

# DEN USYN- LIGE VOLD



Foto: Peter Sørensen

VIDEN OM PSYKISK VOLD

#psykiskvold



**VIDEN OM PSYKISK VOLD**  
DEN USYNLIGE VOLD

**REDAKTION**

HENRIETTE WINTHER, KATJA GREGERS  
BROCK

MIA FALCONER, MARIA STETTER RUBIN,  
JEPPE WÜRTZ PETERSEN OG KIRSTEN MARIE  
KRISTENSEN

**UDGIVER**

DANNER OG RØDE KORS

**OPSÆTNING OG KORREKTUR**

JEPPE WÜRTZ PETERSEN  
ANNE ZACHO MØLLER

**FOTO**

PETER SØRENSEN

WWW.DANNER.DK  
WWW.RODEKORS.DK

Dette kompendie blev udgivet til alle deltagere på konferencen 'Den usynlige vold' den 16. marts 2018.

Kompendiet kan fremsendes i pdf mod forespørgsel på [kommunikation@danner.dk](mailto:kommunikation@danner.dk) frem til 31.12.2018

# INDHOLD

FORORD – VI KAN FOREBYGGE PSYKISK VOLD MED VIDEN / 4

HVAD ER PSYKISK VOLD? / 5

HVAD VED VI OM UDBREDELSEN AF PSYKISK VOLD? / 6

VOLDENS FORMER / 8

PSYKISK VOLD HAR ENORME KONSEKVENSER / 9

VOLD BLIVER NORMALT I PARFORHOLDET / 10

IKKE ET INDIVIDUELT PROBLEM / 11

VOLDSUDSATTE BØRN OG UNGE ER SÆRLIGT SÅRBARE / 14

HVORDAN FOREBYGGER VI PSYKISK VOLD? / 15

LITTERATURLISTE OG KILDEHENVISNINGER / 19



# Vi kan forebygge psykisk vold med viden

Psykisk vold har store menneskelige konsekvenser. Svære traumer, og i visse tilfælde drab, kan være resultatet af at leve i et forhold med psykisk vold. Men det er muligt at forebygge psykisk vold ved hjælp af kriminalisering, viden og tidlig sporing.

Vi mangler endnu til fulde at forstå, hvilke dynamikker der hersker, når et menneske systematisk udsætter sin partner for krænkelser, nedgørelse, isolation og trusler over tid. Vi ved at opvækst, personlighed, relationer og samfundsnormer er faktorer, som har indflydelse på volden, men vi mangler stadig fyldestgørende forskning på området.

Partnervold har store samfundsmæssige konsekvenser, som går langt ud over den enkelte familie. Det spreder sig som ringe i vandet til arbejdspladsen, børnenes institution og skole, de sociale myndigheder, og alle de relationer, som voldsudsatte og voldsudøvere indgår i. Det lægger pres på vores fundamentale standpunkt om, at enhver er født fri og lige, og at ingen har ret til at føle ejerskab eller dominans over et andet menneske.

Fordi psykisk vold er så ødelæggende, er det afgørende, at vi får sat den på dagsordenen – både for at gøre den strafbar, samt for at sikre et højt vidensniveau hos de myndigheds personer og relevante sektorer, der skal arbejde indenfor rammerne af ny lovgivning på området. Også her mangler et holdbart vidensgrundlag til at spotte og hjælpe de personer der udsættes for psykisk vold. Vi kan ikke forlange eller forvente at en isoleret, usikker og nedbrudt kvinde eller mand tager til genmæle over for sin dominerende, krænkende og truende partner gennem flere år.

Danmark har med Istanbulkonventionen forpligtet sig til at lovgive om psykisk vold, og lande som England, Norge og Sverige har allerede lovgivning på området. Derfor er vi naturligvis positive overfor ministerens udmeldinger. Den nuværende lovgivning om vold, trusler og andre krænkelser, der skal beskytte de der udsættes for vold i nære relationer, herunder psykisk vold, er ikke tilstrækkelig. Loven er indrettet til at fokusere på enkeltstående overtrædelser og tager ikke højde for kompleksiteten af vold i nære relationer. Særligt den psykiske vold, der forstås som et gentaget mønster af grove krænkelser over tid, er ikke tilstrækkeligt dækket ind af den nuværende lovgivning.

