




- nasjonal veiviser ved vold og overgrep

Sinnemestring Brøsetmodellen 20 år
5. desember 2018

Gry Stordahl

dinutvei.no driftes av Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS) på oppdrag fra Justis- og beredskapsdepartementet

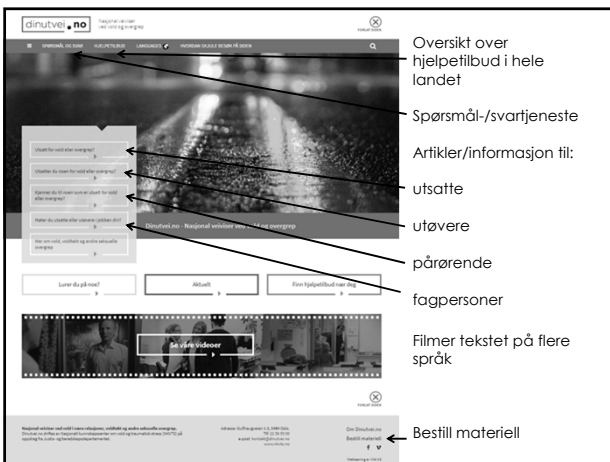


- nasjonal veiviser ved vold og overgrep

På dinutvei.no finner utsatte, utøvere, berørte og fagpersoner

- oversikt over og omtale av hjelpetilbud i hele landet
- artikler om vold i nære relasjoner, voldtekt og andre seksuelle overgrep
- en spørsmål- og svartjeneste der den som stiller spørsmål kan være anonym

dinutvei.no driftes av Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS) på oppdrag fra Justis- og beredskapsdepartementet



Oversikt over hjelpetilbud i hele landet

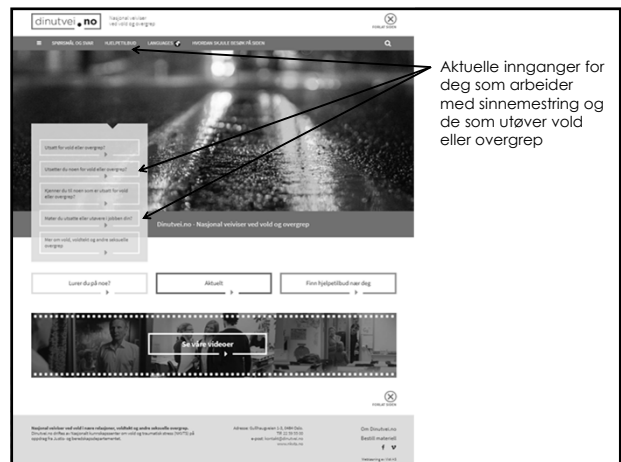
Spørsmål-/svartjeneste

Artikler/informasjon til:

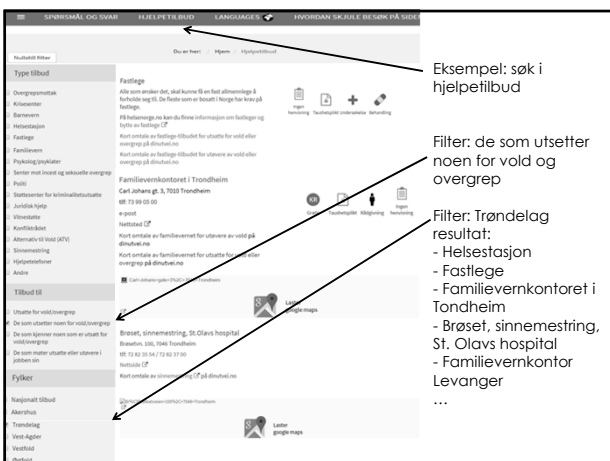
- utsatte
- utøvere
- pårørende
- fagpersoner

Filmer teksten på flere språk

Bestill materiell



Aktuelle innganger for deg som arbeider med sinnemestring og de som utøver vold eller overgrep

