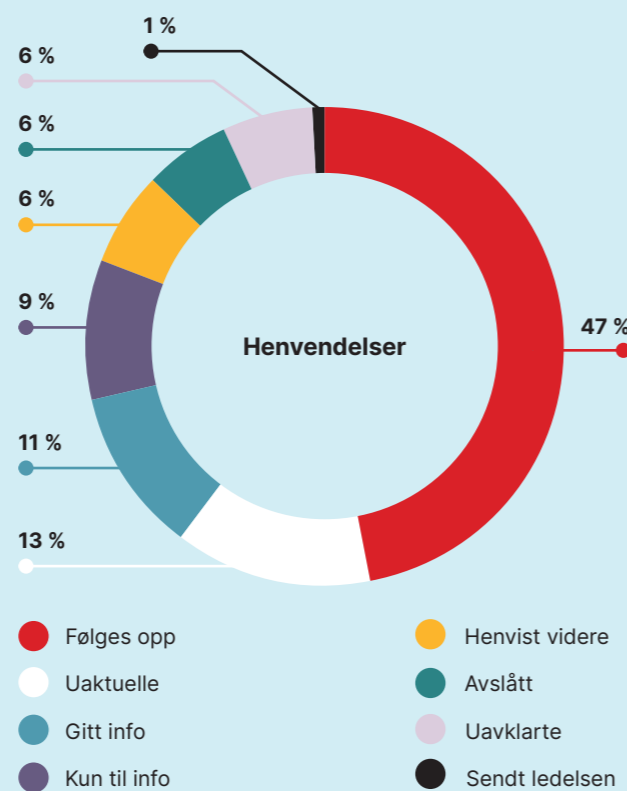
Tjenesteområde	2021	2022	2023
Traumer og traumatisk stress, herunder psykososial beredskap	6	6,7	5,75
Vold og overgrep	7,5	7,2	6,75
Forebygging av selvmord og selvskading	2,5	3,3	4,5
Flyktningehelse og tvungen migrasjon	3	3,45	3,5
Ledelse	4	4	4
Område kommunikasjon, digitalisering og prosjektstøtte	6	5,8	6,5
<b>Totalt antall årsverk</b>	<b>29</b>	<b>30,45</b>	<b>31</b>

### Henvendelser

Vi mottok i 2023 hele 372 henvendelser til vårt postmottak. 47 % av disse sakene krevde videre oppfølging, mens 11 % enkelt kunne besvares, og 9 % kun var til vår informasjon. De 6 % som ble henvist videre, ble som regel henvist til RVTS i egen region.

Det er flott at dere har så mye kurs/webinarer og ressurser.

Fra spørreundersøkelse 2023



# Vår strategiske retning

Vi arbeider i henhold til vår strategi 2022–2025. Vår strategiske retning er at tjenestene i hele regionen skal ha lik tilgang til tilbudene våre.

## Dette betyr at:

- RVTS Øst skal ligge i front på formidling av kompetanse på våre områder.
- RVTS Øst skal være en verdsatt og etterspurt utviklingspartner. Vår ambisjon er å være blant de fremste kompetansemiljøene som bidrar til utvikling av praksis i tjenester som arbeider med traumer, vold og selvmordsforebygging.

Jeg er veldig fornøyd med kurstilbud, nettportaler og digitale læringsressurser. Nettsidene er enkle å navigere seg frem i, og oversiktelige. Liker bredden i tilbud og tema, og at det oppdateres med ny kunnskap.

Fra spørreundersøkelse 2023

## Bred formidling – til mange

Målgruppenes kontakt med RVTS Øst består av langt mer enn at de deltar på våre kurs. I 2023 har vi videreutviklet vår digitale satsning og styrket vår digitale slagkraft gjennom å stå tettere sammen med

nære samarbeidssentre, se pkt. 2.19. Vi har også gjort noen uttestinger med bruk av kunstig intelligens. Vi har prøvd det ut som støtteverktøy i tekstproduksjon, filmteksting, og kursvirksomhet samt til årets julekort.

## Nettressurser

Tabellen viser en samlet oversikt over nettressursene RVTS Øst, enten helt eller delvis<sup>1</sup>, har hovedansvaret for. Vi har en bred formidling, og både nettressurser og apper er verdifulle bestanddeler i vår undervisning. Dette får vi gode tilbakemeldinger på i våre kursevalueringer.

I 2023 oppnådde nettressursene en samlet vekst på 22 %. Totalt har vi hatt over en halv million besøk på nettressursene. I 2023 har vi utviklet og styrket vår egen kompetanse på å øke synligheten til våre nettressurser. Søkemotoroptimalisering er å benytte metoder som fører til at nettsider oppnår bedre synlighet eller «ranking» på søkemotorenes resultatsider. Dette handler om at målgruppene lettere skal finne frem til kunnskapen når de trenger den i sin hverdag. Flere av nettressursene er blitt mer synlige for flere, noe vi redegjør for i denne rapporten.

I tillegg til nettressurser har vi også en podkast og to apper:

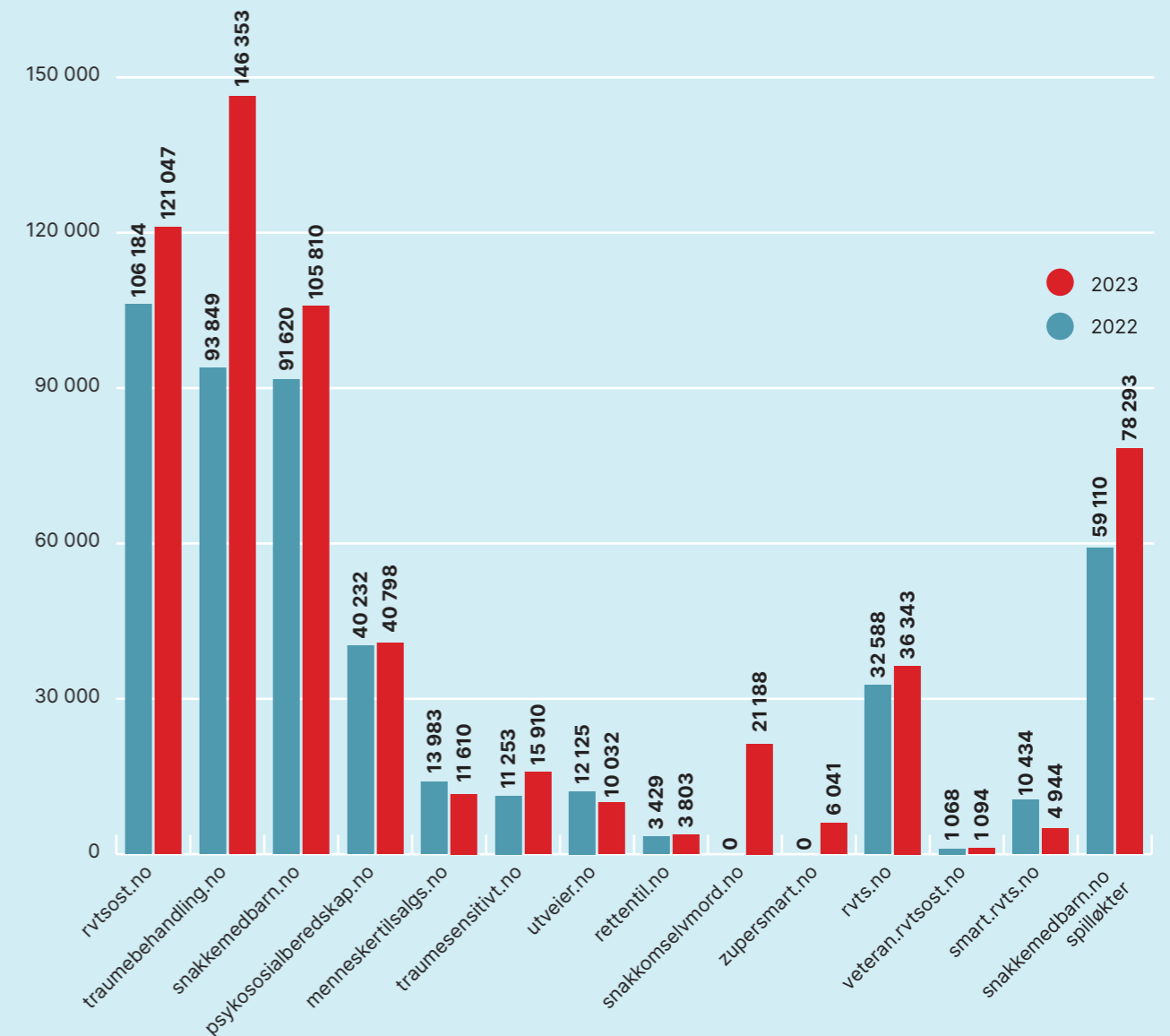
## Podkasten Samuel trenger hjelp

Podkasten «Samuel trenger hjelp» består av fire episoder og ble lansert i 2021. Podkasten handler om Samuel, men også de andre hundretusener av barn og unge utsatt for omsorgssvikt, og om hjelpeapparatet rundt.

### Totalt antall lyttinger, Samuel trenger hjelp

2023

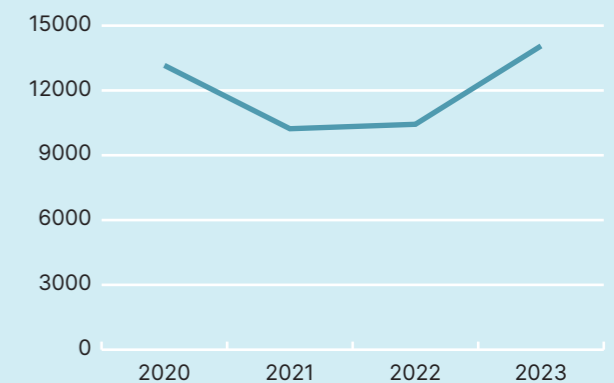
**16 736 lyttinger totalt**



Tabellen viser antall besøkende i nettressursene<sup>2 3 4</sup>

## SMART-appen

SMART (StressMestringsAktiviteter for RobusthetsTrening) er et selvhjelpsverktøy som inneholder en rekke ulike øvelser som gir kunnskap om hva som skjer med mennesker i stressende perioder, og hvordan de kan mestre stress, bekymringstanker, irritabilitet og søvnvansker. Appen er gratis og kan brukes til å forebygge psykisk uhelse og stress.

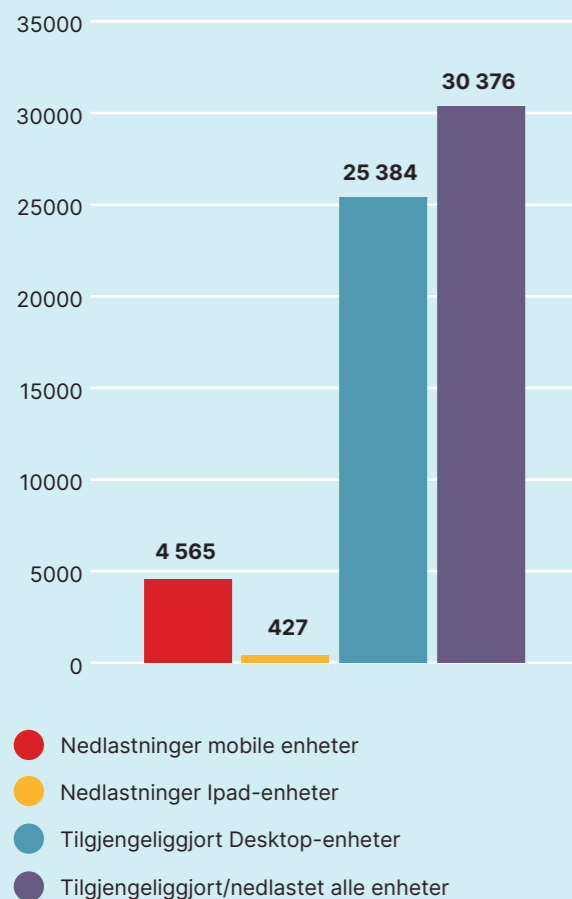


Grafen viser antall besøkende i SMART-appen

## ZuperSmart-appen

En milepæl i 2023 var lanseringen av appen ZuperSmart og tilhørende nettressurs zupersmart.no. ZuperSmart er en del av vår satsning på forebyggende arbeid rettet mot barn og unge. Appen ble utviklet som et samarbeid mellom Avdeling for Digital Helseforskning (DIG) ved Oslo universitetssykehus og RVTS Øst. Utviklingsperioden gikk over flere år, med fokus på brukerinvolvering helt fra skissestadiet frem til ferdigstilling.

Siden lansering i mars er ZuperSmart tatt i bruk på 30 376 enheter. Tallet inkluderer institusjoner som benytter nettbrett f.eks. skoler og bedrifter. Dette betyr at antallet som bruker appen kan være en del høyere enn antall enheter. ZuperSmart skal være leken, engasjerende, enkel å bruke og den skal virke forebyggende ved å gi barn strategier for å håndtere stress. Appen er gratis og kan enkelt brukes i undervisningsaktivitet for eksempel i livsmestringsfaget på skolen.



Tabellen viser antall økter i ZuperSmart-appen

## Brukerundersøkelse

Vi har gjennom hele året jobbet målrettet med å videreutvikle RVTS Øst som en virksomhet som har kompetanseheving og formidling som sine hovedoppgaver. For å vite mer om hva brukerne av våre tjenester foretrekker, sendte vi høsten 2023 ut en enkel undersøkelse som vi distribuerte bredt gjennom hjemmeside, nyhetsbrev og sosiale medier. God distribusjon resulterte i nærmere 900 svar. Svarene tyder på at våre målgrupper følger med i tiden og stiller nye krav til vår tilstedeværelse, noe som gjør kontinuerlig utviklings- og forbedringsarbeid helt essensielt.

Svarene uttrykker forventning om at både det tekniske, det faglige og presentasjonen av faget må være på plass. I tillegg ønskes variasjon og fleksibilitet for når undervisning kan gjennomføres. Bruk av film og mulighet for dialog er også ønsket av mange.

## Pedagogisk kompetanseløft

Vi ser at det å planlegge, utarbeide og gjennomføre digital undervisning med høy kvalitet, krever flere typer intern kompetanse. Dette handler om kompetanse på å lage gode undervisningsfilmer, klipp og redigering, kunnskap om hvordan utnytte potensialet i Zoom eller tilsvarende verktøy, samt ha en forståelse av hvilke verktøy som kan bidra til økt kvalitet på den digitale undervisningen. Brukerundersøkelsen viser at målgruppene våre setter pris på bredden vi tilbyr, og at de ønsker seg både fysiske og digitale tilbud. På dette feltet er vi i gang med forbedringsarbeid så vi kan gjøre enda bedre vurderinger basert på målgruppens behov. I en slik tilnærming kategoriseres grad av kompetanse ulikt avhengig av læringsmålet. Trinnene angir graden av progresjon der det nederste trinnet krever en relativt lavere grad av kompetanse enn de øvrige. Dette åpner igjen for en vurdering av hvilke typer opplæring (digital eller fysisk), og hvilke pedagogiske verktøy som er hensiktsmessig for de ulike læringsmålene. Nederste trinn kan eksempelvis nås gjennom asynkron formidling på nett, e-læring eller digitale grunnkurs med mindre grad av øving og prosessarbeid. De øvrige trinnene krever mer muligheter for øving i workshops med samarbeid og refleksjonsprosesser.



RVTS Østs profilmanual

## Kommunikasjon og profilarbeid

I 2023 ble vår profil<sup>5</sup> betydelig oppgradert både innholdsmessig og visuelt. Primært har vi digitalisert og modernisert vårt visuelle uttrykk. Profilen gir også en enkel oversikt til vår samlede portefølje av ressurser samt forenkler samarbeid med andre aktører.

Samarbeid med andre nære sentre har ellers vært prioritert i 2023. Kommunikasjonsavdelingene i RVTS-ene møtes fast to ganger i måneden, noe som har ført til en lettere informasjonsflyt, et bedre samarbeid og en sterkere delingskultur.

NKVTS og RVTS-enes kommunikasjonsavdelinger har møttes kvartalsvis gjennom året. Her deles relevant informasjon, der hvert senter informerer om planer for kommende kvartal. Dette bidrar til felles delingskultur og bedre planlegging, se også pkt. 2.19.



**12 000**  
følgere på Facebook



**1 000**  
følgere på LinkedIn



**1 400**  
følgere på Instagram



**140**  
abonnenter på YouTube

## Rvtsost.no, nyhetsbrev og sosiale medier

I 2023 har rvtsost.no hatt en trafikkvekst på 12 %. Trafikken fra søk har økt grunnet større etterspørsel etter kurs og konferanser. I tillegg kommer også veksten av flere som klikker seg inn via sosiale medier.

I 2023 har vi sendt ut 14 nyhetsbrev til våre abonnenter og vi erfarer en umiddelbar effekt etter utsendelse ved at våre kurs fylles opp.

Åpningsprosent nyhetsbrev pr år		
2021	2022	2023
<b>33 %</b>	<b>37 %</b>	<b>38 %</b>

Vår aktivitet i sosiale medier er styrket. Vi vektlegger å utvikle eget innhold som treffer målgruppene, i tillegg til å dele andre samarbeidspartneres innhold. Med forankring i ulike faglige nettverk har vi også arrangert og samarbeidet med andre RVTS om flere seminarer via Facebook. Vi får gode tilbakemeldinger på å være i en kanal hvor «alle» er: det gir lett tilgjengelig kunnskap og har lav terskel for deltakelse. Vi jobber bevisst med å videreutvikle hvordan vi formidler relevant faginformasjon på våre sosiale medier-plattformer. Å skape engasjerende innhold som treffer målgruppene er essensielt. Dette har økt vår interaksjon og dialog med målgruppene samt ført til bedre spredning av vår kompetanse.





# 1

## Årsrapport RVTS Øst 2023

Strukturen i årsrapporten er hovedsakelig bygget opp etter postene i tilskuddsbrevet 2023.

### 1.1 Samfunnsoppdraget

RVTS Øst styrer sin innsats ut fra Samfunnsoppdraget for kompetansesentrene utenfor spesialisthelsetjenesten (HOD, 2015), regelverk for tilskuddsordningen og tilskuddsbrevene.