Denne publikation opridser viden om omfanget af vold i nære relationer, samt sociologiske og psykologiske forklaringsmodeller for den psykiske vold. I slutningen opridser vi desuden en række af de oplagte løsninger som Danner og Røde Kors ser, for at vi kan forebygge psykisk vold.

God læselyst.

**Røde Kors og Danner**

# HVAD ER PSYKISK VOLD?

**Psykisk vold er, når en person gentagne gange truer, krænker og dominerer en anden, så denne person lever med utryghed og frygt, som over tid nedbryder selvværdet.**

Der findes forskellige måder at definere psykisk vold, afhængigt af kontekst og hvilken faggruppe man spørger. Ovennævnte betegnelse sammenfatter dog essensen af, hvad fagfolk i dag forstår ved psykisk vold. Det er væsentligt at skelne mellem den retslige kontekst og behandlerkonteksten.

Konferencen i dag bringer os ikke nødvendigvis tættere på en fast definition af psykisk vold, men den skal bringe os tættere på at forstå den psykiske volds dynamikker, så vi bliver bedre til at forebygge den.

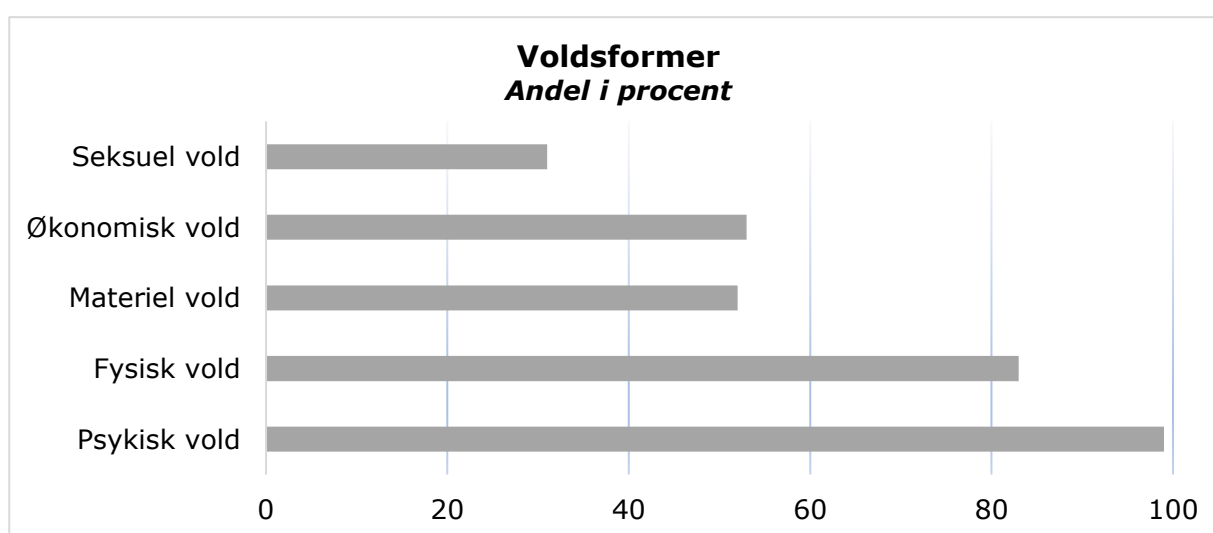
*“Han var jaloux, når en veninde ringede, eller når andre talte til mig. Når vi var ude, skulle jeg kun have fokus på ham. Hvis min bluse var gennemsigtig, så andre kunne se min undertrøje blev han vanvittig. Jeg måtte ikke en gang tisse med lukket dør – kun når vi havde gæster.*

*Vi var sammen i mere end 10 år. I begyndelsen så jeg slet ikke, hvem han også var. Jeg så kun ham, jeg var forelsket i. Hvis han ikke havde overfaldet mig den aften, er det ikke sikkert, jeg havde siddet her i dag. Så var jeg måske stadig sammen med ham, eller han havde gjort alvor af sine trusler om, at hvis han ikke kunne få mig, så skulle ingen have mig.”*

Kristina, tidligere beboer hos Danner

# HVAD VED VI OM UDBREDELSEN AF PSYKISK VOLD?

Socialstyrelsens årsstatistik for kvinder og børn på krisecenter giver et centralt indblik i omfanget af vold, idet den årligt kortlægger nøgletal og information fra landets kvindekrisecentre. Årsstatistikken for 2016 danner et billede af, hvilke typer af vold kvinder, der flytter fra et krisecenter, har været udsat for:



I 2016 fraflyttede 1.749 kvinder et af landets krisecentre, mens der kom 7447 henvendelser om en ledig krisecenterplads. Vold i nære relationer starter ofte som psykisk vold og udvikler sig i mange tilfælde til fysisk vold. Derfor har en kvinde, når hun flytter på krisecenter, ofte levet med psykisk vold i en lang periode.