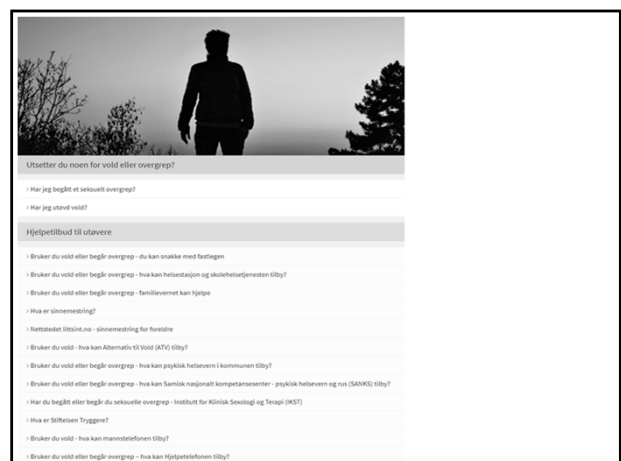


Eksempel: søk i hjelpetilbud

Filter: de som utsetter noen for vold og overgrep

Filter: Trøndelag resultat:

- Helsestasjon
- Fastlege
- Familievernkontoret i Trondheim
- Brøset, sinnemestring, St. Olavs hospital
- Familievernkontor Levanger
- ...



Utsetter du noen for vold eller overgrep?

Har jeg begått et seksuelt overgrep?

Har jeg utsatt noen for vold?

Hjelpetilbud til utøvere

- Bruker du vold eller begår overgrep - du kan snakke med fastlegen
- Bruker du vold eller begår overgrep - hva kan helsestasjon og skadestue/eremnet tilby?
- Bruker du vold eller begår overgrep - familievern kan hjelpe
- Hva er sinnemestring?
- Nettstedet Utsett.no - sinnemestring for foreldre
- Bruker du vold - hva kan Alternativt til Vold (ATV) tilby?
- Bruker du vold eller begår overgrep - hva kan psykisk helsevern i kommunen tilby?
- Bruker du vold eller begår overgrep - hva kan Samisk nasjonalt kompetansesenter - psykisk helsevern og rol (SANKK) tilby?
- Har du begått eller begår du seksuelle overgrep - Institutt for Klinisk Sessing og Terapi (IKST)
- Hva er Sjøretten Trygghet?
- Bruker du vold - hva kan mannstøttelefonen tilby?
- Bruker du vold eller begår overgrep - hva kan Hjelpestøttelefonen tilby?

Hva er sinnemestring?

Har du problemer med sinnet ditt? Går det ut over kjæreste og familie? Da kan hjelp av terapeuter som jobber med sinnemestring etter Brusetmodellen være noe for deg.

Tilbudet er landsdekkende og retter seg mot voldsoverere over 18 år. Metoden brukes mest i gruppebehandling, men kan også brukes individuelt. Du kan lære teknikker for å kontrollere den aggressive atferden din, og jobbe med å endre holdninger.

Sinnemestring Bruset Modellen (SBM) er utviklet på Bruset kompetansesenter for sikkerhets-, fengsels- og rettspsykiatri ved St. Olavs hospital. Til sammen er det nå utdannet 450 sinnemestringsterapeuter (2018) på landsbasis.

Behandlere som bruker denne metoden arbeider oftest i psykisk helsestasjon, på familievernkontor eller i sunnereven. Behandlingen har taushetsplikt og har derfor ikke lov til å dele opplysninger om deg med andre, uten at du gir tillatelse til det, eller det er fare for liv og helse. Det tilbys toki når det er behov for det.

Du kan ta kontakt med fastlegen eller familievernkontoret for å få mer informasjon om tilbudet.

Informasjon om Brusetmodellen og godkjente behandlingssider

Vi vil gjerne ha din tilbakemelding

Fant du det du lette etter?

Ja Nei

Vi vil gjerne kommunisere setter vi pris på det

Hva lette du etter? Dinne innspill hjelper oss å lage et enda bedre nettsted.