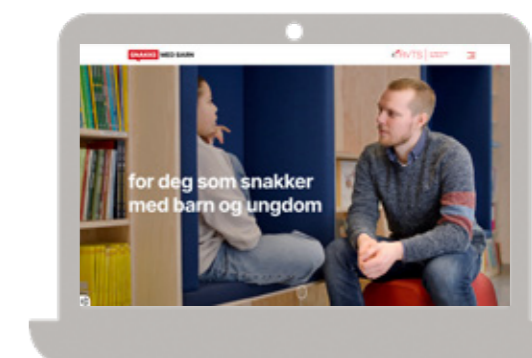
RVTS Øst utfører sin innsats i henhold til tilskuddsbrev fra Helsedirektoratet, tilskuddsbrev fra Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir), Integrerings- og mangfoldsdirektoratet (IMDi) og Helse Sør Øst RHF. RVTS Øst svarer ut alle tiltak omtalt i tilskuddsbrevene. Mange av tiltakene er forankret i regjeringens handlingsplaner, opptrappingsplaner og tilsvarende normerende dokumenter. Vi prioriterer tiltak overfor tjenester som ønsker å arbeide med en lederforankret implementering av kompetansen vi formidler.

Vi mottok i 2023 372 henvendelser til vårt inntaksteam. Blant tjenestene som ber om bistand finner vi alle målgruppene som er angitt i regelverket<sup>6</sup>.

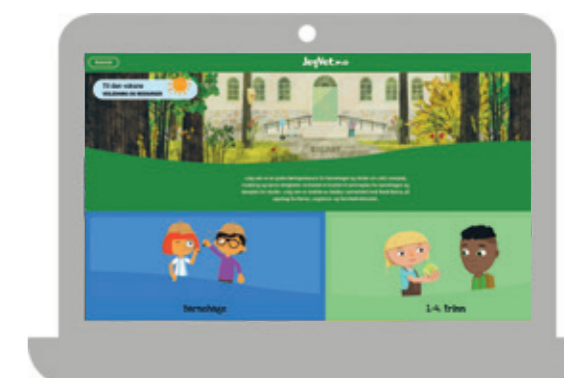
### 1.2 Samarbeid med Statsforvalterne

RVTS Øst har flere samarbeidsrelasjoner med Statsforvalteren i Innlandet og Statsforvalteren i Oslo og Viken. Statsforvalterne er del av det regionale samarbeidet (pkt. 1.4).

Statsforvalterne har fått midler til implementering av [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no) og «Jeg vet» (pkt. 2.15), og bidrar til det i samarbeid med RVTS Øst. Statsforvalterne arrangerer webinarer der RVTS Øst introduserer verktøyene og viser hvordan tjenestene kan ta dem i bruk. Vi samarbeider også med Statsforvalterne om å bidra til kommunenes arbeid med handlingsplaner mot vold i nære relasjoner (pkt. 2.2.3).



snakkemedbarn.no



«Jeg vet» – jegvet.no

#### 1.2.1 Regional fagsamling

##### Mål

Styrke strategisk samarbeid og koordinering, kunnskapsdeling samt skape engasjement for det regionale arbeidet med psykisk helse og rus mellom RVTS Øst, RBUP, KORUS Øst, KORUS Oslo, NAPHA og Statsforvalterne i Innlandet, Oslo og Viken.

### Aktivitet 2023

Fagsamlingen ble gjennomført 7. november på Hamar. Hovedfokus var å presentere gode eksempler fra sentersamarbeid og utfordringer med dette. Ett annet sentralt tema det ble viet god tid til var brukermedvirkning.

### Kvalitetsutvikling

Evaluering ble gjennomført med gode resultater og positive tilbakemeldinger. Det kom også gode innspill til videreutvikling av samarbeidet.

## 1.3 Samarbeid med relevante fagmiljøer og arbeidsdeling mellom nasjonale og regionale sentre

Vi hadde 14 pågående samarbeidsprosjekter med NKVTS og 11 med NSSF, som er våre viktigste nasjonale samarbeidspartnere. 27 prosjekter var med andre sentre enn de regionale og nasjonale vi vanligvis registrerer. Blant disse finner vi Statens Barnehus, Forsvarets sanitet og en rekke andre spesialistmiljøer. For mer informasjon, se s. 9.

## 1.4 Regionalt samarbeid

### Mål

RVTS Øst, RBUP, KORUS Øst, KORUS Oslo, (kompetansesentrene i øst), samt NAPHA og Statsforvalterne i Innlandet, Oslo og Viken har oppgaver som delvis utfyller hverandre og overlapper. I de senere år har det vært fokus på koordinering av arbeidet. Vi erfarer nå at vi klarer å utfylle hverandre på en bedre måte enn før koordineringen ble satt i system.

### Aktivitet 2023

Kompetansesentrene i øst har møttes ved flere anledninger for å diskutere endringer i tilskuddsbrevene, revidere den felles forpliktende planen for regionalt samarbeid og følge opp de regionale samarbeidsprosjektene. I tillegg har sentrene samarbeidet om den regionale fagsamlingen (pkt. 1.2.1). RVTS Øst har i 2023 vært med i 22 regionale samarbeidsprosjekter.

Som et ledd i arbeidet med å fremstå mer enhetlig i møte med tjenestene, utnytte ressursene effektivt og målrettet samt skape et faglig fellesskap for kommunikasjonsansatte, møtes kommunikasjonsansatte ved sentrene jevnlig. I tillegg til informasjonsdeling, er dette et viktig faglig forum for en liten faggruppe. Gjennom samarbeidet kobles vi raskt på hverandres ulike satsinger.

I 2023 hadde forumet tre møter, i tillegg til den regionale fagdagen på Hamar. Samarbeidet videreføres i 2024, under ledelse av RVTS Øst.

## 1.5 Særskilte formål og fag- og arbeidsområder for RVTS

### 1.5.1 RVTS Øst rapportering

#### 1.5.1.1 Hvordan RVTS Øst overordnet vurderer at tilskuddet har bidratt til at nasjonale mål for arbeidet mot vold og overgrep oppfylles i region øst

### Mål

Norge har gjennom tilslutning til internasjonale menneskerettighetskonvensjoner og gjennom deltakelse i FN, Europarådet, Nordisk ministerråd og andre internasjonale organer, forpliktet seg til å forebygge og bekjempe vold i nære relasjoner og vold og seksuelle overgrep mot barn. Regjeringen konkretiserer sine mål for dette arbeidet i en rekke nasjonale handlingsplaner som «Frihet fra vold. Regjeringens handlingsplan for å forebygge og bekjempe vold i nære relasjoner (2021-2024)», «Frihet fra negativ sosial kontroll og æresrelatert vold. Handlingsplan (2021-2024)» og «Regjeringens handlingsplan mot menneskehandel». I tillegg er det utgitt en rekke andre normerende dokumenter i form av veiledere, retningslinjer og strategier. De mange planene og dokumentene viser at selv om forebygging og avverging av vold er det nasjonale målet, er det mange ulike fenomener samlet under begrepet vold. De ulike fenomenene krever ulike forebyggende tiltak og ulik type kompetanse.

På de neste sidene viser vi vårt arbeid mot forebygging av vold i nære relasjoner. Deretter kommer en beskrivelse av vårt arbeid mot forebygging av seksuelle overgrep.



# Del 1

## Arbeid mot vold i nære relasjoner

Er meget fornøyd over hvordan dere deler deres kompetanse med oss.

*Fra spørreundersøkelse 2023*

### 1.5.1.2 Status for feltet

I februar 2023 publiserte NKVTS en ny omfangsstudie av den voksne befolkningen sine erfaringer med vold og overgrep. I rapporten uttrykkes bekymring for at vold i nære relasjoner og alvorlige seksuelle overgrep ser ut til å øke. Studien viser også at politi og rettsvesen har kjennskap til en liten andel av volden, og at mindre enn halvparten av de utsatte hadde snakket med helsevesenet om sine erfaringer. Videre viser rapporten en økt risiko for å bli eksponert for vold som voksen dersom man har vært utsatt for vold som barn.

I mai publiserte Menon Economics en samfunnsøkonomisk analyse som viste at vold i nære relasjoner kostet det norske samfunnet nesten 92,7 milliarder kroner i 2021. NOVA publiserte i august ny kunnskap om vold og overgrep blant elever i videregående skole basert på de tre UngVold-undersøkelsene i 2007, 2015 og 2023.

I publiseringen fremkommer det at omfanget av seksuell vold har økt markant fra 2015 til 2023. Omfanget av mildere fysisk vold fra og mellom foreldre er derimot redusert fra 2007 til 2023, mens like mange rapporterer om grov vold. Jevnaldrende og kjærester er også sentrale utøvere av vold mot unge. Alt i alt tegnes det et bilde av at den voldsforebyggende innsatsen trengs mer enn noen gang tidligere.



RAPPORT  
SAMFUNNSKOSTNADER AV VOLD I NÆRE  
RELASJONER



MENON-PUBLIKASJON NR. 15/2023  
Simon Pedersen, Per-Fredrik Forberg-Johansen, Ida Ljøggott von Hanno, Trine Myrvald og Ole Magnus Stokke

Rapport om samfunnskostnader av vold i nære relasjoner fra Menon Economics

### 1.5.1.3 RVTS Østs innsats

I myndighetenes oppdrag til RVTS-ene står det at «Sentrene skal ha kunnskap om, og ivareta, dimensjonene utsatt/utøver, og alle aldersgrupper og livsfaser innen de ulike temaområdene. En bred voldsdefinisjon skal legges til grunn for arbeidet, inkludert vold i både likekjønnede og ulikekjønnede relasjoner, lhbti-relasjoner og vold i institusjons- og tjenesteforhold. Voldsbegrepet omfatter også tvangsekteskap, kjønnslemlestelse, negativ sosial kontroll og æresrelatert vold.» Dette tydeliggjør at vold i nære relasjoner som fagområde berører en stor og heterogen gruppe mennesker og ulike spisskompetanseområder, som for eksempel æresrelatert vold.

Takknemlig for all kunnskap dere deler på en variert måte.

*Fra spørreundersøkelse 2023*

RVTS Østs innsats er formet av at vi gjennom årene har hatt en rekke innsatser mot ulike tema innen voldsfeltet. Eksempler på dette er en særskilt innsats mot negativ sosial kontroll og æresrelatert vold (pkt. 2.2.5), mot radikaliserings og voldelig ekstremisme (pkt. 2.2.6), mot utnyttelse og menneskehandel (pkt. 2.2.7), mot tverrsektorielt arbeid med rus og vold (pkt. 2.2.3), mot skadelig seksuell atferd og seksuelle overgrep (pkt. 2.2.3), mot avdekking av vold og overgrep mot barn og unge (pkt. 2.15) og avdekking av vold og overgrep mot særlig risikoutsatte voksne (pkt. 2.14). Vi har også gjennom mange år hatt prosjekter rettet mot ulike aktører på voldsfeltet, som kriesentrene (pkt. 2.12) og sentrene for utsatte for seksuelle overgrep (pkt. 2.13). Vi arbeider fortløpende med å engasjere kommunene i region øst til å arbeide systematisk med å forebygge, avdekke og følge opp voldsutsatte og voldsutøvere på en helhetlig og systematisk måte. Dette innebærer arbeid med handlingsplaner mot vold i nære relasjoner, systematisk kvalitetsutvikling i tjenestene og tverrsektorielle samarbeid. Vi bistår kommunene med å øke forståelsen for at mennesker med traumeerfaringer kan ha en atferd og fungering som er påvirket av hva de har opplevd (pkt. 1.5.1.18 og



pkt. 2.16), og vi tilrettelegger for arbeid rettet mot voldsutøvere (pkt. 2.7).

RVTS Øst har over flere år utviklet et bredt tilbud for å møte disse utfordringene samlet i det vi nå kaller Kommuneprogrammet. I tillegg tilbyr vi egne kompetanseløp under de ulike temaområdene i tilskuddsbrevet.

#### 1.5.1.4 Kommunenes behov

RVTS Øst samarbeidet med Statsforvalteren i Oslo og Viken, og Innlandet om å kartlegge status for kommunene i vår region sin innsats mot vold i nære relasjoner. Målsetningen for kartleggingen var å gi tilbud om kompetanseheving. I løpet av høsten 2023 har vi hatt en rekke digitale møter med ansvarlige for ulike kommuners innsats mot vold i nære relasjoner, og fått anledning til å gi innspill på flere kommuners utkast til handlingsplaner.

#### 1.5.1.5 Helhetlig kompetanseutvikling om vold i nære relasjoner

RVTS Øst tilbyr et helhetlig program om vold i nære relasjoner som skal bidra til å møte

kommunenes behov for kompetanse på voldsfeltet knyttet til både forebygging, avdekking og ivaretagelse av voldsutsatte. Programmet består av grunnleggende kompetanse om vold og overgrep, konsekvenser av vold inkludert traumer, hva man kan se etter for å avdekke om noen har voldserfaringer eller lever med pågående vold, samt hvordan man håndterer en bekymring. Programmet er utviklet som en digital undervisningsmodul med ferdig innspilt undervisningsmateriale.

I tillegg til grunnmodulen kan kommunene velge ulike fordypninger tilpasset kommunen og/eller de enkelte tjenestene. Eksempler på fordypning er:

- den viktige samtalen
- [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no)
- vold mot særlig risikoutsatte voksne
- negativ sosial kontroll og æresrelatert vold
- ivaretagelse av voldsutsatte
- traumer og regulering

Alle våre fordypninger inneholder muligheten til å øve opp ferdigheter man trenger i møte med voldsutsatte. Dette kan også ta form som egne workshops. I tillegg tilbyr vi leder- og implementeringsstøtte for å bistå til at tjenesten sikrer at ny kunnskap fører til endret praksis. Programmet kjøres over tid slik at tjenestene kan jobbe med implementering mellom undervisningene.

I 2023 har vi et samarbeid med bydel Stovner, Solørkommunene (Grue, Åsnes og Våler) og Ringebu kommune om helhetlig kompetanseprogram om vold i nære relasjoner.

**Et traumesensitivt perspektiv** er en av grunnpilarene i all vår undervisning. Dette gjelder også på voldsfeltet. Å være utsatt for vold er en potensielt traumatiserende erfaring. Det er derfor nødvendig å forstå hva belastninger som vold og overgrep gir av konsekvenser. Dette er også viktig kunnskap for å kunne ivareta voldsutsatte når volden er avdekket. Grunnleggende traumeforståelse, ulike former for reguleringsstøtte, psykoedukasjon og forståelsen av hvordan du som hjelper selv påvirker og blir påvirket i møte med voldsutsatte er viktige elementer i undervisningen. Vi legger vekt på at all undervisning skal lede til handlingskompetanse ved at man øver på de ferdighetene som skal tas i bruk.

Et eksempel på en slik helhetlig måte å jobbe med kompetanseheving på er samarbeidet med Bydel Gamle Oslo om prosjektet Økt livsmestring. Prosjektet er en pilot for strategien Oslo – en traumeinformert by, som er politisk vedtatt av byrådet i Oslo og skal vare frem til 2030.

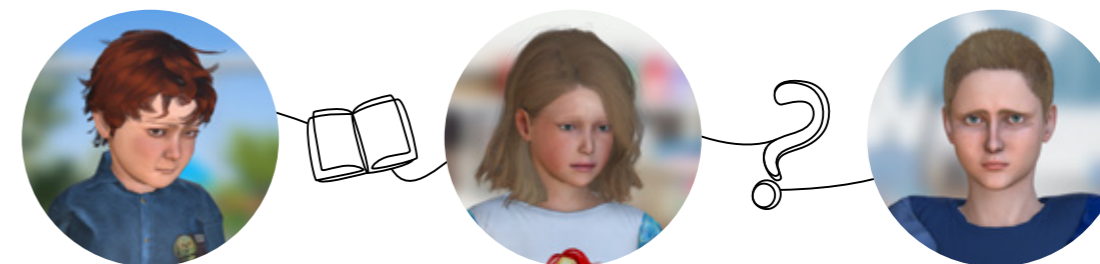
I prosjektet samhandler RVTS Øst med ansvarlige i bydelen om utforming og innhold i en opplæring som

skal utvikle traumeinformerte tjenester. I tillegg til opplæring av ansatte, utvikler vi sammen med bydelen opplæringsmaterieell som kan brukes i deres videre arbeid med kompetanseutvikling. Med utgangspunkt i resultater fra TANDEM<sup>7</sup>, kartleggingsverktøy for måling av opplæring i traumesensitivitet, har RVTS Øst utviklet opplæringen. Den går over flere år, og inneholder kunnskap om barndomsbelastninger og traumereaksjoner. Fokuset er å øke ansattes handlingskompetanse i møte med brukere i bydelen. Tjenester for barn og unge i deler av bydelen er med i piloten. I prosjektet er det lagt stor vekt på implementeringsstøtte til tjenesteledere. Dette for å øke sannsynligheten for en varig implementering. Her går kunnskap om vold og overgrep og traumeinformerte tjenester sammen på en måte som med stor sannsynlighet øker handlingskompetansen, både på forebygging, avdekking og oppfølging av brukere i bydelen.

Mange kommuner og tjenester ønsker mer avgrensede satsinger på kompetanse om spesifikke tema innenfor temaet vold i nære relasjoner. Våre ulike tiltak, som også er omtalt andre steder i rapporten, er med og dekker denne etterspørselen.

#### 1.5.1.6 Digital basisundervisning for nytilsatte

Helseetaten i Oslo kommune ønsket bistand til å utvikle en grunnopplæring om vold i nære relasjoner som et opplæringstilbud til nyansatte. I samarbeid har vi utviklet en nettside med undervisningsfilmer og refleksjonsoppgaver som kompetansehevingstilbud til bydelene. Målet med tiltaket har vært å øke de ansattes fenomen- og handlingskompetanse på temaområdet. Forebygging, avdekking, ivaretagelse av utsatte, risikokartlegging, samt koordinert og tverrfaglig innsats er tema som er belyst.