I 2016 fraflyttede 17 voldsudsatte mænd et af Mandecentrets daværende 23 værelser, desuden blev 8 afvist på grund af for højt trusselsniveau. Ud af de 17 havde alle været udsat for psykisk vold. Der findes ikke et samlet datagrundlag for voldsudsatte mænd på krisecenter fra 2016. Det vil sige, at tal fra landets øvrige 7 krisecentre, som arbejder med bl.a. voldsudsatte mænd, ikke er medtaget her.

I 2014 udgav Socialstyrelsen *Årsstatistik for mænd på mandecentre og mandekrisecentre*. Her fremgår det, at 4% af centrenes i alt 108 fraflyttede mænd angav partnervold som grunden til deres ophold, mens 28% angav at de har været udsat for psykisk vold i deres seneste parforhold. De mest hyppige grunde til at flytte på mande(krise)center er parbrud og skilsmisse. Volden kan altså være en del af forholdet, selvom det ikke nødvendigvis er det, mændene tilkendegiver som årsagen til at søge hjælp.

## Fysisk vold mod 33.000 kvinder og 13.000 mænd – unge mest udsatte

Den seneste danske omfangsundersøgelse af vold i nære relationer stammer fra 2012 og er udgivet af Statens Institut for Folkesundhed (SIF). I undersøgelsen er den psykiske vold ikke kortlagt, da det kun er den fysiske og seksuelle vold, der kan registreres gennem registerdata og offerundersøgelser, men seniorforsker Karin Helweg-Larsen understreger, at også psykisk vold er en del af partnervolden. Rapporten *Vold i nære relationer* (SIF 2012) viser således at:

- Ca. 33.000 kvinder og 13.000 mænd i hele befolkningen skønnes årligt at være udsat for fysisk partnervold.
- Ca. 10.000 kvinder skønnes årligt at være udsat for gentagen og grovere fysisk vold.

- Mænd er hyppigere end kvinder udsat for fysisk vold generelt, men kvinder er hyppigere end mænd udsat for fysisk vold i nære relationer, f.eks. partnervold.
- Hyppigheden af voldsudsættelse er større blandt 16-24-årige end i de øvrige aldersgrupper. Det gælder både for fysisk vold generelt og for fysisk partnervold.

I en rapport fra 2014 undersøgte EU's agentur for fundamentale rettigheder omfanget af vold mod kvinder i EU. Den kvantitative undersøgelse er den hidtil største af sin art i EU, og konkluder om omfanget af psykisk vold mod kvinder, som ifølge EU-agenturet eksempelvis er ydmygelser, trusler eller frihedsberøvelse, at 35% af danske kvinder har oplevet psykisk vold fra en nuværende partner. Det er det tredjehøjeste tal i EU, hvor gennemsnittet for alle lande er på 23%.

### **Unge oplever at deres grænser bliver overskredet**

De seneste generelle tal fra Det Nationale Forskningscenter for Velfærd (SFI) fra 2012 om udbredelsen af psykisk vold blandt unge viser, at ca. 12.500 unge mellem 16 og 24 år hvert år udsættes for psykisk vold af en kæreste. 7.500 af dem er kvinder og 5.000 er mænd.

Sidste år søsatte Ligestillingsministeriet en kampagne om psykisk vold blandt unge, 'Vold kan forekomme'. Her foretog Epinion en *holdningsundersøgelse* blandt de 16-24-årige som viste, at 33 % af unge kvinder har været i forhold, hvor de synes, at deres grænser er blevet overtrådt psykisk af deres kæreste. For de unge mænds vedkommende svarede 13%, at deres grænser psykisk blev overskredet. Desuden viser undersøgelsen, at ca. hver tredje ung synes det er svært at sætte grænser i et forhold.