SEND

RELATERTE ARTIKLER

- Braker du vold eller begår overgrep - familievernet kan hjelpe
- Braker du vold - hva kan Allmenntv til Vold (ATV) tilby?
- Har du blygt eller begår du seksuelle overgrep - Institutt for Klinisk Seneologi og Terapi (KST)
- Braker du vold - hva kan mannshelsetjenen tilby?
- Hva er Stillelsen Trygghet?
- Braker du vold eller begår overgrep - du kan snakke med fastlegen
- Braker du vold eller begår overgrep - hva kan Samisk nasjonalt kompetansesenter - psykisk helsevern og rus (SANKS) tilby?
- Braker du vold eller begår overgrep - hva kan helsestasjon og skolehelsetjenesten tilby?
- Braker du vold eller begår overgrep - hva kan psykisk helsevern i kommunen tilby?
- Nettsidet littint.no - sinnemestring for foreldre

Vi har

EKSTERNE LENKER

- Brusetmodellen og godkjente behandlingssider
- Sinnemestring for foreldre - littint.no

ماذا تعني إدارة الغضب؟

هل لديك مشائل في السيطرة على غضبك؟ هل يؤثر هذا على شريك حياتك وأسرتك؟ إن لم تكن مرشحاً للحصول على مساعدة الأطباء المعالجين المتخصصين في إدارة الغضب.

هذه الخدمة وطنية وتستهدف مرتكبى أعمال العنف الذين تتجاوز أعمارهم 18 عاماً وتتبنى الخدمة منهجية تستخدم أساساً في مجموعة العلاج. على الرغم من أنها يمكن استخدامها أيضاً بشكل فردي. يمكنك أن تتعلم تقنيات التحكم في سلوكك العدواني، والعمل على تغيير موقفك وتجاهلتك.

هذا النموذج هو جزء من خطة عمل الحكومة للتصدي للتعرف في العلاقات الحساسة وقد تم إنجاده في مركز بروتس المتخصص في مستشفى شارع أولاند.

لأطباء المعالجون الذين يستخدمون هذا النهج يعملون في مجال الصحة النفسية، في مكاتب الاستشارات الأسرية أو في مراكز خدمة رعاية الطفل وهناك مجموعة من 400 طبيب معالج لإدارة الغضب يعملون على أساس وطني (2016). يعتمد العاملون بنوعي السرية ولأنك لا يسمح لهم بتبادل أي معلومات عنك دون موافقتك، إلا إذا كان هناك خطر على الحياة والصحة يتبع المؤسسة مترجماً فوراً عند الضرورة.

يمكنك الاتصال بطبيبك العام أو مكتب الاستشارات الأسرية الذي تتبعه لتزويد من المعلومات حول هذه الخدمة.

معلومات حول نموذج Bruset ومراكز العلاج المتخصصة

تروحي فقط

dinutvei.no driftes av Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS) på oppdrag fra Justis- og beredskapsdepartementet

dinutvei.no
- nasjonal veiviser ved vold og overgrep

Spørsmål kan stilles anonymt på dinutvei.no eller på e-post til sporsmal@dinutvei.no

Hei,
Jeg tar kontakt for å kartlegge og finne riktig hjelp for meg til å kontrollere og mestre mitt eget sinne. Lurte derfor på om du kunne hjelpe meg her.

Hvilken tilbud finnes det for meg når jeg er i parforhold, over 30 år gammel, og ønsker å endre mitt eget sinne mønster gjennom kognitiv hjelp og samtaler?
Mvh

dinutvei.no driftes av Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS) på oppdrag fra Justis- og beredskapsdepartementet

dinutvei.no
- nasjonal veiviser ved vold og overgrep

Kampanje om avvergeplikten 2019

Tips til

- informasjon om avvergeplikten - hva er det behov for?
- hvordan bør informasjon formidles?
- andre innspill til dinutvei.no?

kontakt@dinutvei.no
gry.stordahl@nkvts.no

Tusen takk!

dinutvei.no driftes av Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS) på oppdrag fra Justis- og beredskapsdepartementet