Illustrasjon fra snakkemedbarn.no

### 1.5.1.7 Forebygging og avdekking av vold mot barn og unge

[Snakkemedbarn.no](http://Snakkemedbarn.no) er et digitalt opplæringsprogram der målet er å gjøre voksne tryggere i møte med barn eller unge de er bekymret for. Opplæringsprogrammet er en del av vårt undervisningstilbud som omhandler temaene forebygging av vold, traumesensitiv omsorg, skadelig seksuell atferd samt traumeinformert praksis. En felles handlingskompetanse i alle disse programmene er å snakke med barn, unge og voksne om et tabuisert tema. Snakkemedbarn.no brukes som øvingsverktøy i flere av kompetansehevingsprogrammene.

RVTS-ene bidrar også til å implementere Bufdirs nettressurs «Jeg vet». Ressursen skal hjelpe ansatte i barnehager og på skoler i å lære barn om kropp og grenser, vold og seksuelle overgrep, mobbing og vennskap. «Jeg vet» er en viktig ressurs i forebyggingsarbeidet og som en del av kommunenes strategi mot vold i nære relasjoner (pkt. 2.15).

Kursene dere holder er av veldig god kvalitet som er nyttig for oss som jobber med mennesker i ulike situasjoner og med forskjellig bakgrunn og ballast.

Fra spørreundersøkelse 2023

### 1.5.1.8 Oppfølging av voksne voldsutsatte

Kommunene har plikt til å tilby voldsutsatte et trygt botilbud. Som en del av dette arbeidet skal alle kommuner ha et krisesentertilbud. Krisesentrene er avgjørende for å avdekke vold samt ivareta voldsutsatte, både voksne og barn. RVTS Øst har i oppdrag å bistå krisesentrene med kompetanseheving. Dette gjør vi gjennom å arrangere nasjonal krisesenterkonferanse i samarbeid med de andre RVTS-ene på oppdrag fra Bufdir, nettverksarbeid og annen kompetanseheving for ansatte om vold og traumer. Når vi samhandler med kommuner og bistår i deres arbeid mot vold, er vi tydelig på at krisesenteret kun er ett ledd i kommunenes oppfølging av

voldsutsatte. Oppfølgingen etter oppholdet på krisesenteret er like viktig. Mer om vårt arbeid rettet mot krisesentre, se pkt. 2.12.

### 1.5.1.9 Spesielt risikoutsatte grupper og vold mot eldre

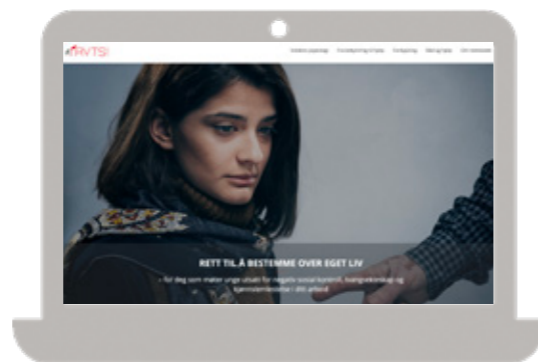
TryggEst er Bufdir sitt tilbud for ivaretagelse av særlig risikoutsatte voksne og gir en god organisering av et «voksenvern» for mennesker som trenger det. Ordningen har som mål å bidra til at det avverges vold mot eldre, personer med nedsatt funksjonsevne eller utviklingshemming, personer som lever med rus eller psykiske lidelser eller har en minoritetsbakgrunn som gjør dem særlig risikoutsatte for vold, overgrep og omsorgssvikt.

RVTS Øst har i oppdrag å gi kompetanseheving til ansatte i TryggEst-kommuner gjennom undervisning om vold og traumer, risikokartleggingsverktøyet RITE og støtte til implementering av TryggEst-modellen. RVTS Øst har et tett samarbeid med Bufdir om oppfølging av alle TryggEst-kommunene i region øst. Vi har i 2023 ansatt en spesialrådgiver med særlig ansvar for dette arbeidet (pkt. 2.14).

### 1.5.1.10 Oppfølging av voksne voldsutøvere

RVTS Øst samarbeider med Brøset sinnemestring og bidrar med tilrettelegging for deres kurs samt undervisning på kursene (pkt. 2.7).

### 1.5.1.11 Æresrelatert vold



[rettentil.no](http://rettentil.no)

RVTS Øst tilbyr grunnkurs om æresrelatert vold og kjønnslemlestelse. I tillegg tar vi undervisningsoppdrag om temaene på forespørsel fra ulike

tjenester, for eksempel politi, barnevern, skoler og flyktningetjenester. RVTS Øst har en sentral rolle i fagnettverkene på området – Østlandsnettverket og Innlandsnettverket. I regi av fagnettverkene, og med støtte fra IMDi, er vi hvert år med og arrangerer flere fagkonferanser med god deltakelse. Vår nettressurs [rettentil.no](http://rettentil.no) er også en viktig undervisningsressurs på dette området. For mer informasjon om vårt arbeid, se pkt. 2.2.5.

### 1.5.1.12 Utnyttelse

RVTS Øst har et særlig fokus på arbeid med forebygging og avdekking av menneskehandel, og andre former for utnyttelse samt oppfølging av utsatte. Når det er en maktubalanse og/eller det utøves vold i nære relasjoner øker risikoen for utnyttelse til seksuelle formål, tvangsarbeid og tvangstjenester. Sammenhengen mellom vold i nære relasjoner, æresrelatert vold og ulike former for utnyttelse er derfor inkludert i undervisning om menneskehandel. Temaet introduseres også i øvrig undervisning om vold i nære relasjoner og æresrelatert vold. For mer informasjon om vårt arbeid, se pkt. 2.2.7.



# Del 2

## Arbeid mot seksuelle overgrep

Dere er en  
veldig fin ressurs  
for oss  
i fagfeltet!

*Fra spørreundersøkelse 2023*

### 1.5.1.13 Status for feltet

Ifølge Kriminalomsorgen har antallet som dømmes for seksuallovbrudd økt kraftig de siste årene, og økningen forventes å fortsette. I 2000 utgjorde denne gruppen 6 % av alle domfelte i fengsel. I 2020 var andelen økt til nærmere 25 %. Cirka 30 % av unge i alderen 15–24 år i fengsel er dømt for seksuallovbrudd. Videre viser den nasjonale omfangsstudien av vold og overgrep (NKVTS, 2023) at 1 av 5 kvinner (3 % menn) har vært utsatt for voldtekt, og at en stor andel var utsatt i svært ung alder. En ny studie fra OsloMet (NOVA, 2023) viser at én av fire ungdommer rapporterer om seksuell vold i løpet av oppveksten.

Denne utviklingen bekymrer, og myndighetene ønsker å styrke både det forebyggende arbeidet og arbeidet med oppfølging og behandling – særlig av barn og unge som utøvere av eller utsatte for bekymringsfull eller skadelig seksuell atferd. RVTS Øst vektlegger å jobbe helhetlig i vår tilnærming til tematikken, og har mål om å gi tjenestene kunnskap og handlingskompetanse knyttet til å kunne jobbe med forebygging, til både utsatte og utøvere.

### 1.5.1.14 RVTS Østs innsats

RVTS-ene samarbeider om nettressursen [seksuellatferd.no](https://seksuellatferd.no). Ressursen er for fagpersoner og har fokus på kunnskap om sunn seksuell utvikling og håndtering av bekymringsfull og skadelig seksuell atferd hos barn og unge. Nettressursen oppdateres fortløpende med nye publikasjoner og kursoversikt. Vi ser stadig oftere at ulike digitale ressurser kan supplere hverandre i vår undervisningsaktivitet. Vi bruker også [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no) og «Jeg vet» som ressurser i vårt møte med tjenestene. Samtalesimulatoren på [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no) er en viktig øvingsarena, hvor man gjennom simulering kan øve på vanskelige samtaler og bli tryggere i møte med barn man er bekymret for.

### 1.5.1.15 Verktøyet Play it right

Et annet viktig verktøy vi benytter i vårt arbeid med å forebygge seksuelle overgrep er verktøykassen Play it right (PIR) som er utviklet i et samarbeid mellom RVTS Øst og Kriminalomsorgens høgskole og utdannings-senter (KRUS)<sup>8</sup>. PIR er et fleksibelt verktøy som kan brukes av alle som har samtaler med ungdom om både sunn-, bekymringsfull- og skadelig seksuell atferd. Verktøyet kan brukes i en-til-en-samtaler og i grupper. Det egner seg også til samtaler med unge som har blitt utsatt for grenseoverskridende seksuelle handlinger eller har begått grenseoverskridende



Samtaleverktøyet Play it right

handling, og til generelt forebyggingsarbeid innen feltet.

Opplæringen til tjenestene som bruker PIR skjer i all hovedsak digitalt. Alle som kjøper verktøykassen, får tilbud om å delta på digitale workshops, som arrangeres jevnlig. Videre har vi i samarbeid med KRUS utviklet et kurslederkurs, for de som skal lære opp ansatte i fengsel i bruk av PIR.

I Oslo er det et samarbeid mellom RVTS Øst og SaLTo-sekretariatet med mål om å implementere PIR i mange av tjenestene som møter ungdom. 11 bydeler er involvert i arbeidet. Prosjektet har bakgrunn i bekymringsfulle tall fra Ung i Oslo-rapportene fra 2021 og 2023. Siden oppstart har ca 350 ansatte i Oslo deltatt på digital opplæring. I Tønsberg kommune, som har en større satsing på forebygging av seksuelle overgrep, har alle ungdomsskoler fått tilgang til egne verktøykasser. RVTS Øst har bidratt med opplæring til alle lærerne.

Dere lager utrolig mye konkret og bra materiale om sensitive og vanskelige temaer.

*Fra spørreundersøkelse 2023*

Vi har i år presentert PIR på den nasjonale Krisesenterkonferansen, på konfliktrådets konferanse om Vold i nære relasjoner, Barn- og ungdomsfaglig forum (BUFF) og på jubileumskonferansen til

snakkemedbarn.no. Vi har også presentert PIR på to internasjonale konferanser, IATSO-konferansen i Trondheim og NFBO på Island.

I desember 2023 arrangerte vi en erfaringsamling for brukere av PIR der deltakerne delte erfaringer og reflekterte rundt ulike måter man kan bruke PIR på. Vi presenterte også det pågående utviklingsarbeidet vi gjør med PIR. Tilbakemeldingene vil bli brukt i vårt kontinuerlige arbeid med å justere og tilpasse innholdet.

Tjenestenes bruk av PIR har bidratt til nye utviklingsprosjekter og produkter. Sammen med Helse Fonna, som er prosjektleder for det nasjonale habiliteringsnettverket som jobber med problematisk og skadelig seksuell atferd, er vi i gang med å utvikle billedkort som skal gjøre PIR bedre egnet i samtaler med personer med kognitivt nedsatt funksjonsnivå. Arbeidet gjøres i samarbeid med en prosjektgruppe

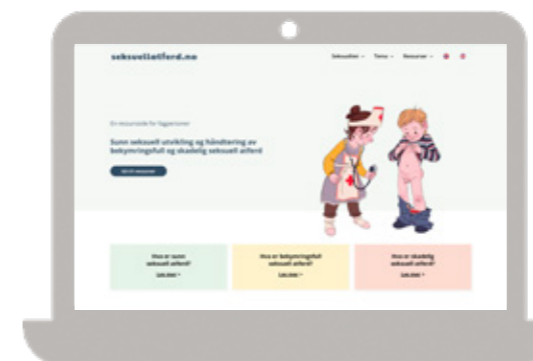
bestående av representanter fra RVTS Øst, SSA-nettverket til habiliteringstjenesten, Statens barnehus, Konfliktrådet, BUP Oslo Nord og KRUS. Vi er også i gang med et samarbeid med KORUS Oslo og SaLTo-sekretariatet om å utvikle nye samtalekort om rus og seksuell atferd.

Fagboken «Dialog om seksualitet» er også en del av RVTS Østs PIR-univers. Boken fikk rosende omtale i Psykologforeningens tidsskrift i januar<sup>9</sup>. Boken består av korte kapitler, og bidragsytere er fageksperter på ulike temaer innenfor fagområdet. Vi er i gang med å produsere en podkast om flere av temaene fra boka, knyttet til å snakke med ungdom om seksualitet.

Siden PIR ble lansert i mars 2021 har vi solgt cirka 700 verktøykasser. Vi opplever fortsatt stor etterspørsel etter kassen fra tjenester over hele landet. PIR er oversatt til tsjekkisk, og distribueres der av Freya – en NGO.

#### 1.5.1.16 Undervisning for førstelinjetjenester

Sammen med de øvrige RVTS-ene arrangerer vi regelmessig åpne frokostwebinarer om [seksuellatferd.no](https://seksuellatferd.no) og om nettressursen [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no). I tillegg har vi åpne digitale kurs sammen med statsforvalterne om nettressursen «Jeg vet».



seksuellatferd.no

RVTS Øst holder det digitale grunnkurset «Forstå barn og unges seksuelle atferd» to ganger i året. Vi tilbyr tilpasset grunnkurs for tjenestene på forespørsel, og våren 2023 gjennomførte vi undervisning om tematikken for forebyggende politi i Oslo, BUP Oslo Nord og Østbytnet.

I mars arrangerte vi en åpen fagdag om bekymringsfull seksuell atferd på nett i samarbeid med Sex og Samfunn. Innlederne kom fra ulike forsknings- og fagmiljøer.

Kompetanse om utsatte for seksuelle overgrep er en del av undervisningen i traumesensitivt barnevern og vår undervisning om vold i nære relasjoner for kommunalt ansatte. Seksuelle overgrep er også tema i den kommunale satsingen TryggEst (pkt. 2.14). RVTS-ene gir veiledning og kompetanseutvikling til støttesentrene mot incest og seksuelle overgrep, (SMISO-/Nok-sentrene, pkt. 2.13). Vi leder et nettverk for RVTS-ene om dette arbeidet. Sammen med RVTS Sør arrangerer vi årlig en samling for ansatte i SMISO-/Nok-sentrene i region øst og sør, se pkt. 2.13.

RVTS Øst har etablert et brukerråd, med representanter fra Nok. Elverum, Nok. Gjøvik, Landsforeningen mot seksuelle overgrep og Utsatt mann. De bistår oss gjennom innspill til vårt arbeid knyttet til seksuelle overgrep. Gjennom et godt samarbeid med brukerrådet har vi fått innspill til utviklingen av et todagers fysisk kurs om barn som utsettes for seksuelle overgrep.

#### 1.5.1.17 Undervisning og veiledning av spesialiserte tjenester

Noen ungdommer trenger behandling i spesialisthelsetjenesten for sin problematiske eller skadelige seksuelle atferd. Hdir har besluttet at ansatte i spesialisthelsetjenesten skal tilbys opplæring i den britiske behandlingsmodellen AIM – «Assessment Intervention Moving on». RVTS Øst samarbeider tett med spisskompetansemiljøet V27 ved Betanien sykehus i Bergen og de andre RVTS-ene om å arrangere kurs i utredning og behandling. I 2023 har vi arrangert seks kurs som går over to dager, der tre har vært AIM3-utredning, to har vært TA-SSA (internettrelatert skadelig seksuell atferd) og ett i AIM behandling. I januar ble det avholdt kurslederkurs i «AIM for barn under 12 år» i RVTS Østs lokaler.

Barnehusene har en særlig rolle i avdekkingen av seksuelle overgrep. RVTS Øst har et tett samarbeid med Barnehuset i Oslo om gjensidig kunnskapsutveksling og undervisning. I høst startet vi samarbeid med Barnehuset på Hamar om kompetanseutvikling på tematikken.

Av barnehusene i vår region har kun Oslo hatt et konsultasjonsteam. I løpet av høsten ble det etablert et tverrfaglig konsultasjonsteam i Østfold, som det planlegges et samarbeid med.

#### 1.5.1.18 Traumebehandling med voksne

##### Mål

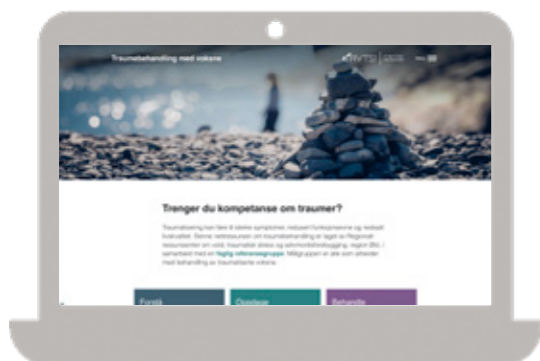
Økt kompetanse og bedre tverrfaglig samarbeid i regionen om traumebehandling med voksne.

##### Aktivitet i 2023

Vi har i løpet av de siste årene utviklet et helhetlig kompetanseutviklingsprogram som vi tilpasser og leverer til forskjellige tjenester. Nettressursen [traumebehandling.no](https://traumebehandling.no) er kunnskapsgrunnlaget vårt og er en del av flere kompetansetilbud til de som behandler traumatiserte voksne. Nettressursen har hatt over 140.000 besøk i løpet av året, og vi ser at den økte innsatsen med å gjøre siden synlig i søkemotorer har bidratt til økning i bruken. Trafikk fra søkemotorer sto for over 75 % av trafikken. I 2022 rangerte nettressursen på 23 traumerelaterte søkeord som lå i toppen på Google, mens vi i 2023 hadde over 60 traumerelaterte søkeord. Dette betyr at vi har nådd bredere ut og sannsynligvis fått mer relevant trafikk inn, fordi folk søker etter informasjon som nettressursen tilbyr. Ved systematisk arbeid med

søkemotoroptimalisering ser det ut til at vi kan nå enda flere.