### **Samfundets omkostninger ved vold i nære relationer er enormt**

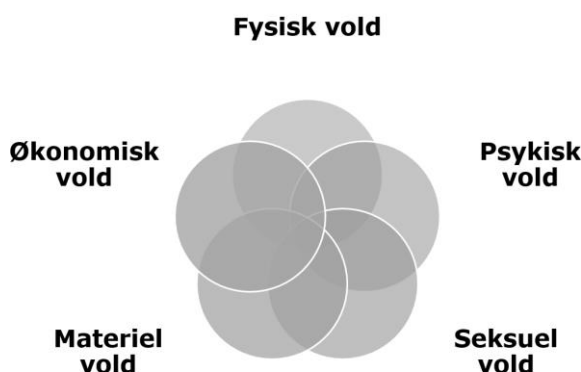
De samfundsmæssige omkostninger ved fysisk vold i nære relationer blev i en SIF-rapport i 2010 anslået til en halv milliard kroner, der dækker både sundhedsvæsen, politi og retsvæsen, ophold og rådgivning på kvindekrisecentre og de kortsigtede tab i samfundsmæssig produktion. De inkluderer også omkostninger ved nationale handleplaner og indsatser for at forebygge vold. For arbejdspladserne udgør det øgede sygefravær hos voldsudsatte kvinder et produktionstab på anslået 30 millioner kroner. Det er vanskeligt at sætte tal på den voldsudsattes personlige omkostninger, men rapporten estimerer, at voldsudsatte har stort tab af livskvalitet, herunder at skulle leve med voldens psykiske konsekvenser.

### **Forskning i psykisk vold og vold i nære relationer i Danmark er utidssvarende**

Der findes ikke data i Danmark, der fuldt belyser omfanget af vold i nære relationer. I Danmark har vi fx ikke en årlig omfangsundersøgelse af vold i nære relationer. Det seneste omfangsstudie er fra 2012 og belyser alene den fysiske og seksuelle vold. Siden da har vores voldsforståelse udviklet sig, og samfundsdebatten fået flere nuancer. Den manglende danske forskning og samlede viden betyder, at vi i Danmark er upræcise, når vi taler om psykisk vold, vold i nære relationer og forebyggelsen af denne.

# VOLDENS FORMER

Fagfolk arbejder med fem former for vold i nære relationer. Som oftest er den psykiske vold ledsaget af andre voldsformer, hvilket er vigtigt at have for øje, når man som frontpersonale (fx politi eller socialrådgiver) afdækker volden. Voldsformerne kan hjælpe den voldsudsatte med at forstå sin egen situation, og hjælpe fagpersonen med at præcisere, hvad vedkommende har været udsat for. Psykisk vold overses ofte, selvom det er den mest udbredte voldsform.



**Fysisk vold** dækker over en lang række fysiske skader, fx ydre og indre kvæstelser, blå mærker eller brændemærker fra en cigaret. Fysisk vold kan være at blive slået, sparket, rusket, brændt med en cigaret, få revet håret af eller blive overfaldet med eller uden våben. Det er også fysisk vold, hvis man bliver fastholdt, spærret inde eller forhindret i at få opfyldt fysiske behov som søvn og mad. Fysisk vold og frihedsberøvelse er ulovligt iflg. straffeloven.

**Psykisk vold** kan man ikke umiddelbart se skaderne fra, og derfor er det svært både for den voldsudsatte og for udenforstående at vide, hvornår der foregår psykisk vold. Psykisk vold handler typisk om, at voldsudøveren systematisk truer, krænker eller nedgør sin partner. Det kan være at blive latterliggjort, ydmyget, udsat for gentagen kritik, overvåget og isoleret. Truslerne fylder ofte meget i den psykiske vold. Fx trusler om fysisk vold, mishandling, selvmord eller at børnene vil blive bortført eller skadet. Udøveren sætter spørgsmålstegn ved den udsattes dømmekraft og handlinger. Dermed nedbrydes den voldsudsattes selvtillid og selvværd gradvist. Mange kvinder på Danners krisecenter og i Qnet beskriver den psykiske vold som den mest belastende. Stalking og digital vold er en del af den psykiske vold.

**Seksuel vold** er når den voldsudsatte tvinges til en seksuel handling, hun eller han ikke har lyst til eller modsætter sig. Sex er, når begge er enige om, hvad der skal ske. Alt andet er seksuel vold. Det gælder også, hvis man bliver krænket eller nedgjort seksuelt. Det er også seksuel vold, hvis man får overtrådt sine seksuelle grænser ved fx at blive tvunget til at blive filmet under en seksuel handling eller tvunget til seksuelle handlinger med andre.

**Materiel vold** dækker over, at voldsudøveren bevidst ødelægger et andet menneskes personlige ejendele. Det kan være tøj, der bliver revet i stykker, ejendele med særlig affektionsværdi, computere der bliver kastet med eller smykker, som bliver smadret.

**Økonomisk vold** forhindrer den voldsudsatte i at råde over sin egen økonomi. Det kan fx ske ved, at vedkommende forhindres i at tjene penge, nægtes adgang til egne penge eller fælles bankkonto eller tvinges til at underskrive lån eller på anden måde gældsættes. Det er også økonomisk vold, hvis den voldsudsatte bliver tvunget til at tigge om penge fra voldsudøveren. Enhver har ret til at råde over sine egne penge.



# PSYKISK VOLD HAR ENORME KONSEKVENSER

Voksne og børn, der har været udsat for et gentaget mønster af psykisk vold, mærkes for livet. Undersøgelser fra blandt andre den amerikanske sociolog Michael P. Johnson viser, at de fysiske konsekvenser ved at have levet med psykisk vold ofte er større end ved at have levet med fysisk vold. Ofte indvirker de traumatiske begivenheder på psyken, så den voldsudsatte mister sin grundlæggende selvfølelse og plages af skyld og skam.

Hos kvinder, der flytter ind på landets krisecentre, er nogle af de kendte konsekvenser og fysiske symptomer fx hårtab, søvnproblemer, uro og fysisk udmattelse. Dertil kommer en række faktorer, som truer livskvaliteten hos den udsatte. Mange mister kontakt til familie og venner, og oplever ensomhed, isolation og magtesløshed. Andre faktorer kan være øget risiko for selvmordsforsøg, risiko for at udvikle alkoholmisbrug, generel traumatisk stress og depressionstilstand, samt manglende arbejdsmarkedstilknytning. Derudover forbindes psykisk vold også med risiko for at føde børn med lav fødselsvægt, samt generel nedsat forældrekompetence.

Det er ikke muligt at lave en udtømmende liste for konsekvenser af volden, da alle oplevelser er unikke, men ovenstående faktorer giver et billede af, hvilke komplikationer tidligere voldsudsatte lever med – uanset om man er kvinde, mand eller barn.

## **Psykisk vold forud for 75% af partnerdrab i Danmark**

Hvert år bliver 10-12 kvinder (og 0-1 mand) slået ihjel af en nuværende eller tidligere partner. Rapporten *Forebyggelse af drab og dødelig vold i nære relationer* undersøgte alle danske partnerdrab fra 2009 til 2011 og fandt bevis for, at der i 75% af sagerne har været psykisk vold mellem de involverede forud for drabet. Rapporten påpeger, at psykisk vold er en markant risikofaktor, som skal tages langt mere alvorligt, end vi gør i dag, hvis vi vil bekæmpe partnerdrab.

## **Psykisk belastning skader livskvalitet, forældreskab og arbejdsevne**

Socialstyrelsens seneste *Årsstatistik for kvinder og børn på krisecentre* viser, at 44% af kvinder på krisecentre har symptomer på PTSD, altså psykiske belastningsskader, der stammer fra traumatiske oplevelser, hvor vedkommende har frygtet for eget eller nærtstående menneskers liv.

Når en forælder udsættes for vold, sætter det sine tydelige spor i tilknytningen til børnene. Evnen til at yde omsorg for sine børn er ifølge rapporten *Voldens Børn* fra Mødrehjælpen i 2017 ofte "proportional med vedkommendes egen traumerespons". Dét at vokse op med en primær omsorgsgiver, der har PTSD-symptomer – eller blot nogle af ovenstående følgevirkninger – har betydelige konsekvenser for den barndom, barnet gennemlever. En undersøgelse fra SIF i 2010 af voldsudsatte kvinders arbejdsliv viste, at 83% af de adspurgte kvinder oplevede, at volden influerede negativt på deres arbejde i form af træthed, grådlabilitet, koncentrationsproblemer, højt sygefravær og dårlig social kontakt med kollegerne. Undersøgelsen viste også, at 24% af de adspurgte voldsudsatte kvinder var stoppet med at arbejde som en direkte konsekvens af volden.