Vårt digitale grunnkurs, Traumebehandling for voksne, er åpent for behandlere fra alle tjenester. Vi har også flere åpne fysiske fordypningskurs, og arbeider nå med hvordan vi kan digitalisere disse for å nå ut med kunnskapen til flere.



traumebehandling.no

Hovedstrategien for kompetanseutviklingsprogrammet er imidlertid langvarig samarbeid med spesifikke tjenester og fokus på implementering. Vi samarbeider tett med ledelsen i tjenestene, oppretter lokale implementeringsteam og samskaper innholdet i undervisningen. For å understøtte implementeringen gjennomfører vi skreddersydde seminarer med innføring i teori, samt veiledning i å lage implementeringsplaner og jobbe med barrierer mot implementering. Vi tilbyr også klinisk veiledning, fordypningskurs og konsultasjon. Tjenestene benytter seg også av våre åpne digitale grunnkurs slik at nyansatte utvikler nødvendig kompetanse.

I 2023 har vi gjennomført to åpne digitale grunnkurs. Vi har også hatt åpne fysiske fordypningskurs om Kropp og traume og traumbearbeidingsmetoden IRRT. I tillegg driver vi et åpent konsultasjons- og veiledningsforum der deltakere kan melde seg på for å diskutere kliniske problemstillinger.

Vi har samarbeidet tett med flere spesifikke tjenester i 2023:

- I spesialisthelsetjenesten fortsetter vi oppfølgingen av traumenettverket i Sykehuset Østfold og Innlandet sykehus.
- Vi følger opp Sykehuset i Vestfold og har gjennomført et fysisk grunnkurs for dem. Vi har også veiledet dem i å gjennomføre egne grunnkurs.
- Vi har et tett samarbeid med A-senteret ved Kirkens Bymisjon i gjennomføring av kurs i integrert behandling traumer og rus. Vi har inngått avtale med OUS, Avdeling rus og avhengighetsbehandling, om å gjennomføre den samme opplæringen der med oppstart i 2024.
- I kommunal sektor fortsetter vi vårt samarbeid med virksomheten kompetansesenter Psykisk helse og rus i Sarpsborg kommune. Samarbeidet er nå inne i det tredje året og vi har hatt fokus på opplæring i veiledningsmodell, fordypningskurs og konsultasjon for utvikling av nye tilbud.
- Vi har fulgt opp Boligene for psykisk helse og rus, Indre Østfold kommune, tett i 2023.
- Vi har igangsatt et samarbeid med Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt og Telemark fengsel, avdeling Skien, i deres arbeid for å øke de ansattes kompetanse om hvordan en kan møte innsatte med traumer og selvmordsrisiko i fengsel. I Telemark fengsel har vi gjennomført to kursdager for hele fengselet og jobber nå med workshops for hver enkelt avdeling med fokus på utvikling av ferdigheter, se pkt. 2.5.

#### Kvalitetsutvikling

Kursene i traumebehandling med voksne evalueres fortløpende gjennom kontakt med deltakere og tjenester. Vi sender rutinemessig ut digitale spørreskjema med spørsmål om undervisningen har tydelige læringsmål, om den er relevant for deltakernes arbeid og om de er fornøyde med undervisningen totalt sett. Vi spør også om det er noe de vil anbefale oss å forbedre. I virksomhetsintegreerte prosjekter blir undervisningen og implementeringsstøtten evaluert gjennom muntlig dialog med ledere og ressurspersoner. Evalueringene benyttes til å tilpasse og videreutvikle våre undervisningstilbud og vår implementeringsstrategi.





# 2

## Særskilte oppgaver og satsninger

### 2.1 Nye meldinger, proposisjoner og planer

vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging. RVTS Øst er nasjonal koordinator for utviklingen av [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no), se pkt. 2.15.

#### Mål

Sentrene skal holde seg oppdatert på relevante offentlige utgivelser knyttet til fagområdene.

#### Aktivitet 2023

RVTS Øst har i 2023 utarbeidet en oversikt over alle dokumentene det vises til i tilskuddsbrev, samt dem vi får kjennskap til i løpet av året. Oversikten er lett tilgjengelig for alle ansatte. Det er også innført en rutine der ledergruppen årlig fordeler ansvar for hvilke ansatte som må ha kjennskap til hvilke dokumenter.

### 2.2 Sentrale planer

#### 2.2.1 Opptrappingsplan barn og unges psykiske helse

I *Opptrappingsplan for barn og unges psykiske helse (2019–2024)* er RVTS gitt følgende oppdrag:

- Videreutvikle opplæringsprogrammet på [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no) og bidra til at programmet tas i bruk i kommunene.
- Videreutvikle den digitale nettressursen «Jeg vet» og bidra til at ressursen tas i bruk i barnehager og skoler.

Tiltakene har høy prioritet i RVTS Øst og mange av kompetansehevingsprogrammene våre berører innholdet i opptrappingsplanen, direkte eller indirekte. Helsefremmende, forebyggende og behandlingsrettede tiltak for barn og unge mellom 0–25 år blir tematisert i en rekke av våre kompetansehevings tiltak, på tvers av de overordnede temaområdene

Takk for masse god kompetanse og villighet til å dele. Skryter masse av dere, og bruker deres kompetanse inn i egen stilling i nav. Sjekker alltid kursplan for å se nye muligheter for økt kompetanse.

*Fra spørreundersøkelse 2023*

#### 2.2.1.1 Tverrsektoriell veileder

#### Mål

RVTS-ene skal bistå inn i arbeidet med å implementere veilederen.

Nasjonal veileder for psykisk helsearbeid barn og unge ble publisert 24. oktober 2023. Arbeid med å bistå med implementering av veilederen vil starte i 2024.

### 2.2.1.2 Ungdata

#### Mål

Sentrene skal i samarbeid med KORUS og RKBU/RBUP bistå kommunene med analyse og formidling av resultater fra Ungdata og Ungdata junior.

#### Aktivitet 2023

Vi har etablert samarbeidet «Ungdata i Øst» med KORUS Øst, KORUS Oslo og RBUP Øst og Sør. Ungdata er også et av kunnskapsgrunnlagene til-knyttet temaer som bekymringsfull og skadelig seksuell atferd, psykisk helse, radikaliserings og voldelig ekstremisme, utenforskap, vold og overgrep samt selvmord og selvskadning som RVTS Øst benytter seg av i sin undervisning til tjenestene. Eksempler på noen av aktivitetene i løpet av året er:

- fire møter i «Ungdata i Øst», der to representanter fra hvert kompetansesenter møter fast
- innlegg på Ungdataforum i Kristiansand, som er en møteplass for alle KORUS-ene, RVTS-ene, RKBU/RBUP, Helsedirektoratet og NOVA
- presentasjon av Ung i Oslo 2023 i fem bydeler
- medarrangør på workshopen «Hvordan kan du bruke Ungdata i din kommune?»
- samarbeid med SaLTo-sekretariatet i Oslo kommune om implementering av samtaleverktøyet Play it right i 11 bydeler. Satsingen er en oppfølging av høye tall på bekymringsfull og skadelig seksuell atferd

Gode kurs og kurstilbud.  
Gode nettressurser og kompetansehevingsmuligheter.

Fra spørreundersøkelse 2023



#### Kvalitetsutvikling:

Erfaring fra kompetansesentrene tilsier at det er store ulikheter i hvordan kommunene følger opp resultater fra Ungdata. For å inspirere kommunene i regionen til å ta i bruk data fra Ungdata, arrangerte vi høsten 2023 workshopen «Hvordan kan du bruke Ungdata i din kommune» i samarbeid med de andre kompetansesentrene i øst.

### 2.2.2 Ny opptrappingsplan mot vold og overgrep mot barn og vold i nære relasjoner

Opptrappingsplanen ble lansert 20. desember 2023.

### 2.2.3 Frihet fra vold. Regjeringens handlingsplan for å forebygge og bekjempe vold i nære relasjoner (2021–2024)

RVTS Øst har gjennomgått planen og drøftet hvilke av tiltakene som bør prioriteres fra vår side. For å møte kravene i nytt regelverk for tilskuddsordningen til RVTS-ene skal det rapporteres hvordan senteret overordnet vurderer at tilskuddet har bidratt til at nasjonale mål på våre fagområder oppfylles i den enkelte region. Under pkt. 1.5 har vi laget en samlet framstilling av RVTS Østs arbeid mot vold og overgrep. For å unngå dobbelrapportering, viser vi til denne som vår rapportering om tiltak for å oppfylle

regjeringens handlingsplan for å forebygge og bekjempe vold i nære relasjoner.

#### Tiltak 7 (HOD): Helhetlig og planmessig utvikling av arbeidet rettet mot voldsutøvere og overgripere

Vi viser til pkt. 1.5.

#### Tiltak 8 b (HOD): Styrke kompetansen om problematisk og skadelig seksuell atferd

Vi viser til pkt. 1.5 avsnitt **Arbeid mot seksuelle overgrep**.

#### Tiltak 21 a og b (JD, HOD): Økt bruk av kommunale og interkommunale handlingsplaner mot vold i nære relasjoner – lokalt og regionalt samarbeid og samordning

Vi viser til pkt. 1.5.1.4 Kommunenes behov.

#### Tiltak 24 a (HOD): Styrke psykososial oppfølging og traumebehandling av volds- og overgrepsutsatte gjennom å veilede og understøtte kommunenes arbeid

Vi viser til pkt 1.5.1.5 **Helhetlig kompetanseutvikling om vold i nære relasjoner**.

#### Tiltak 25 (HOD): Kunnskapsmoduler om rus og vold

#### Mål

Prosjektet er et samarbeid mellom KORUS Oslo, KORUS Øst og RVTS Øst med mål om å styrke tjenestene med kunnskap om sammenhengen mellom rus og vold, og hvordan de kan arbeide for å avdekke, forebygge og følge opp både voldsutøvere og voldsutsatte personer som har utfordringer med rus.

#### Aktivitet i 2023

Prosjektet har hatt to piloter: Ett ved NAV Grünerløkka og ett i Sarpsborg hvor FACT, DPS og LAR har deltatt. Ved begge tjenester er det gjennomført undervisning om «Integrert behandling». Nettressursen [rusogvold.no](https://rusogvold.no) er sentral i arbeidet.

RVTS Øst har tatt initiativ til og gjennomført introduksjonsseminar og avslutningsseminar som en del av programmet. På avslutningsseminaret var det fokus på ivaretagelse av hjelperne. Pilotene ble avsluttet i 2023. Evalueringen av implementeringsløpet ved overnevnte tjenester er organisert som et eget prosjekt, og driftes av KORUS Oslo. Resultatet av evalueringen vil foreligge i januar 2024. Sentrene ønsker å videreføre prosjektet etter pilotprosjektperioden.

Etter invitasjon fra Nasjonalt kompetansetjeneste for samtidig rusmisbruk og psykisk lidelse NKROP har vi deltatt i «Enkel pilotering» i IDDT-prosjektet Integrated Dual Disorders Treatment – på norsk «integriert behandling av ROP-lidelser». Vi har bidratt med undervisning om traumer som utgangspunkt for utvikling av ruslidelser. Vi har hatt undervisning for ansatte i ulike deler av spesialisthelsetjenesten i Fredrikstad og på Lillehammer. I undervisningen er det særlig belyst hvordan potensielt traumatiske livsopplevelser skaper reguleringsvansker, og at rus kan være en strategi i møte med vonde minner og følelser. For å jobbe mot varig rusfrihet må det brukes tid og ressurser på å finne nye og tryggere reguleringsstrategier og øke kunnskap, kjennskap og trygghet i møte med følelser.

#### Tverrsektoriell kompetansestrategi (Bufdir)

RVTS Øst har ikke vært invitert inn i dette arbeidet.

### 2.2.4 Handlingsplan for forebygging av selvmord (2020–2025)

RVTS Øst bidrar i flere arbeidsgrupper på nasjonalt nivå:

- **Nye nasjonale retningslinjer for selvmordsforebygging i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling** er under utarbeidelse. Vi har en representant i både arbeidsgruppen og redaksjonsgruppen.
- Vi bistår Helsedirektoratet i utarbeidelse av **nasjonale faglige råd for ivaretagelse av helsepersonell etter alvorlige hendelser**. Målet med rådene er å sikre hensiktsmessige og kvalitetssikrede tiltak, og å forebygge at det gjøres tiltak som bidrar til-, opprettholder- eller forverrer reaksjoner og symptomer etter hendelser. Sammen med representanter fra Helsedirektoratet, Legeforeningen, Psykologforeningen, Sykepleierforbundet og Legeforskningsinstituttet har vi hatt en systematisk gjennomgang av nasjonal og internasjonal forskning, tverrfaglig drøfting, kontakt med forskningsmiljøer og samarbeidet om utarbeidelse av konkrete råd. Vi skal også bistå Helsedirektoratet i lansering og implementering av rådene i helseforetak og helsetjenester.
- Vi inngår i prosjekt **Simple** i regi av Helse Vest. Målet med prosjektet er å utvikle en digital opplæringsplattform for selvmordsforebygging, med fokus på ferdighetstrening.

### 2.2.4.1 Folkeopplysningskampanje om forebygging av selvmord

#### Mål

Kampanjen skal bidra til å redusere stigma og å få flere til å søke hjelp når de har selvmordstanker. Målet er også at flere skal våge å handle dersom de er bekymret for noen.

#### Aktivitet i 2023

RVTS Øst har bidratt i den nasjonale ressursgruppen for regionale folkeopplysningskampanjer med råd og drøftelser om de regionale kampanjene, kommunikasjonsbudskap og landingssiden på [helsenorge.no](https://helsenorge.no). Vi presenterer også kampanjen i våre undervisninger om selvmordsforebygging. På desembermøtet i Selvmordsforebyggende nettverk deltok vi sammen med representanter fra Helsedirektoratet, NSSF og RVTS Sør. Erfaringer fra tidligere kampanjer ble presentert. Vi har også bidratt i arrangementskomiteen for den nasjonale konferansen om selvmordsforebygging i 2023, der folkeopplysningskampanjer var et hovedtema. Folkeopplysningskampanjen er planlagt gjennomført i region øst i 2025.

### 2.2.4.2 Hvordan møte barn og unge om selvskadings- og selvmordsinnhold på internett?

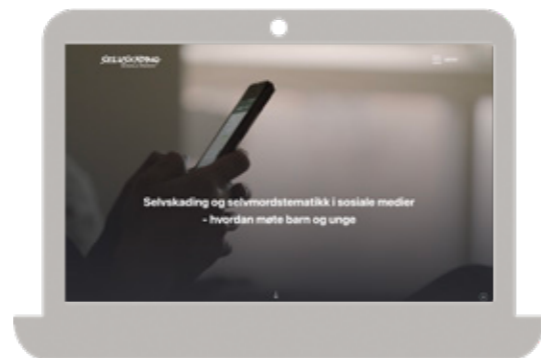
#### Mål

Å gjøre fenomenet selvskading blant unge på sosiale medier kjent, skape forståelse for bakgrunn og dynamikk i fenomenet, samt gi kunnskapsbasert informasjon og veiledning om hvordan fagpersoner kan møte den unge og være til hjelp.

#### Aktivitet

Prosjektet består av en nasjonal prosjektgruppe ledet av RVTS Sør. RVTS Øst har hatt det redaksjonelle ansvaret for utarbeidelse av et kunnskapskompendium om selvskaide og selvmordsinnhold i sosiale medier. Kompendiet ble publisert fysisk og digitalt i 2023. Det er også lansert en egen nettside [selvskaiding-some.no](https://selvskaiding-some.no) hvor kunnskap og faglige råd gjøres tilgjengelig. Nettsiden ble presentert på nasjonal konferanse for selvmordsforebygging i mai og på landsmøtet for LEVE i juni. Informasjon om nettsiden er sendt til skoler, kommuner, BPU og DPS

i Region Øst. Vi har undervist om temaet på videreutdanning for lærere på OsloMet og for barnevernstjenesten i bydel St. Hanshaugen.



[selvskaiding-some.no](https://selvskaiding-some.no)

#### Andre tiltak

RVTS Øst har utviklet en samtalesimulator for å gi øvelse i å snakke med en ung person som strever med selvskaiding. I spillet møter vi avataren Frida, som er 16 år. Den som spiller, går inn i rollen som kontaktlæreren hennes, og får gjennom spillet øve seg på å gjennomføre en krevende samtale om temaet selvskaiding. Man kan spille alene, men svært gjerne også sammen med kollegaer. Spillet er ment som utgangspunkt for samtale og refleksjon. I tillegg gir det viktig kunnskap og forståelse av fenomenet selvskaiding, og hvordan dette kan utspille seg på sosiale medier. I samtalen får man også kunnskap om forebyggingsintervensjoner som #Chatsafe<sup>10</sup>. Avataren lanseres i februar 2024 og vil være tilgjengelig fra [snakkomselvmord.no](https://snakkomselvmord.no), [selvskaiding-some.no](https://selvskaiding-some.no) og [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no).

### 2.2.4.3 Veiledning i utvikling av kommunale handlingsplaner

#### Mål

Å bistå kommunene i utarbeidelse og implementering av planer ut fra den enkelte kommunes behov, samt bidra til lokalt og regionalt samarbeid i det selvmordsforebyggende arbeidet.

#### Aktivitet i 2023

Vi har bistått med utvikling av kommunal handlings-



Avatarene Frida og Lars

plan for Ullensaker, Valdres, Tolga og Oslo kommune. Vi har bidratt med undervisning på innspillseminaret for Oslo kommune og skrevet et omfattende hørings-svar til planen.

#### Kvalitetsutvikling

Vi har sammen med de andre RVTS-ene bidratt med å revidere nettsiden Kommunal handlingsplan om selvmord og selvskaiding. Vi benytter nettsiden i arbeidet med å veilede kommuner i deres arbeid med å utvikle handlingsplan.

### 2.2.4.4 Videreutvikling og implementering av Veiledende materiell for kommunene

#### Mål

RVTS skal bidra til implementering av Veiledende materiell for kommunene om forebygging av selvskaiding og selvmord (lansert i 2017) og veilederen Etter selvmordet – Veileder om ivaretagelse av etterlatte ved selvmord (utgitt 2011).

#### Aktivitet i 2023

Vi informerer om og bruker veiledende materiell på digitalt grunnkurs om selvmord og selvskaiding. Vi viser til materialet på alle kurs og undervisninger som retter seg mot kommuner eller etterlatte ved selvmord. I 2023 gjelder dette undervisning i opplæringsprogrammet Rask psykisk helsehjelp om selvmordsatferd for terapeuter, undervisning for Kongsberg DPS om behandler som etterlatt, undervisning for KORUS om den overdoseforebyggende samtalen og selvmordsforebygging, undervisning på fagdag for Bærum kommune og fagdag for Livslosen. Vi viser også gjennomgående til det veiledende materialet på vår nettside [snakkomselvmord.no](https://snakkomselvmord.no).