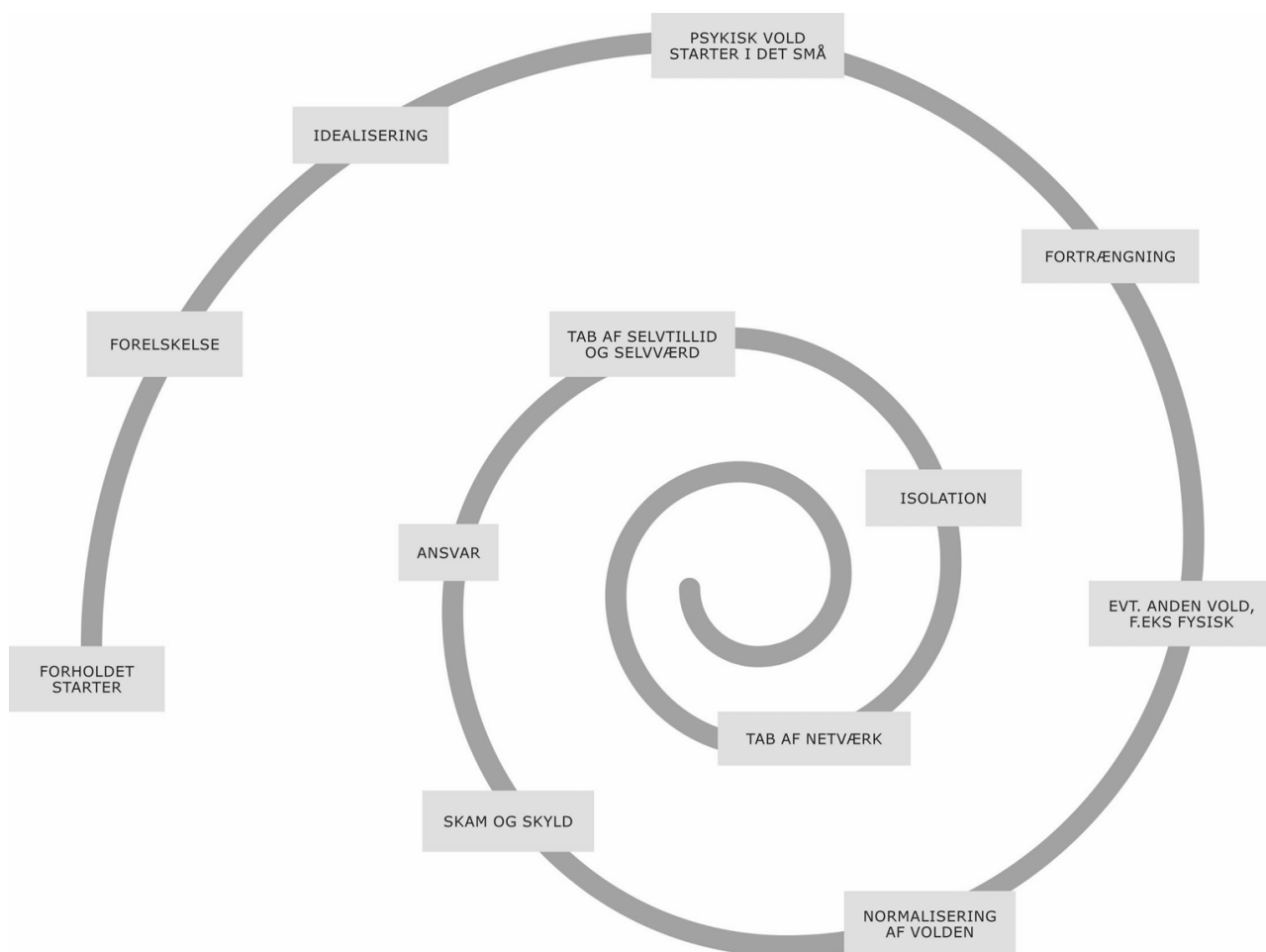
## **Voldsudsatte mænd har lavt selvværd**

Vi ved mindre om konsekvenserne af partnervold mod mænd, men undersøgelser peger på mange af de samme følgevirkninger, som vi ser hos kvinder. I SIFs *Partnervold mod mænd* fra 2012 blev en række fagfolk interviewet om voldsudsatte mænd, og de forklarede blandt andet, at "voldsudsatte mænd ofte har et meget lavt selvværd som følge af volden, og at de har brug for nogen at snakke med og for at blive bekræftet i, at de er noget værd. De har også behov for at høre, at de ikke er alene om at have problemer, og at der er andre i samme situation som dem selv."