Plakat om snakkomselvord.no

#### 2.2.4.5 Selvmordsforebyggende kompetanse og samarbeid med somatiske enheter

RVTS Øst har bistått Helse Sør-Øst med utarbeidelse av **Veileder for ivaretagelse av pasienter med selvskaade og suicidalitet i somatiske enheter**. RVTS Øst har deltatt i arbeidsgruppe, redaksjonsgruppe og presentert veilederen på Krisekonferansen 2023. Veilederen adresserer utfordringer og konkrete tiltak knyttet til overganger mellom tjenester, den akuttmedisinske kjeden for pasienter i selvmordsfare og samarbeid med pårørende ved selvmordsfare. Vi er også engasjert i et nasjonalt forskningsprosjekt om ekstrem selvskaade; Extreme Challenges (Nasjonal kompetansetjeneste for personlighets-psykiatri). Funnene i den nasjonale studien er sentrale for forebygging av selvskaade og suicidalitet i somatiske enheter, og for det tverrfaglige samarbeidet mellom somatiske enheter og psykisk helsevern.

Takk for at dere gjør en viktig jobb på tøffe tema i livet!

Fra spørreundersøkelse 2023



snakkomselvord.no

Det selvmordsforebyggende nettverket, ledet av RVTS Øst, med representanter fra de store helseforetakene og sykehus i Helse Sør-Øst og representanter fra somatiske enheter ved flere helseforetak/sykehus, møtes månedlig. Nettverket har fokus på gjensidig kunnskapsoppdatering, kunnskapsutvikling og samarbeid om konkrete proaktive strategier for selvmordsforebygging i spesialisthelsetjenesten.

RVTS Øst bidrar i utviklingen av den digitale opplæringsplattformen Simple, som vektlegger ferdighetstrening. Opplæringsplattformen utvikles først og fremst for psykisk helsevern, men har også innhold rettet mot fastleger og helsepersonell på legevakt.

#### Nettressursen snakkomselvord.no

I mars lanserte vi nettressursen [snakkomselvord.no](https://snakkomselvord.no). Nettressursen retter seg mot hjelpere som møter mennesker som er i en selvmordskrise eller som skader seg selv. Målet er at helperne skal bli tryggere i samtaler om temaene gjennom økt kunnskap og bevisstgjøring. Innholdet i snakkomselvord.no brukes aktivt i vårt digitale grunnkurs som gjennomføres to-tre ganger i året.

Vi benytter ressursen i all vår undervisning om selvskaading og selvmord. Det selvmordsforebyggende nettverket i Helse Sør-Øst og Selvmordsforebyggende nettverk i Helse Nord bidrar med å spre kunnskap om nettressursen til ansatte i somatiske enheter i de to helseregionene.

Temaet selvmord har mye søkevolum i søkemotorer, og nettressursen har oppnådd høye posisjoner på mange av dem. Nettressursen har blitt besøkt av mennesker som har søkt blant annet «selvmordstanker», «barn med selvmordstanker» og «pårørende selvmord». Basert på oversikt over søkeord kan det se ut til at nettressursen også når ut til pårørende og et «bredt hjelpeapparat».

#### 2.2.4.6 Økt kompetanse til ansatte og frivillige som betjener hjelpetelefoner, chat- og meldingstjenester innen psykisk helse mv.

##### Mål

Økt kompetanse blant ansatte og frivillige som betjener hjelpetelefoner, chat- og meldingstjenester innen psykisk helse.

#### Aktivitet 2023

Det nasjonale prosjektet «Chat og hjelpetelefoner» startet opp høsten 2023. Prosjektet er et samarbeidsprosjekt mellom alle RVTS-ene og ledes av RVTS Sør. Prosjektet er knyttet til mål 2 i handlingsplanen for forebygging av selvmord; «Trygg kommunikasjon om selvmord». Det ivaretar tiltaket i handlingsplanen om opplæring av de som betjener chat/hjelpetelefoner/meldingstjenester innen psykisk helse. RVTS-ene er i gang med å utvikle en felles digital kompetanseheving for å styrke kvaliteten i tilbudet og øke kompetansen til ansatte og frivillige som arbeider her.

I løpet av høsten ble det gjennomført etablerings- og innsiktsfase for den nasjonale prosjektgruppen. I tillegg har gruppen kartlagt de ulike sentrenes ressurser til videre arbeid. Det er etablert faste møter for å sikre fremdrift og informasjonsflyt. Prosjektleder har faste møtepunkter med Helsedirektoratet, for å sikre godt og tett samarbeid.

#### 2.2.5 Frihet fra negativ sosial kontroll og æresrelatert vold. Handlingsplan (2021–2024)

##### Mål

Det er behov for økt kompetanse om negativ sosial kontroll og æresrelatert vold i alle deler av tjenesteapparatet. RVTS Øst tilbyr kompetanseheving i fenomenforståelse, avdekking og oppfølging for tjenesteapparatet og frivillige organisasjoner.

Målgruppen for grunnkursene er fagpersoner som er i kontakt med personer i risiko for æresrelatert vold, blant annet ansatte i skole, barnevern, NAV, legevakter, helsestasjoner, spesialisthelsetjenesten, utekontakter, flyktningetjenesten, asylmottak, introduksjonsordningen, voksenopplæringscentre og frivillige organisasjoner.

#### Aktivitet

RVTS Øst har utviklet et todagers grunnkurs om æresrelatert vold, som ble gjennomført for første gang i april 2023. Kurset gir en grundig innføring i sammenhenger og bakgrunnsforståelse for vold i nære relasjoner og ulike former for æresrelatert vold, relevante temaer som kultursensitive samtaler om vold, bruk av tolk og praktisk arbeid med ungdom og voksne utsatt for æresrelatert vold.

Vi har også gjennomført et todagers grunnkurs om kjønnslemlestelse. Deltakerne fikk innføring i fenomenforståelse, omfang, kjønnslemlestelse som en form for æresrelatert vold, ulike former for kjønnslemlestelse, konsekvenser for utsatte, lovverket og helsehjelp. Kurset har fokus på hvordan man kan møte jenter og kvinner som er omskåret og hvordan man kan drive forebyggende arbeid i grupper. I tillegg til RVTS Øst bidro NKVTS, Kompetanseteamet, ressurspersoner fra berørte miljøer og personer med erfaringskompetanse med innlegg. Begge kursene fikk gode tilbakemeldinger i kursevalueringen.

For politiet i Innlandet og en barneverninstitusjon gjennomførte vi undervisning om æresrelatert vold. Temaet er inkludert i våre undervisningsopplegg for kommunale tjenester. RVTS Øst er også ansvarlig for og vedlikeholder nettressursen [rettentil.no](https://rettentil.no) som vi bruker i vår undervisning.

#### 2.2.5.1 Endringsagenter mot negativ sosial kontroll og æresrelatert vold

Endringsagenter er et nasjonalt opplæringstilbud som har som mål å utruste ressurspersoner i frivillige organisasjoner og berørte miljøer med kompetanse til å forebygge og hjelpe mennesker ut av negativ sosial kontroll og æresrelatert vold.

Opplæringen av endringsagenter fra miljøer berørt av negativ sosial kontroll gjøres med midler fra Bufdir. I 2023 uteksaminerte vi første kull fra regional<sup>11</sup> opplæring i RVTS Øst. 21 ressurspersoner i vår region fullførte opplæringen. 12 nye deltakere er med på opplæringen som startet opp høsten 2023. Det ble

gjennomført til sammen fem todagers opplærings-samlinger. Vi har arrangert to nettverkssamlinger for endringsagentene i region Øst.

Tilbakemeldingen fra deltakerne tyder på at opplæringen og nettverket gir mye nyttig kunnskap til deres arbeid. Vi har også god nytte av deltakernes omfattende erfaring. Gjennom denne kunnskapsdelingen får vi tilført kunnskap om hva som rører seg i berørte miljøer. Det er også gjennomført flere møter i den nasjonale prosjektgruppen.

#### 2.2.5.2 Regionale nettverk

RVTS Øst koordinerer Østlandsnettverket mot negativ sosial kontroll og æresrelatert vold (Oslo og Viken), og bidrar i Innlandsnettverket mot negativ sosial kontroll og æresrelatert vold (Innlandet). Gjennom tilskudd fra IMDi har vi gjennomført flere kompetansehevende tiltak i regi av de regionale nettverkene. Eksempler på dette er seminar om enslige mindreårige asylsøkere og flyktninger utsatt for negativ sosial kontroll og æresrelatert vold (Østlandsnettverket), seminar om negativ sosial kontroll i religiøse miljøer (Østlandsnettverket), fagdag om migrasjon, negativ sosial kontroll og æresrelatert vold for ansatte i skole og tjenesteapparatet i Innlandet (Innlandsnettverket) og halvdagsseminar om ekteskap og tvangsekteskap blant voksne i risikoutsatte livssituasjoner (Østlandsnettverket og TryggEst). Det var tilrettelagt for å delta enten fysisk eller digitalt på alle arrangementene.

#### 2.2.5.3 Nasjonale nettverk

RVTS Øst er representert i Nasjonalt nettverk for kunnskaps- og kompetanseutvikling om negativ sosial kontroll og æresrelatert vold og NAKK – Nasjonalt nettverk om arbeid mot kjønnslemlestelse.

### 2.2.6 Handlingsplan mot radikalisering og voldelig ekstremisme

#### Mål

RVTS er tillagt flere oppgaver, herunder å ha en nasjonal veilednings- og ressursfunksjon, bidra til kompetanseheving i helsesektoren og bistå i oppfølgingen av returnerte (fremmedkrigere og deres barn).

#### Aktivitet

RVTS Øst gir fortløpende kurs kompetanseheving i form av undervisning og veiledning til kommuner, nettverk og enkeltpersoner som etterspør vår bistand. Målgruppen inkluderer blant annet frivilligheten, NAV, politi, skole, universitet og høyskole, miljø og fritid samt kommunal- og spesialisthelsetjeneste. Temaene vi presenterer inkluderer fenomenforståelse, oppdatert kunnskap, forskning samt handlingskompetanse, der erfaringsdeling er et sentralt element. Vi veileder kommuner som mottar fremmedkrigere etter endt soning og bistår tjenester som har hatt ansvar for returnerte barn.

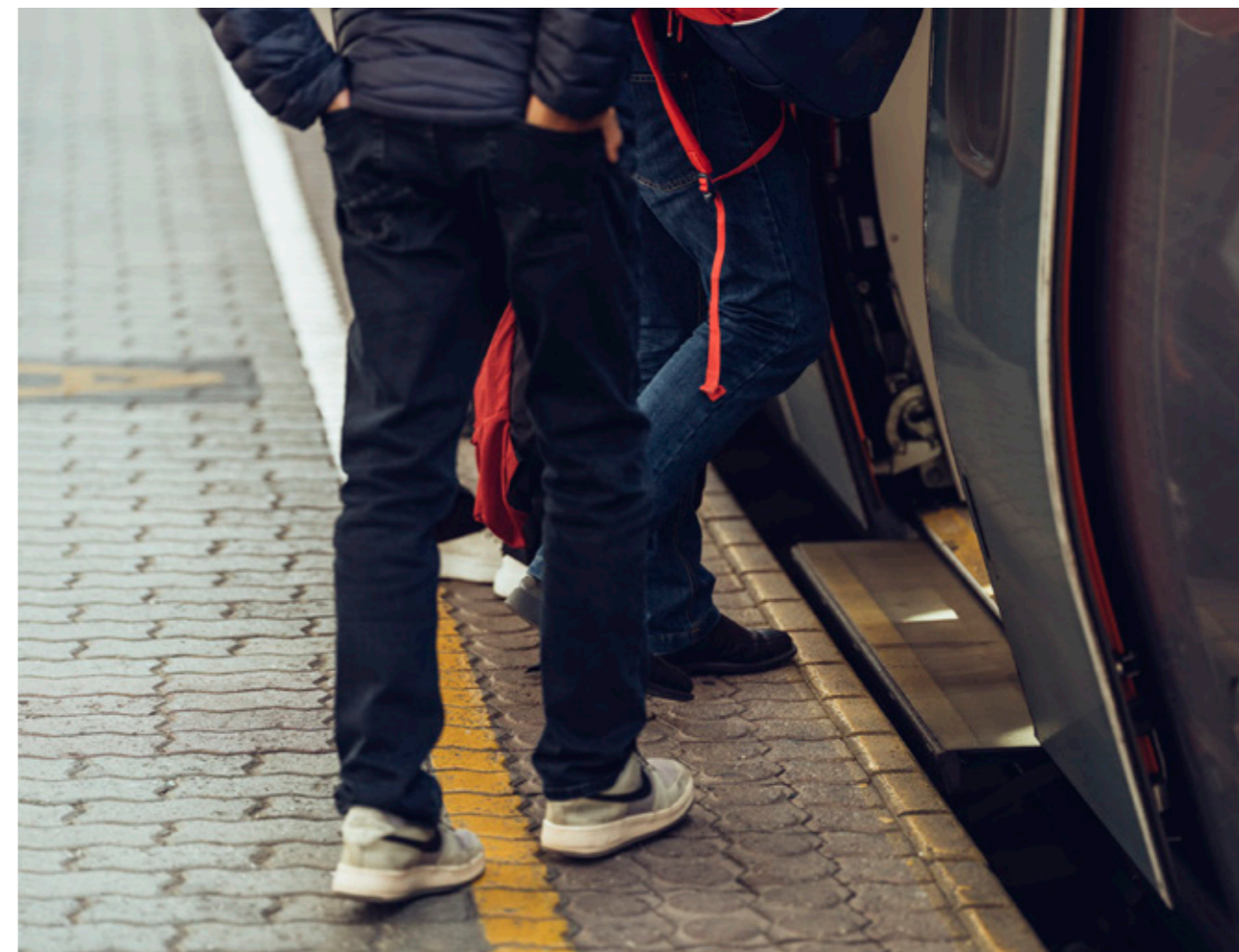
RVTS Øst bistår Oslo og andre kommuner i deres arbeid med mentornettverk. Dette innebærer blant annet faglig bistand til drift og utvikling, forsvarlighetsvurdering, veiledning og undervisning. Vi deltar også i konsultasjonsteam OSLO med SaLTo, politi og NAV. Vi veileder etablerte fag- og praktiker-nettverk som SaLTo og PROVE (politiets fagnettverk for radikaliseringskontakter). Vår rolle varierer fra å koordinere og lede, til å være deltaker og bidragsyter.

I forbindelse med Ekstremismekommisjonens arbeid har RVTS Øst gjennomført møter med kommisjonen, holdt innlegg og deltatt på arrangementer. RVTS Øst har deltatt på konferansen Strong Cities og holdt innlegg for Safe Cities. Vi har også deltatt på møter i nordisk samarbeid om forebyggende arbeid, risikoa-analyse og Exit/reintegreringsarbeid og bidratt til NIBR/OsloMet sin rapport om arbeidet i Skandinavia. RVTS Øst er fast deltaker og bidragsyter i det europeiske praktikernetverket RAN (Radicalisation Awareness network). RVTS Øst har et fortløpende samarbeid med forskningsmiljøer ved NKVTS, NUPI, OsloMet, C-Rex og NMBU.

Vi har fortløpende kontakt med alle nasjonale aktører nevnt i handlingsplanen. Målet er økt samordning og sektorovergripende samarbeid. Vi vil fortsette arbeidet med å koordinere samarbeidet og innkalle til halvårlige møter. RVTS Øst er koordinator for RVTS-enes arbeid på temaområdet. Det er gjennomført jevnlig møter der målet er å koordinere innsatsen mellom regionene, svare ut henvendelser og arbeide med strategi.

#### 2.2.6.1 Tverrfaglig ressurs- og veiledningsfunksjon på fagfeltet radikaliserings

Nettressursen [utveier.no](http://utveier.no) benyttes som fagressurs på alle våre aktiviteter på feltet. Utveier.no har fokus på fenomenforståelse og handlings- og samhandlings-



kompetanse ved bekymring. Ressursen har hatt en uønsket nedgang på 21 % i trafikk, og vi har derfor påbegynt et arbeid med søkemotoroptimalisering, hvor vi har målsetning om å nå flere brukere. Vi jobber aktivt med å analysere innholdsbehovet, og det er lagt opp en strategi for å bygge opp synligheten i søkemotorer og sikre at vi når ut til de riktige målgruppene. Gjennom analysearbeid ser vi at det har vært betydelig økt søkeaktivitet etter tematikken som utveier.no omhandler det siste året, noe som bekrefter vår erfaring av at det er behov for kunnskap.

#### Aktivitet

Vi har utviklet en interaktiv øvingsplattform for samtaler med hovedvekt på forebygging av voldelig ekstremisme blant unge. Fokuset i samtalen er dialog med en elev: Lars på 19 år som går siste året på VGS. Den som øver spiller kontaktlærer, og blir bekymret for om Lars kan befinne seg i et radikaliseringsforløp, som i ytterste konsekvens kan lede til voldelig ekstremisme. Målet er at simuleringen skal føre til

gode refleksjoner og økt trygghet for alle som kan komme i liknende situasjoner.

### 2.2.7 Regjeringens handlingsplan mot menneskehandel

#### Tiltak 15 (BFD): RVTS-ene skal bidra til å gjøre kjent Bufdirs nasjonale veiledningsfunksjon for tjenesteapparatet

Vi viser til Bufdirs nasjonale veiledningsfunksjon i vår undervisning, og henviser alle som henvender seg om konkrete saker som involverer barn og unge til denne tjenesten.

#### Tiltak 17 (HOD): RVTS-ene skal gi veiledning og bidra til kompetanseheving for tjenesteytere på traumer, vold og overgrep, flyktninghelse og tvungen migrasjon.