Undersøgelsen påpeger, at følgevirkninger og konsekvenser af volden forstærkes af, at partnervold mod mænd er tabubelagt og skamfuldt, fordi det strider mod en samfundsforståelse af, hvad det vil sige at være en 'rigtig mand'. Ovenstående understreger, hvor vigtigt det er at forebygge vold i nære relationer uanset køn – herunder et særligt fokus på psykisk vold.

## VOLD BLIVER NORMALT I PARFORHOLDET

Voldsspiralen er en model der forklarer, hvordan psykisk vold påvirker den voldsudsatte over tid, og hvordan volden kan blive normaliseret og bagatelliseret af både udøveren og den udsatte, da den langsomt bliver en del af deres hverdag. Voldelige forhold begynder ofte med en stærk følelse af kærlighed og forelskelse. Volden kommer som regel først ind i forholdet efter et stykke tid og vokser derefter støt. Grænserne for det normale skubbes gradvist. Voldens alvorsgrad og frekvens øges typisk, og den voldsudsatte begynder ofte at føle sig delvist eller fuldt ansvarlig for volden eller føle, at den er berettiget. Forholdet skifter hele tiden mellem kærlighed og vold, hvilket bidrager til den udsattes forvirring og manglende dømmekraft. Forståelse af, hvordan volden typisk eskaleres i en negativ spiral, gør det lettere at forstå, hvorfor det kan være svært at forlade udøveren. Vold bliver gradvist normen.



Eva Lundgren, docent og kvindeforsker ved Sociologiske Institut på Uppsala Universitet har beskrevet voldsspiralen, og hun kalder den psykiske nedbrydning af den voldsudsatte for *voldens normaliseringsproces*.

*"Han dikterede, hvad for noget tøj jeg måtte have på, om jeg måtte gå med make-up. Jeg tænkte ikke, at det var så galt. Han kunne finde på at sige: 'Når du tager make-up på, så er det for at gøre dig til for andre fyre'. Selvom jeg godt vidste, det ikke var rigtigt, troede jeg det var min skyld, at han blev så vred. Han sagde, at jeg skulle tabe mig. Så jeg spiste markant mindre. Det endte med, at jeg ikke kunne hygge mig med et måltid, som jeg gjorde før. Jeg spiste kun for, at det skulle se ud som om, at jeg havde det godt over for andre."*