## Mål

Det er behov for kompetanse om utnyttelse og menneskehandel i alle tjenester som møter mennesker i sårbare livssituasjoner. RVTS Øst gir opplæring/kompetanseheving i fenomenforståelse, avdekking og oppfølging for tjenesteapparatet og frivillige organisasjoner.

## Aktivitet

### 2.2.7.1 Generell kompetanseheving om utnyttelse og menneskehandel

Det har vært en utfordring at menneskehandel ofte oppfattes som en problematikk som hovedsakelig er relevant for flyktninger og migranter i sårbare livssituasjoner, mennesker utnyttet i prostitusjon eller i arbeidslivet. Vi ser at det er nødvendig å sette menneskehandel inn i en bredere faglig kontekst, som en del av fagfeltet *vold, overgrep og utnyttelse*. Målgruppen er fagpersoner som jobber med mennesker i sårbare livssituasjoner, blant annet i barnevernet, NAV, helsetjenesten, skole, asylmottak, flyktningetjenesten, utekontakter, ungdomsarbeidere, politi og frivillige organisasjoner.

Vi har i 2023 gjennomført to digitale grunnkurs om utnyttelse av sårbare personer samt to fysiske grunnkurs i region sør, i samarbeid med RVTS Sør.

Gjennom året ble det gjennomført en rekke enkeltstående undervisningsoppdrag om menneskehandel og utnyttelse:

- innlegg på morgenseminar på Oslo universitetssykehus med tema papirløse pasienter og ofre for menneskehandel
- seminar om helsetjenester til migranter i sårbare livssituasjoner (OsloMet og Faggruppe for migrasjonshelse, Sykepleierforbundet)
- seminar om ungdom med fluktbakgrunn på verdens flyktningdag i samarbeid med RBUP
- RVTS Vests Fredagsfokus<sup>12</sup>: «Jeg har mennesker til salgs»
- Septemberkonferansen «Traumer og krig» (RVTS Vest)
- RVTS Østs nettverksgruppe Hjelp som nytter – traumer, kultur og migrasjon

- seminar om mindreårige ofre for menneskehandel (Sør-øst-politidistrikt)

Temaet utnyttelse og menneskehandel blir også inkludert i vår øvrige undervisning om vold i nære relasjoner og æresrelatert vold for kommunale tjenester, Østlandsnettverkets seminar om enslige mindreårige asylsøkere og flyktninger utsatt for negativ sosial kontroll og æresrelatert vold, endringsagentopplæringen og grunnkurs om æresrelatert vold.

### 2.2.7.2 Ungdom utnyttet til kriminalitet

I 2023 har vi i samarbeid med SaLTo-sekretariatet i Oslo kommune arrangert seminar om tematikken. Vi har også utarbeidet en håndbok om arbeid med ungdom utnyttet til kriminalitet. Håndboken blir publisert i februar 2024. Vi har bidratt med undervisning om temaet i flere sammenhenger:

- undervisningsdag på tredagers kurs om ungdom og kriminalitet i samarbeid med RBUP
- SaLTo ressursgruppe om unge som begår gjentatt kriminalitet
- SLT-samling i Bærum kommune
- fagmøte for politiets nasjonale kompetansegruppe om menneskehandel
- Trygghetsuka i Lillestrøm kommune
- SaLTo-samling i bydel Nordre Aker
- seminar om barn utsatt for menneskehandel og tilgrensende utnyttelsesformer (Bufdir)

### 2.2.7.3 Rus, vold og utnyttelse

RVTS Øst bidrar til økt kunnskap om vold og utnyttelse i rusmiljøene. Vi har i 2023 hatt møter med brukerorganisasjon på rusfeltet og et tilbud for rusavhengige kvinner, samt arrangert workshop om utnyttelse i rusmiljøene med over 60 fagpersoner fra ulike deler av rusfeltet. Dette arbeidet fortsetter i 2024.

### 2.2.7.4 Nettverk og nasjonalt samarbeid

RVTS Øst er representert i NMH – Nettverk mot menneskehandel i helse- og omsorgstjenestene i regi av Helsedirektoratet og nettverk om mindreårige ofre for menneskehandel i regi av Bufdir. Vi deltar i et



lokalt nettverk for Oslo, driftet av Human Trafficking Support Oslo. RVTS-enes nasjonale nettverk hadde i 2023 et samarbeidsmøte for menneskehandelsfeltet. Nettverket rapporterer erfaringer og aktivitet inn til KOMs (Koordineringsenheten mot menneskehandel, Politidirektoratet) årlige tilstandsrapport på menneskehandelsfeltet.

### 2.2.7.5 Nettressurs om utnyttelse og menneskehandel

I 2023 har vi hatt to redaksjonsmøter med de andre RVTS-ene for menneskertilslags.no/utnyttelse.no. Vi har videreført arbeidet med å revidere det faglige innholdet.

## 2.2.8 Nasjonal helseberedskapsplan. Versjon 3.0 fastsatt 1. januar 2018

### Mål

RVTS-ene skal bidra til bedre og mer helhetlige beredskapstjenester gjennom kompetanseoverføring og veiledning til samarbeidspartnere i regionen.

### Aktivitet 2023

Gjennom året har vi hatt aktivitet i store deler av regionen. Vi har både fysiske og digitale kurstilbud. Sentrale målgrupper er de kommunale kriseteamene, ulike innsatspersonellgrupper, andre kommunalt ansatte, spesialisthelsetjeneste, kriminalomsorgen og andre som møter kriseutsatte i sitt arbeid. Vi har også bidratt med opplæring og faglige innspill til ulike frivillige og offentlige organisasjoner som Røde Kors, Norsk Folkehjelp, Sjømannskirken og ulike departementer.

Det er gjennomført 10 todagers grunnkurs for kriseteam, tre i våre lokaler i Nydalen, to digitale og de øvrige rundt i regionen (Nord-Gudbrandsdal, Kongsvinger-regionen, og ulike plasser i Viken). I tillegg er et tilsvarende antall fordypningsmoduler arrangert. Tema for disse har vært: Psykososial oppfølging ved ulykker og katastrofer, krisestøtte til barn/unge og ivaretagelse av personell med særlig fokus på avlastningssamtalen. I løpet av året har vi etablert fagnettverk for ledere av kriseteam i vår region. Her har vi opprettet både et felles nettverk for hele regionen og fylkesvise nettverk. Vårt tredagers scenario-baserte kriseleiderkurs på Utøya er gjennomført to ganger. I tillegg har vi flere forespørsler fra kommuner

som ønsker å arrangere kriseleiderkurs lokalt og vi jobber nå med å legge til rette for dette.

RVTS Øst er representert i øvingsutvalget i Innlandet og blir gjennom dette involvert i planlegging og gjennomføring av øvelser. I forbindelse med fullskalaøvelser der EPS<sup>13</sup> etableres har vi et betydelig ansvar blant annet når det kommer til å sette opp markørspill og sikre læring for EPS-strukturen for de involverte kriseteamene. Vi hadde også en aktiv rolle i planlegging og gjennomføring av fullskalaøvelse i Nord-Gudbrandsdal.

Fortsett det gode arbeidet deres og formidlingen av oppdatert fagkunnskap og forskning ut til fagmiljøet!

Fra spørreundersøkelse 2023

### 2.2.8.1 Digitale ressurser

RVTS Øst har redaktøransvar og koordinerer det redaksjonelle arbeidet med [psykososialberedskap.no](https://psykososialberedskap.no). Nettressursen tilbyr informasjon og veiledning, om kriser og katastrofer. Innholdet er tilpasset til kommuner, kriseteam, spesialisthelsetjenesten og ulike former for hjelpepersonell og frivillige over hele landet. Her finnes en rekke artikler, filmer og referanser til temaer knyttet til kriser og katastrofer. Målgruppen er fagpersoner i hele landet som søker kunnskap om psykososial beredskap og håndtering av ulike alvorlige hendelser, kriser og katastrofer.

Besøkstallene i 2023 var tilsvarende året før (se tabell s. 13). Ny satsning på ressursen var lanseringen av «Krise-TV», en digital plattform der egenproduserte episoder som omhandler ulike temaer om håndtering av kriser og katastrofer publiseres. Ved å bli abonnent kan man se intervjuer knyttet til psykologiens historie, krisekommunikasjon, Gjerdrum-katastrofen og 22. juli-terroren. Første episode ble publisert i januar, og i 2023 ble det produsert og publisert syv episoder. Målet med «Krise-TV» er å informere, opplyse og inspirere. Formatet på et flertall av episodene har vært å intervju fagpersoner med lang erfaring om sin kunnskap om krisehåndtering. Abonnementet er gratis, og som ledd i å ha brukervennlige og fleksible

tilbud til våre brukere, velger man selv når man vil se innholdet.

### 2.2.8.2 Bistand ved- og læring av konkrete hendelser

Vi har bistått kommuner og andre aktører med råd og veiledning knyttet til oppfølging av enkeltsaker. Dette har eksempelvis dreid seg om støtte til flere kommuner i forbindelse med flere episoder av sosial overførbarhet/smitte av selvmord. Vi har også arrangert egen fagsamling for kriseteamene om håndtering av smitte, i tillegg til at vi i desember arrangerte et webinar som omhandlet det samme temaet.

I etterkant av ekstremværet Hans så vi behovet for å samle erfaringer fra særlig berørte kommuner og gjøre dette tilgjengelig for andre tjenester. På bakgrunn av dette utviklet vi webinar «Psykososial krisehåndtering etter ekstremværet Hans» som ble sendt i begynnelsen av desember. De ulike faglige bidragene vil også bli publisert på Krise TV på [psykososialberedskap.no](https://psykososialberedskap.no).

### 2.2.8.3 Råd og veiledning til frivillige og offentlige organisasjoner om krisehåndtering og ivaretagelse

Vi har hatt ulike aktiviteter knyttet til arbeid med beredskapsplaner. Ett av prosjektene har vært knyttet til Klima- og miljødepartementet. Gjennom samarbeidet har vi prøvd ut beredskapsplanen på bakgrunn av et scenario. Videre har vi medvirket i en arbeidsgruppe, for å revidere den delen av beredskapsplanen som omhandlet ivaretagelse av ansatte og deres pårørende etter alvorlige hendelser. I samarbeid med bedriftshelsetjenesten i DSS avholdt vi et 2 ½ dages kurs med tema «Møte mennesker i krise».

### 2.2.8.4 Utvikling av resiliens i det ukrainske sivilsamfunnet

RVTS Øst har hatt ansvaret for deler av prosjektet UKR18/0016 – Helsesamarbeidet med Ukraina, finansiert av Helse- og omsorgsdepartementet (HOD). Prosjektet har omhandlet psykososial beredskap, psykologisk førstehjelp, traumatisk stress og kriseledelse. Prosjektperioden var i 2020–2022, men ble videreført ut første halvår 2023.

Fra oktober 2023 har HOD gitt midler til et nytt prosjekt av ett års varighet, UKR23/0016 Institutional Cooperation in the Health Sector. Samarbeidet fortsetter med de samme ukrainske partnere som



Rapport om Helsesamarbeidet med Ukraina

tidligere. RVTS Øst har nå utviklet nytt kursmaterieell der scenariet er rakettnedslag i en boligblokk. Materialet benyttes av våre samarbeidspartnere i Ukraina til opplæring av krisepersonell der. Det ukrainske sosialdepartementet har målsetning om å utdanne personale ved alle de lokale «resilience centres» til kursledere. Dette er hovedoppgaven i samarbeidet fremover.

### 2.2.8.5 Støtte til Utenriksdepartementet

RVTS har tidligere gitt bistand til UD i forbindelse med uttrekk av personell etter ekstraordinære hendelser i Ukraina, Afghanistan og Sudan. Væpnet konflikt i Sudan medførte at UD iverksatte evakuering av ambassadepersonell i Khartoum. På forespørsel bisto RVTS Øst i det psykososiale oppfølgings- og planarbeidet under og etter hendelsen. Bistanden som gis til UD har som hensikt å resultere i bærekraftige strukturer for ivaretagelse av personell og deres familier før, under og etter potensielt traumatiske hendelser.

### 2.2.8.6 Undervisning på HEAT-kurs

RVTS Øst har bistått med undervisning i Hostile Environment Awareness Training (HEAT) i regi av Forsvaret, for personell i UD og Norad. Kompetansemoduleen inneholder tema som stressmestring, kriseledelse, psykososial beredskap og selvivaretagelse. Tiltaket utføres 6–7 ganger hvert år.

## 2.3 Sentrale satsninger

### 2.3.1.1 Program for folkehelsearbeid i kommunene

#### Mål

RVTS-ene skal bidra til at målene i Program for folkehelse i kommunene nås. Dette skal skje gjennom støtte til planlegging, gjennomføring og evaluering av folkehelseiltak innen eget fagområde på regionalt og kommunalt nivå. Bidraget skal skje i nært samarbeid med fylkeskommunene.

#### Aktivitet 2023

Innlandet fylkeskommune ble tildelt midler i november til ny runde med programmet. RVTS Øst har deltatt på planleggingsmøte for kompetansesentrene og presentert hva vi kan bidra med av kompetanseheving til kommunene.

### 2.3.1.2 Tidlig innsats, tverrfaglig samarbeid og tverrsektoriell samordning

#### Mål

I Tidlig Inn er det et særlig fokus på å komme i dialog med gravide og deres familier for blant annet å forebygge og avdekke vold i nære relasjoner. RVTS har ansvaret for voldsundersøkningen i Tidlig Inn. Målgruppen er jordmødre, helsesykepleiere, leger og andre som møter gravide i Tidlig Inn-kommunene i vår region.

#### Aktivitet 2023

RVTS Øst deltar på møter i Regionalt Opplæringssteam (ROT) sammen med de andre kompetansmiljøene som bidrar inn i programmet. Vi er med i ROT både i Oslo og i region Øst. I tillegg møter vi i Nett- og forumgruppa. I 2023 har vi hatt undervisning for Øst-ensjø bydel og kommunene Ås og Vestby. Det er også gitt veiledning til interne veiledere i nevnte bydel og kommuner samt Fredrikstad kommune.

#### Kvalitetsutvikling

Det gjøres kontinuerlig tilpasninger i undervisningen og det gis veiledning ut fra kommunenes behov. Blant annet har vi gitt ansatte i Ås og Vestby ekstra undervisning på voldsfeltet. Alle kommunene har fått en ekstra veiledningssamling knyttet til avdekking av vold i nære relasjoner.

#### Mål

I Bedre Tverrfaglig Innsats (BTI) eller Bedre Tverrfaglig Samarbeid (BTS) er målet å få en samordnet og koordinert kommunal innsats for avdekking og avverging av vold mot barn og unge.

#### Aktivitet 2023

RVTS Øst har i samarbeid med Statsforvalterne, KORUS Øst og RBUP bistått med kompetanseheving til BTI<sup>14</sup>-kommuner og deres koordinatører. Det er gjennomført fire dagssamlinger hvor vi har bidratt med undervisning innen temaene implementering, avdekking av vold og overgrep, traumer og kommunalt samarbeid.

### 2.3.1.3 Tverrfaglige aktivt oppsøkende behandlings- og oppfølgingsteam etter ACT- og FACT-modellene for barn, ungdom og voksne

#### Mål

RVTS skal bidra til implementeringsarbeidet gjennom kompetansehevings- og veiledningstilbud innen egne fagområder til team for voksne og team for barn/unge i egen region.

#### Aktivitet 2023

RVTS Øst har tilbudt undervisning og veiledning innen våre kompetanseområder til FACT-teamene. Vi har avholdt undervisning for Rus FACT i Oslo. Vi deltar i nettverk med Statsforvalterne og andre regionale kompetansesentre.

### 2.3.1.4 Rask psykisk helsehjelp

#### Mål

Norsk forening for kognitiv terapi har ulike dags-seminar i opplæringsprogrammet for terapeuter i **Rask psykisk helsehjelp**. RVTS Øst bidrar med kompetanseheving om hvordan møte klienter med selvmordsatferd i et kommunalt lavterskeltilbud. Målsetningen er at terapeutene skal få større forståelse for hva en selvmordskrise kan handle om. De skal vite hva som vil være viktig i en utforskende samtale. Videre skal de kjenne til hvilke betingelser som kan ligge til grunn ved økt fare for selvmord og når det bør henvises videre. Vi informerer også om arbeid med barn som pårørende, voksne pårørende, etterlatte, ivaretagelse av hjelperen, veiledende materiell



og nasjonale retningslinjer. Vi bruker [snakkomselvmord.no](https://snakkomselvmord.no) som utgangspunkt for undervisningen til terapeutene.

#### Aktivitet 2023

Vi holdt i november et dagkurs for 24 ansatte i Rask psykisk helsehjelp.

#### Kvalitetsutvikling

Evalueringen av kurset viste at 22 av 24 syntes undervisningen var nyttig for deres arbeidshverdag.

En deltaker skriver:

God tydelig undervisning. Kjempebra!! Dere var skikkelig bra. Nyttig på mange nivå. Nyttig klinisk, men også på system fra et ledernivå og inn mot kommune.

Deltaker på kurs

### 2.3.1.5 Nasjonale pasientforløp – psykisk helse og rus

#### Mål

Å bidra til Hdirs arbeid med å videreutvikle nasjonale pasientforløp innen psykisk helse og rus (tidligere pakkeforløp) samt bedre samhandling mellom tjenestene for å få til helhetlige pasientforløp.

#### Aktiviteter i 2023

RVTS Øst gjennomførte i mars en samhandlingsworkshop med tema «Hvor står vi? Hvor vil vi? Hvordan går vi dit?» med deltagere fra Hdir, NAV, kommuner og spesialisthelsetjenesten. Der ble erfaringer fra samhandlingsprosjekter mellom ulike instanser delt og det ble drøftet hvordan man kan ta erfaringene med inn i videre samarbeid. Sentralt var bidraget fra pilotprosjektet i Groruddalen, som har fokus på samhandling mellom NAV, bydel og DPS, som har etablert tiltak kalt Samhandlingsdropin og Samhandlingstorg. Pilotprosjektet har aktivt bidratt til å spre sine erfaringer til andre deler av regionen.

Vi deltok også med innlegg og stand på Samhandlingstorg i Groruddalen i februar.



## 2.4 Forebygging av selvmord og selvskading

### 2.4.1.1 Samlinger i regionen

RVTS Øst gjennomfører ulike digitale undervisninger om selvmord og selvskading til deltakere fra hele regionen. Selvskading- og selvmordsforebygging er også tema i flere av våre andre programmer og undervisninger.

### 2.4.1.2 Samarbeid med LEVE om utvikling av sorgstøttetilbud

#### Mål

RVTS Øst samarbeider med landssekretariatet i LEVE, og gir veiledning og støtte til fylkeslagene i region øst med målsetning om å bidra til et bedre sorgstøttetilbud. Vi gir også veiledning til veiledere for likepersoner og bidrar med faglig drøfting for sekretariatet i LEVE ved behov.

#### Aktivitet 2023

Det er avholdt møter med generalsekretær og sekretariatet i LEVE med formål å videreutvikle samarbeidet. Den planlagte fagdagen for fylkeslagsledere i LEVE region Øst er etter ønske fra LEVE forskjøvet til våren 2024. Etter ønske fra likepersonveilederne er det avtalt at det avholdes to veiledninger årlig. I veiledningene i 2023 ble [snakkomselvmord.no](https://snakkomselvmord.no) presentert som et nyttig verktøy for dem.

### 2.4.1.3 Samarbeid med VIVAT om spredning av kurs

Vi har for tiden én kursleder til kurset Førstehjelp ved selvmordsfare. Vi har i 2023 avholdt to kurs. Vi vil også samarbeide med VIVAT i arbeidet med Folkeopplysningskampanjen rettet mot menn med selvmordstanker.

## 2.5 Den kommunale helse- og omsorgstjenesten til innsatte i fengsel

#### Mål

Overordnet målsetning med kompetansehevingen er å skape trygghet for ansatte, slik at de kan skape et trygt og regulerende miljø for innsatte.

#### Aktivitet 2023

### 2.5.1.1 Samarbeid med Kriminalomsorgen

RVTS Øst har på forespørsel fra Kriminalomsorgen region sør og øst utviklet et kompetansehevingsprogram for ansatte og ledere ved Telemark fengsel, avdeling Skien og Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt. Begge fengslene har en innsattpopulasjon bestående av kvinner<sup>15</sup>. I forkant av forespørselen var det stor medieoppmerksomhet knyttet til kvinners soningsforhold i Norge.

Målgruppen er alle ansatte som møter de innsatte i de aktuelle fengslene. Målet for arbeidet er økt fenomenkunnskap og handlingskompetanse. Basert på interne faglige drøftinger og dialog med ressursgruppene ved begge fengslene, ble det besluttet å tilby en helhetlig og bred kompetansemodul. Temaområdene inkluderer kunnskap om stress- og krisereaksjoner, traumeforståelse- og behandling, selvmordsforebygging og selvskadingsproblematikk. Målet med kompetansehevingen er å skape trygghet for ansatte i kriminalomsorgen, slik at de kan etablere et trygt og regulerende miljø for de innsatte.

For å sikre en god samskaping, ble det etablert ressursgrupper ved hvert fengsel. Hver gruppe ledes av en prosjektleder og medlemmene representerer ledere og ulike ansattgrupper. Ressursgruppen har jevnlig interne samlinger og møter med prosjektleder fra RVTS Øst. Hyppig og god dialog har resultert i et kompetanseprogram som er tilpasset de ansattes erfarings- og kunnskapsnivå. Kompetanseplanen og elementer ved gjennomføringen endres fortløpende etter tilbakemelding fra kursdeltakere, ressursgruppe og erfaringer gjort av RVTS Øst. For å sikre god implementering er ledelsen ved de to fengslene delaktige under planlegging og gjennomføring.



Behovet for kompetanseheving var høyt og tidsfristene for planlegging og oppstart korte. Grunnet strukturelle ulikheter og variasjon i erfaring og kompetanse ble det vurdert som hensiktsmessig å tilby ulike kompetansehevingsprogram til de to fengslene.

Opplever innholdet i mange av kursene som relevant og kompetansehevende. Ressursene på nettsidene er også mye brukt i både skole og ppt.

Fra spørreundersøkelse 2023

#### Telemark fengsel, avdeling Skien

Kompetansehevingsprogrammet har bestått av undervisningsdager for alle ansatte, fordypningsdag i grupper, workshops og implementeringsseminar for ledere og ressurspersoner. For å sikre drift av fengslet, og samtidig gi alle ansatte mulighet til deltakelse, er undervisningsdagene holdt tre ganger på ulike tidspunkt. RVTS Øst har gjennomført jevnlig møter med ressursgruppa i forkant og i løpet av kompetansehevingsprogrammet. RVTS Øst vil fortsette å jobbe aktivt for å bistå ledelsen i Telemark fengsel med å implementere kompetansen som er blitt gitt organisasjonen.

#### Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt

RVTS Øst og Bredtveit har samarbeidet tett om å utvikle et kompetansehevingsprogram som er skreddersydd for deres spesifikke behov. Fengselet etterlyser den samme kjernekompetanse som Skien, men rapporterer også spesifikke utfordringer. I forkant av henvendelsen til RVTS Øst hadde Bredtveit hatt flere alvorlige hendelser. Basert på dialog med ledelsen ved Bredtveit ble det besluttet å tilby kompetanseheving til lederne i tematikken psykososial oppfølging. Dette ble i tillegg til de nevnte kompetansehevingsmodulene ved Skien. Samtlige ledere ble tilbudt en todagers digital kompetansehevingsmodul, og vil med støtte fra RVTS Øst fremover gjennomføre kurs for og oppfølging av egne ansatte. På grunn av strukturelle endringer og omorganiseringsprosesser vil dette arbeidet igangsettes første halvdel av 2024.

## 2.6 Personell som har deltatt i internasjonal tjeneste for Norge

### Mål

RVTS-ene skal i 2023 videreføre arbeidet med kompetanseheving, samarbeid og samordning på veteranfeltet.

### Aktivitet 2023

RVTS Øst har koordinert rollen for det nasjonale fagnettverket om veteraner. Årlig holdes det to dagsmøter for å øke kompetansen og samarbeidet på veteranområdet. I nettverket deltar Helsedirektoratet, BUFDIR, NAV, Politidirektoratet, Forsvarets veteranjeneste, Forsvarets sanitet/Institutt for militærpsykiatri og stressmestring (IMPS), Arbeids- og velferdsdirektoratet, NKVTS og RVTS-ene. RVTS Øst koordinerer det regionale nettverket for øst, RNIP, som har to årlige møter.

Ved årsskiftet deltok en representant fra RVTS Øst i utarbeidelse av utkast til ny nasjonal tiltaksplan knyttet til ivaretagelse av veteraner.

I samarbeid med forskere ved Institutt for militærpsykiatri og stressmestring og forskere ved NKVTS har vi gjennomført kurs for leger og psykologer om psykisk helse hos militært innsatspersonell. Formidling av aktuell forskning fra de to forskningssentra og involverte forskere står sentralt i kurset. 15 leger og psykologer fra ulike deler av landet deltok på årets kurs. Vi har også avholdt kurs om veteraners psykiske helse for helseansatte i kommunene. I samarbeid med Norges Veteranforbund for Internasjonale Operasjoner (NVIO) og Forsvaret holdt vi kurs for ansatte ved Forsvarets sentralbord. Vi har også bidratt med undervisning på kurs for pårørende/kontakter i Forsvaret og holdt innlegg på den nasjonale veterankonferansen i Molde.

I forbindelse med NKVTS' lansering av rapporten «Helse, livskvalitet og hverdagsliv i norske veteranfamilier» arrangerte vi i desember et webinar hvor noen av resultatene fra rapporten ble presentert. I webinarret delte også fagpersoner som møter veteraner og deres familier erfaringer fra sitt arbeid.

I tillegg har vi nettressursen [veteran.rvtsost.no](http://veteran.rvtsost.no). RVTS Øst vedlikeholder og drifter nettsiden, der det publiseres aktuelle aktiviteter og fagstoff.



## 2.7 Sinnemestring – arbeid rettet mot voldsutøvere

### Mål

Utdanne kursledere for sinnemestringskurs. Brøsets sinnemestringsmodell er et viktig tilbud til gruppebehandling av voldsutøvere.

### Aktivitet i 2023

Vi har lagt til rette for seks todagerssamlinger i samarbeid med Brøset. Vi har også bidratt med undervisning om fenomenforståelse på samlingene.

## 2.8 Losfunksjon

### Mål

Gi råd og støtte til rammede etter 22. juli 2011 til å finne rett hjelp, til rett tid og til rett nivå i hjelpeapparatet.

### Aktivitet i 2023

RVTS Øst bistår fortløpende Nasjonal Støttegruppe med å synliggjøre tilbudet om losfunksjon overfor de berørte etter terrorhandlingene i 2011. Berørte kan ta direkte kontakt, og får tilbud om avklaringssamtaler for vurdering og eventuell oppfølging av behovene for bistand. RVTS Øst har i tidsperioden gjennomført losaktivitet for 16 enkeltpersoner. Behovene blant de utsatte som tar kontakt synes å ha endret seg noe over tid. I tiden etter at losfunksjonen ble opprettet, hadde mange utsatte behov for losing inn til rett behandlings- og støtteinstans. I dag handler bistanden i større grad om oppfølgingen de har mottatt eller mottar fra hjelpeapparatet. Flere trenger bistand til å finne behandlere med avtale med det offentlige som har kompetanse på traumelidelser.

De fem regionale RVTS-ene møtes regelmessig. Målet med samarbeidsmøtene er erfaringsdeling, fortløpende kunnskap om aktuelle behandlings- og støttetilbud og generell kompetanseheving vedrørende symptombylde og hjelpebehov til de rammede.



## 2.9 Flyktninghelse og tvungen migrasjon

### Mål

Å bidra til likeverdige helsetjenester for flyktninger, migranter og familiegjenforente og deres barn ved å høyne kompetansen i tjenestene. I tillegg skal vi bidra til å øke helsetjenestenes forståelse av hvordan de skal møte denne gruppen.

### Aktivitet i 2023

Vi har arrangert en konferanse om seksualisert vold i krig og konflikt sammen med RVTS Nord og Bufetat med mål om å øke tjenestenes oppmerksomhet på denne problemstillingen. Her lå fokuset både på avdekking, dokumentasjon og behandling. I samarbeid med de andre RVTS-ene videreførte vi arbeidet med å oversette manualen om kompetanseheving for hjelpere som møter kvinner utsatt for seksualisert vold i krig og konflikt (manualen er utviklet av HHRI<sup>16</sup>).

RVTS Østs nettverk Hjelp som nytter – traumer, kultur og migrasjon for kommunalt ansatte som jobber med flyktninger og migranter, arrangerte i juni en fagsamling med fokus på flyktninger fra Ukraina. Vi samlet 80 kommunalt ansatte fra region øst til to dagers konferanse om temaer knyttet til flyktningestrømmen fra Ukraina, men også temaer om generelt arbeid med flyktninger. Vi involverte flyktninger fra Ukraina i forelesningen. Konferansen fikk veldig gode tilbakemeldinger fra deltakerne.

Vi har bistått Voksenopplæringen i Oslo med kompetanseheving. Målet er å øke de ansattes bevissthet rundt elevens psykiske helseutfordringer. De fleste nyankomne flyktninger er innom Voksenopplæringen etter ankomst og det er viktig at de ansatte har kompetanse om psykisk helse. Vi har også bidratt i NKVTS pilotstudie rundt kartlegging av psykiske helsebehov til barn av ukrainske flyktninger.

I 2023 har vi videreført vår kompetanseheving til det kommunale barnevernet for enslige mindreårige asylsøkere i Fredrikstad kommune. Det har vært gjennomført veiledning med tjenesteleders ledergruppe, med hovedformål å implementere en traumesensitiv tilnærming.

Vi har bidratt med undervisning på et tredagers seminar med tittelen «Ungdom og kriminalitet i et familieperspektiv». Gjennomføringen var i samarbeid med RBUP. Seminarets læringsmål var å høyne kompetansen rundt utfordringene familier med flukt- og familiegjenforening står i når det gjelder rekruttering av barn fra disse familiene til kriminalitet.

RVTS Øst har i flere år bidratt med kompetanseheving til Politiets utlendingsenhet og UDI. I undervisningsprosjektene, som finansieres gjennom utlendingsmyndighetene, er det et særlig fokus på å øke de ansattes kompetanse med mål om å bidra til å forebygge traumeskader overfor barn. Eksempler på samarbeidspartnere er NOAS, Røde Kors, Leger uten grenser og Redd Barna.

## 2.10 Torturutsatte

### Mål

Bidra med kompetanseheving og samarbeid rundt avdekking og dokumentasjon av tortur, samt øke kompetansen om rehabilitering av torturoverlevende.

### Aktivitet i 2023

RVTS Øst deltar i RVTS-enes nettverk for torturutsatte. Nettverket er i gang med å utvikle en digital undervisningsmodul rundt avdekking og dokumentasjon av torturskader med utgangspunkt i den reviderte Istanbulprotokollen. I vårt arbeid med temaet har vi jevnlig kontakt med relevante aktører innenfor rehabilitering av torturoverlevende i vårt opptaksområde, som Helsesenter for papirløse og Røde Kors. Vårt todagers kurs «Kropp og Traume» er arrangert to ganger. Tilbakemeldingene fra deltakerne viser at de finner innholdet veldig relevant for arbeidet med målgruppen.

## 2.11 Regionale tverrfaglige nettverk innen kommunalt psykisk helse- og rusarbeid

### Mål

Nettverkene skal understøtte kommunenes arbeid med økt kvalitet og kompetanse samt bidra til å gi god faglig støtte til ledere og sikre bedre samarbeid på tvers av profesjoner og tjenester.

### Aktivitet i 2023

RVTS Øst har i samarbeid med KORUS Øst, KORUS Oslo, RBUP og Statsforvalterne planlagt, utviklet og gjennomført to nettverkssamlinger for kommunalt ansatte. Tiltaket har bidratt til å etablere nye, og styrke allerede eksisterende, kommunale nettverk.

## 2.12 Arbeid mot krisesentertilbudet i kommunene (Bufdir)

### Mål

RVTS skal bidra med nasjonal og regional kompetanseheving og nettverksbygging for ansatte og ledere i krisesentertilbudet og bistå kommunene med å tilrettelegge for et helhetlig og likeverdig krisesentertilbud for alle som er utsatt for vold i nære relasjoner. RVTS skal gi kompetanseheving rettet mot kommunene om deres ansvar etter krisesenterloven.

### Aktivitet i 2023

En arbeidsgruppe bestående av RVTS Øst og Sør, Oslo krisesenter og Drammen krisesenter var ansvarlig for å planlegge årets faglige program. Det ble avholdt fem arbeidsgruppemøter. Den nasjonale krisesenterkonferansen ble avholdt i Oslo i oktober. Hovedtema var barn på krisesenter og strukturer som påvirker arbeidet med barn og unge på krisesenter. Innlederne kom fra RVTS-ene, Statsforvalteren, Alternativ til vold, Stine Sofies Stiftelse, Stovner bydel og Bufdir. RVTS Øst var prosjektleder for den nasjonale krisesenterkonferansen.

Vi har gjennomført fire regionale nettverkssamlinger for krisesenterlederne. Fokus på samlingene har vært ledelse og lederstøtte samt støtte til implementering og organisasjonsendringer. Det er i tillegg gitt individuell veiledning til to sentre.

Opplæringsprogrammet Vold og traumer for krisesenteransatte er gjennomført med fire undervisningsdager. Temaene vi dekker er blant annet voldsforståelse, traumeforståelse, sikkerhet, samtaler om vold, makt og privilegier i sosialt arbeid, kultursensitivitet i arbeidet og ivaretagelse av hjelperen.

I tillegg har det vært undervist i ivaretagelse av hjelperen og reflekterende team ved to krisesentre. Det er også gitt veiledning om seksualitet, og hvordan drive grupper for voldsutsatte kvinner til ytterligere to sentre.

I alt vårt arbeid mot vold i nære relasjoner rettet mot kommunale tjenester påpeker vi hvilket ansvar kommunene har etter krisesenterloven.



## 2.13 Sentrene mot incest og seksuelle overgrep (Nok./SMISO) (Bufdir)

### Mål

RVTS-ene skal bistå i implementering og videreutvikling av de faglige anbefalingene for innholdet i tilbudet ved sentrene. Et langsiktig mål er å øke samarbeidet sentrene mellom, bidra til trygge og gode arbeidsrelasjoner samt benytte seg av hverandres kunnskap og erfaring på tvers av kommuner og fylker.

### Aktivitet i 2023

For fjerde gang samarbeidet RVTS Øst og RVTS Sør om gjennomføring av todagers fagsamling for ansatte og ledere. Tema for samlingen var «Samarbeid og samhandling – på godt og ondt». Samlingen besto av både forelesning og gruppearbeid. Deltakerne er gjennomgående fornøyd og gir tilbakemelding om at arbeidsformen med både forelesning og gruppearbeid er å foretrekke. Det er også gjennomført digitale fagmøter for ansatte i RVTS som jobber med Nok./SMISO/krise- og incestsentrene.

## 2.14 TryggEst (Bufdir)

### Mål

TryggEst skal bidra til bedre forebygging og håndtering av vold og overgrep mot sårbare voksne, gjennom bevisstgjøring og kompetanse i kommunene. RVTS-ene skal bistå tjenestene med regional kompetanseheving for kommunene som benytter TryggEst og understøtte arbeidet med sertifisering i risikovurdering.

### Aktivitet i 2023

Syv kommuner har igangsatt TryggEst-arbeid og 14 kommuner har vedtatt at de skal igangsette TryggEst-arbeid i vår region.

RVTS Øst har bistått TryggEst-kommunene med veiledning og kompetanseheving, og hatt flere møter med kommuner som har planlagt å starte opp med TryggEst. Vi har i tidsperioden samarbeidet med Bufdir og de andre RVTS-ene om å utvikle kompetansehevingsmoduler og hensiktsmessige informasjons- og samarbeidsstrukturer.

Vi har også gjennomført to opplæringer i risikovurderingsverktøyet RITE og undervist ansatte i kommuner på Romerike, i Moss, Lillestrøm og Indre Østfold om generell kunnskap om vold i nære relasjoner, risikofaktorer for voksne i risikoutsatte livssituasjoner, vold mot eldre, vold mot personer med utviklingshemming og sammenhenger mellom rus og vold.

Vi gjennomførte regional TryggEst-konferanse på vegne av Bufdir, om seksuelle overgrep mot personer med utviklingshemming og lovverket knyttet til vold i nære relasjoner. I samarbeid med vårt nettverk Hjelp som nytter – traumer, kultur og migrasjon har det vært gjennomført et heldagsseminar om voksne med minoritetsbakgrunn i risikoutsatte livssituasjoner.

I samarbeid med Østlandsnettverket om negativ sosial kontroll og æresrelatert vold er det gjennomført et halvdagsseminar om ekteskap og tvangsekteskap blant voksne i risikoutsatte livssituasjoner. Videre har vi hatt et halvdagsseminar om praktiske voldsforebyggende verktøy for personer med utviklingshemming, der vi blant annet presenterte en versjon av Play it Right som er utviklet i samarbeid med habiliteringstjenester, se pkt. 1.5.1.15.

### Kvalitetsutvikling

All vår undervisning evalueres og utvikles kontinuerlig. Det er jevnlig samarbeidsmøter og – samlinger mellom RVTS og Bufdir. Det har også vært et utstrakt samarbeid med Bufdir knyttet til utviklingen av nye verktøy for TryggEst – kommunene.



Leder for Arbeids- og sosialkomiteen Freddy André Øvstegaard (SV), spesialrådgiver fra Bufdir John-Ingvar Kristiansen og spesialrådgiver fra RVTS Øst Helene Skancke under TryggEst-konferansen

## 2.15 «Jeg vet» og Snakkemedbarn.no (Bufdir)

### Mål

RVTS-ene skal på oppdrag fra Bufdir spre kjennskap til og øke bruken av [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no) og «Jeg vet». I tillegg har RVTS ansvar for utvikling og vedlikehold av [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no). Målsettingen med [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no) er å styrke voksnes ferdigheter til å snakke med barn og ungdom de er bekymret for, på en måte som trykker barnet og ungdommen. Hovedhensikten er å forebygge og avdekke vold og seksuelle overgrep mot barn og ungdom. Å styrke voksnes kommunikasjonsferdigheter vil også bidra til å øke barns medvirkning i saker som vedrører dem. Bufdirs «Jeg vet» er et verktøy for å gi barn alderstilpasset informasjon om mobbing, vold og seksuelle overgrep.

### Aktivitet i 2023

I egen region har RVTS Øst fortsatt arbeidet med systematisk implementering av ressursene i langvarige samarbeid med tjenester og/eller kommuner. Både [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no) og «Jeg vet» – [jegvet.no](https://jegvet.no) er en del av alle våre undervisningsprogram om vold i nære relasjoner rettet mot kommuner. Det inngår også i kurset traumesensitivt arbeid med barn og unge. Når ressursene gjøres kjent gjennom våre undervisningsprogram resulterer dette ofte i nye samarbeid. Blant annet innledet vi et samarbeid med flere kommuner i Innlandet om systematisk implementering av [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no) og «Jeg vet» i etterkant av undervisning i traumesensitivt arbeid med barn og unge.

Vi har presentert [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no) på nettverks-samling for BTI-kommuner i region øst, og på samling for skole- og barnehageeiere i regi av Statsforvalteren i Innlandet. Vi bidrar også med undervisning om ressursene til ulike tjenester på forespørsel, arrangerer egne webinarer om ressursene og presenterer de på konferanser og stand når vi får anledning til det.

### Kvalitetsutvikling

Arbeidet med ressursene drives både nasjonalt og regionalt. RVTS Øst leder det nasjonale arbeidet med utvikling og implementeringsstrategi. RVTS Nord har ansvar for delprosjektene implementering av «Jeg vet» og samisk tilpasning av [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no).

Hvert RVTS har ansvar for implementeringsarbeidet i egen region.

På nasjonalt nivå har vi i 2023 hovedsakelig arbeidet med å ferdigstille revidering av nettsressursen som ble relansert i april. Nettsiden har fått nytt design med særlig fokus på brukervennlighet. Et skreddersydd undervisningsopplegg for barnehage eller skole er en av nyhetene på den reviderte nettsiden. [Snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no) har hatt en vekst på 13 % i trafikk på nettsiden, og 25 % i spilløkter på simulator i 2023. Dette er en solid vekst sammenlignet med året før, og er nettsidens beste år siden lansering i 2018.

Nettsiden har fått et nytt design som er mer intuitivt for brukere. Vi har i den forbindelse framhevet opplæringsmodulene. Simulatoren har også blitt tilgjengeliggjort på alle typer nettlesere. Denne endringen har gitt en kraftig oppgang i gjennomspillinger. Vi har også i fjerde kvartal fjernet krav om innlogging, og ser allerede positiv utvikling av tiltaket.

I slutten av november markerte vi at det var fem år siden lansering. Det ble gjort med en nasjonal digital konferanse med 3500 påmeldte! Alle RVTS-ene og samarbeidspartnerne Redd Barna, Voksne for barn og Barn av rusmisbrukere, deltok i planlegging og bidro med innhold. Målgruppen for konferansen var ansatte i barnehage, skole, barnevern, spesialisthelsetjeneste, frivillighet og andre kommunale tjenester. Det faglige innholdet rettet seg både mot ansatte og ledere.

Den nasjonale prosjektgruppen har gjennom året hatt fokus på arbeidet med å nå ut i større grad til tjenester som jobber med ungdom, som ungdomsskole- og videregående. Evalueringsrapporten fra FAFO viste at ressursene i mindre grad brukes på dette nivået, og vi har derfor nå fått tilpasset undervisningsopplegget for denne gruppen. Løsningen skal fremover piloteres slik at vi kan lære mer om hvordan denne målgruppen kan nyttiggjøre seg av ressursene. Vi vil deretter fortsette arbeidet med å utvikle et godt tilbud til denne målgruppen.

Statsforvalterne er en viktig samarbeidspartner for [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no) og «Jeg vet». RVTS-ene samarbeider med dem om webinarer hvor begge ressursene blir presentert. I 2023 ble det arrangert et møte med deltagelse fra alle Statsforvalterne om hvordan samarbeidet kan videreutvikles.

RVTS-ene samarbeider også om kommunikasjon rundt ressursene og felles arrangementer.

[Snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no) ble presentert på Nordisk Forening Mot Barnemishandling og Omsorgssvikt (NFBO) sin konferanse på Island.

På forespørsel fra det nasjonale kliniske nettverket i habilitering i spesialisthelsetjenesten har vi samarbeidet om å bruke ressursen i deres felt. Dette henger sammen med det pågående samarbeidet om videreutvikling av Play it right i habiliteringsfeltet, se pkt. 1.5.1.15. Dette åpner for nye samarbeidsmuligheter og videreutvikling av [snakkemedbarn.no](https://snakkemedbarn.no).

Jeg har lært utrolig mye fra det jeg har deltatt på, og min arbeidsplass har hatt stor nytte av samarbeid med RVTS. Dere er også veldig gode på formidling.

*Fra spørreundersøkelse 2023*

## 2.16 Barnevernreformen og kommunenes ansvar (Bufdir)

### Mål

Å bistå kommuner, læringsnettverk og barneverntjenester med kompetanseheving, samt videreutvikling av arbeidet på barnevernsfeltet. Spesielt med tanke på å imøtekomme økt faglig ansvar og veiledning etter barnevernsreformen.

### Aktivitet i 2023

RVTS Øst har gitt bistand i form av kompetansehevingsprogram i traumesensitivt barnevern til læringsnettverket Innlandet og Nedre Romerike. Ringsaker kommune mottok kompetansehevingsprogrammet i traumesensitivt arbeid med barn og unge til både barneverntjeneste, skoler, helsetjeneste og PPT. Programmet ble utarbeidet i samarbeid med prosjektgruppen bestående av barnevernleder,

teamleder og spesialrådgiver ved RVTS Øst. Ved å innlemme flere tjenester enn kun barneverntjenesten svarer kommunen bedre på utfordringer knyttet til barnevernsreformen. RVTS Øst har i tillegg hatt enkeltoppdrag for barneverntjenester og helse-tjenester om traumesensitivt arbeid med barn og unge.

### Andre aktiviteter

RVTS Øst har i 2023 bidratt til uttalelser på viktige høringer på barnevernsfeltet, blant annet NOU 2023:7 – Trygg barndom, sikker framtid. RVTS Øst har deltatt i ekspertutvalget til Nordlandsforskning sin rapport 4-2023 «Grensesetting og bruk av tvang overfor barn i fosterhjem». RVTS Øst bidro her med barnevernfaglige vurderinger og synspunkter til rapportens anbefalinger. RVTS Øst avholder to ganger i året grunnkurs i traumesensitivt arbeid med barn og unge, samt workshop i «De tre gode hjelperne – Verktøykassen». Tilbakemeldingene fra kursdeltakere er at de får økt kompetanse og kunnskap på en praksisnær og konkret måte. De opplever at de får både konkrete verktøy til bruk i sitt arbeid og viktig ferdighetstrening.

Siden lansering i 2017 har vi solgt ca. 800 eksemplarer av verktøykassen De tre gode hjelperne. Vi har i 2023 revidert innholdet i verktøykassen og trykket opp 300 nye kasser. Vi har gjort noen tilpasninger i innholdet, slik at de nye kassene også egner seg til bruk for flere målgrupper enn behandlere, som kassen opprinnelig var laget for. Relevante målgrupper for den reviderte verktøykassen er lærere, helsesykepleiere, ansatte i barnevern eller andre kommunale tjenester som jobber med barn og unge. Etterspørselen øker både etter verktøykassen De tre gode hjelperne og kurs om hvordan man bruker verktøykassen.

RVTS Øst har gitt lederstøtte og veiledning til ledergruppen i Oslo Bymisjon Barnevernstiltak i fem fire-timers møter. Veiledningen startet som en oppfølging av undervisningen i traumesensitivt barnevern hvor implementeringsprosesser var hovedfokus.

### Kvalitetsutvikling:

RVTS Øst benytter CACTUS-nettverkets kartleggingsverktøy TANDEM, se pkt. 1.5.1.5 Bydel Gamle Oslo, for å kartlegge de ansattes kompetanse og tar resultatene inn i arbeidet med å utvikle kompetansehevingen slik at denne er best mulig tilpasset tjenesten. Evalueringsskjema benyttes etter hver undervisning eller samling, og svarene brukes til ytterligere forbedringsarbeid i oppdrag for nye tjenester.

## 2.17 Innspill til og implementering av veileder for lokalt psykisk helse- og rusarbeid

### «Sammen om mestring»

RVTS Øst har ikke vært invitert til å bidra til veilederen. Vi viser til den i undervisninger når det er relevant.

## 2.18 Endringer i velferdstjenestelovgivningen

### Mål

Kompetansesentrene skal bidra til å gjøre kjent og implementere endringer i velferdstjenestelovgivningen om samarbeid, samordning og barnekoordinator, som trådte i kraft 1. august 2022. Sentrene skal også bidra til implementering av tverrsektoriell «Veileder om tjenester til barn, unge og deres familier».

### Aktivitet

På oppdrag fra – og i nært samarbeid med – Justis- og beredskaps-departementet, arrangerte vi i april «Konferanse om samarbeid og samordning i arbeidet mot vold i nære relasjoner». Innenfor feltet er det stort behov for samarbeid og samordning på tvers av ulike tjenester, og dette var derfor det overordnede tema for konferansen. 300 deltok fysisk i tillegg til de over 300 som fulgte konferansen digitalt. En rekke samarbeidspartnere deltok, inkludert Politihøgskolen, NKVTS, Asker kommune, RISK (Oslo politidistrikt), Kompetanseteamet til Bufdir mot tvangsekteskap, familievernkantoret Oslo nord, Nasjonalt samisk kompetansesenter og Stillasbyggerne ved A-hus. Justisdepartementet underviste selv om hva endringene i velferdstjenesteordningen innebærer for tjenestene.

## 2.19 Nettbasert formidling

NKVTS og RVTS-ene har utviklet en rekke nettressurser innen vold, traumer og selvmordsforebygging. I notatet «Gjennomgang av nettressurser innen vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging», datert 26.11.21, ble det synliggjort at det er til dels overlappende ressurser som er utviklet av de seks sentrene. Notatet viser potensial for å samarbeide og samkjøre ressursene på en mer systematisk og forutsigbar måte. Dette for å gjøre det enklere og tydeligere for brukeren å få en oversikt over hva som finnes, gjøre det lettere å finne riktig ressurs, og for å unngå overlappende og konkurrerende ressurser. Notatet viste også at det er varierende hvilken informasjon som er tilgjengelig for de ulike ressursene ved hvert senter.

I 2023 gikk de seks sentrene sammen om å opprette en arbeidsgruppe med representanter fra alle sentre. Gruppen jobbet på mandat fra ledergruppen i RVTS og NKVTS. Arbeidet resulterte i utkast til en felles strategi for formidling og kompetanseheving på nett. I henhold til forslaget skal strategien styrke sentrenes samarbeid, og beskriver hvordan vi skal oppnå mer tydelighet overfor oppdragsgivere, oss selv og tjenestene. Forslaget til strategi omfatter hvordan vi skal få til mer koordinerte og tydelige nettressurser, forslag til redaksjonelle prinsipper, samt hvordan vi skal sikre framtidig kvalitet på ressursene gjennom et mer systematisk og tydelig samarbeid. Den tar også for seg redaksjonelle retningslinjer, samt ulike sjekkpunkter som skal ivareta kvalitet, informasjonsflyt og for å unngå overlappende ressurser. Forslaget ble oversendt til Helsedirektoratet på tampen av året.

# Sluttnoter

- 1 Med delvis hovedansvar mener vi nettressurser som er nasjonale RVTS-prosjekter, hvor RVTS Øst har et hovedansvar for utvikling og drift.
- 2 Zupersmart.no og snakksomselvmord.no ble begge lansert i mars 2023.
- 3 Tidligere har vi rapportert på både sidevisninger, brukere og økter. Sidevisninger er en god indikator på å se hvilke sider som er mest interessante for brukere, men egner seg ikke så godt som hovedmåling for resultat. Grunnen er at mange sidevisninger også kan være en indikator på at brukerne har vanskeligheter med å finne det de leter etter. Brukere er i praksis enheter i måleverktøy – dvs. ett menneske kan være flere brukere som følge av at de bruker både pc, mobil og nettbrett. Økter/besøk måler ett besøk av en bruker på nettsiden, uavhengig av hvordan brukeren navigerer og på hvilken side den begynner på. Det er derfor en god måleenhet for å måle trafikkutvikling.
- 4 Økter/besøk måler ett besøk av en bruker på nettsiden, uavhengig av hvordan brukeren navigerer og på hvilken side den begynner på.
- 5 RVTS Østs profilmanual er tilgjengelig på <https://profilmanual.rvtsost.no>, passord: RVTS123 .
- 6 Beslutningstakere, ledere og tjenesteutøvere innen helse- og omsorgstjenesten, barnevernet, familievernet, barnehage og skole, arbeids- og integreringssektoren, krisesentertilbudet, sentre mot incest- og seksuelle overgrep, støttesentre for kriminalitetsutsatte, kriminalomsorgen, politiet, Statens barnehus, flyktningetjenester, asylmottak og relevante frivillige organisasjoner
- 7 Kartleggingsverktøy utviklet av CACTUS-nettverket. Dette er et faglig nettverk som ble opprettet av norske kunnskaps- og ressursentre som har ansvar for kompetanseheving på områdene traumer og konsekvenser for barn og unges psykiske helse. Formålet med CACTUS er å fremme en felles fagutvikling i nettverket, og gjennom det utvikle og styrke de representerte sentrenes arbeid knyttet til komplekse traumer hos barn og unge. RVTS, NKVTS, Statens Barnehus og Østbyttet kompetansesenter er representert i nettverket, som koordineres av RVTS Øst.
- 8 For mer informasjon om Play it right henviser vi til sammenfatningen av arbeidet som vi oversendte Helsedirektoratet i juni. Bakgrunnen for sammenfatningen var forespørsel fra Helsedirektoratet om en nærmere oversikt over arbeidet som er utført fra oppstarten samt oversikt over bidragsyttere i de ulike delene av prosjektet.
- 9 <https://psykologtidsskriftet.no/bokanmeldelse/2023/01/dialog-om-seksualitet-mye-innhold-pa-fa-sider>
- 10 #chatsafe er en ressurs for ungdom om trygg kommunikasjon på nett. Ressursen er utviklet i et samarbeid mellom fagfolk innen selvmordsforebygging og kommunikasjon samt unge mennesker. Målet har vært å utvikle et sett med kunnskapsbaserte retningslinjer som kan hjelpe unge mennesker med å kommunisere trygt om selvmord på nettet.
- 11 Det ble i 2021 gjennomført en felles nasjonal opplæring.
- 12 Fredagsfokus er direktesendinger fra RVTS Vest, en fredag hver måned: <https://rvtsvest.no/hva-er-fredagsfokus/>
- 13 Evakuert- og pårørendesenter.
- 14 Bedre tverrfaglig innsats.
- 15 Se for eks: <https://www.nrk.no/emne/selv-mord-i-bredtveit-fengsel-1.16348138>
- 16 HHRI står for ressursdatabasen «Mental Health and Human Rights Info»: <https://www.hhri.org/>

**Regionalt ressurscenter om  
vold, traumatisk stress og  
selvmordsforebygging,  
region øst**

Vårt samfunnsoppdrag er å bidra til kvalitetsutvikling i alle tjenester som arbeider med barn, unge og voksne. Målet er å bidra til å forebygge vold og overgrep, traumatisk stress, selvmord og selvskading, og å spre kunnskap om flyktningehelse og tvungen migrasjon. Med andre ord skal RVTS Øst være en tjeneste for tjenestene.



T: 22 58 60 00  
post@rvtsost.no  
rvtsost.no