Laura Lyngeraa levede med en psykisk voldelig kæreste i gymnasietiden

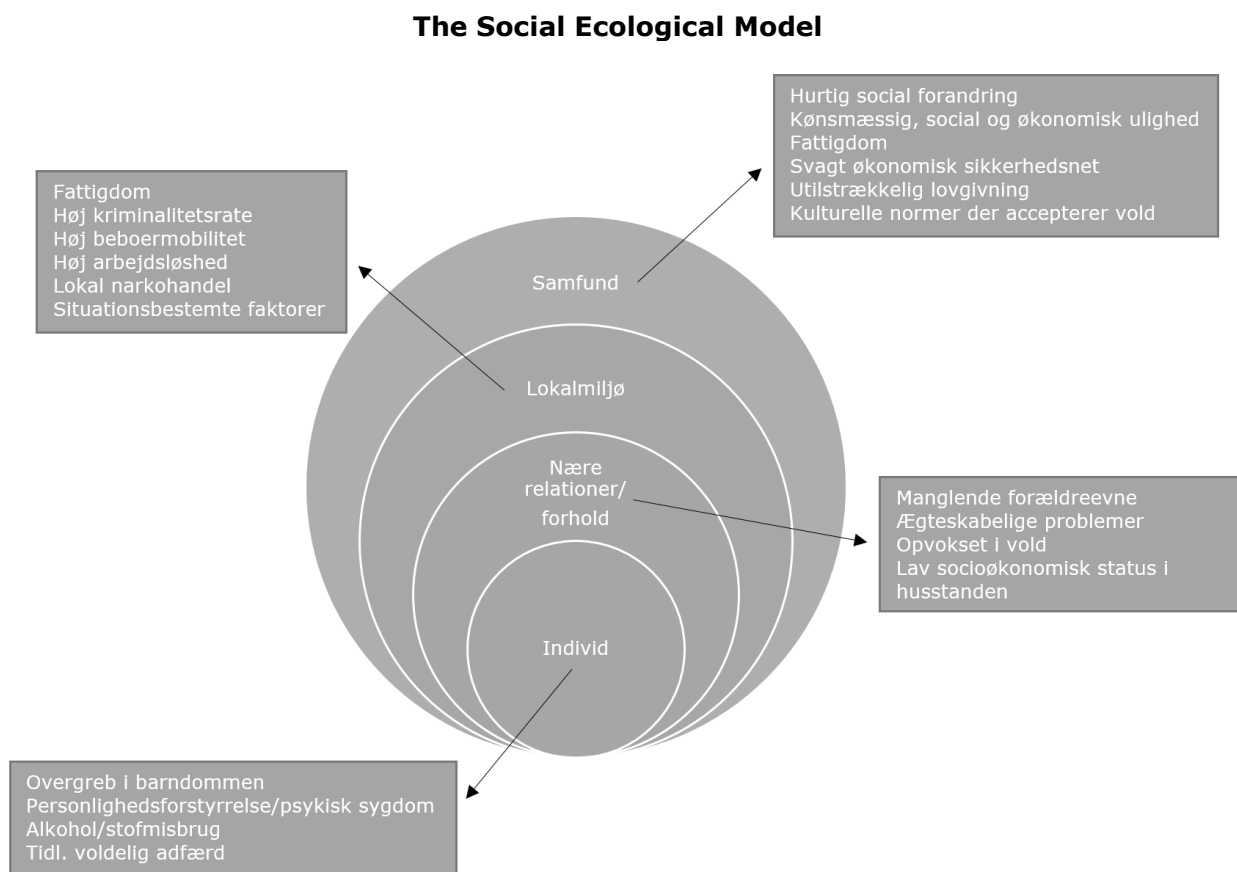
## IKKE ET INDIVIDUELT PROBLEM

Når man som fagperson skal forstå psykisk vold, handler det om at flytte blikket væk fra enkeltepisoder til at kigge på mønstre og kontrolmekanismer.

Det handler også om, at bevæge sig væk fra opfattelsen af, at vold i nære relationer er et individuelt problem, der foregår bag hjemmets fire vægge, og som handler om blå mærker. Den subtile vold gødes netop af at finde sted i det skjulte.

### Fire faktorer, der har indflydelse på volden

De færreste vil hævde, at vold i nære relationer har én enkelt årsag. Der er udviklet en række forståelsesrammer for hvordan volden muliggøres. Den socio-økologiske model, som bl.a. anvendes af WHO, beskriver hvordan faktorer på forskellige niveauer i samspil kan have indflydelse på volden.



Vold er ikke et individuelt problem, men der kan være nogle sårbarhedsfaktorer eller 'ting man har med i bagagen', der gør, at et menneske kan være mere tilbøjelig til at udøve vold eller have svært ved at bryde med en voldelig relation.

På *individniveau* påvirker den personlige historie og biologiske faktorer, hvordan enkeltpersoner opfører sig, samt sandsynligheden for at blive udsat for eller udøve vold. Blandt disse risikofaktorer er fx vold og overgreb i barndommen, psykiske problemer eller personlighedsforstyrrelser, alkohol- og / eller stofmisbrug, samt tendenser til aggressiv opførsel. Her kan det være svært at vurdere kausaliteten bag psykisk vold, og om det er det man har med, der gør, at man er udsat for vold, eller om man er særligt psykisk sårbar som følge af volden.

*Personlige og nære relationer* som familie, venner, partnere og jævnaldrende kan påvirke risikoen for at blive voldsudøver eller -udsat. Fx kan voldelige venner have indflydelse på, om en ung person deltager i udøvelse af eller bliver udsat for vold.

*Lokalmiljøet*, hvor sociale relationer opstår (fx skoler, kvarterer, arbejdspladser, bander) har også indflydelse på volden, idet holdninger og attituder blandt naboer og socialt netværk er med til at definere hvad der socialt acceptabelt.

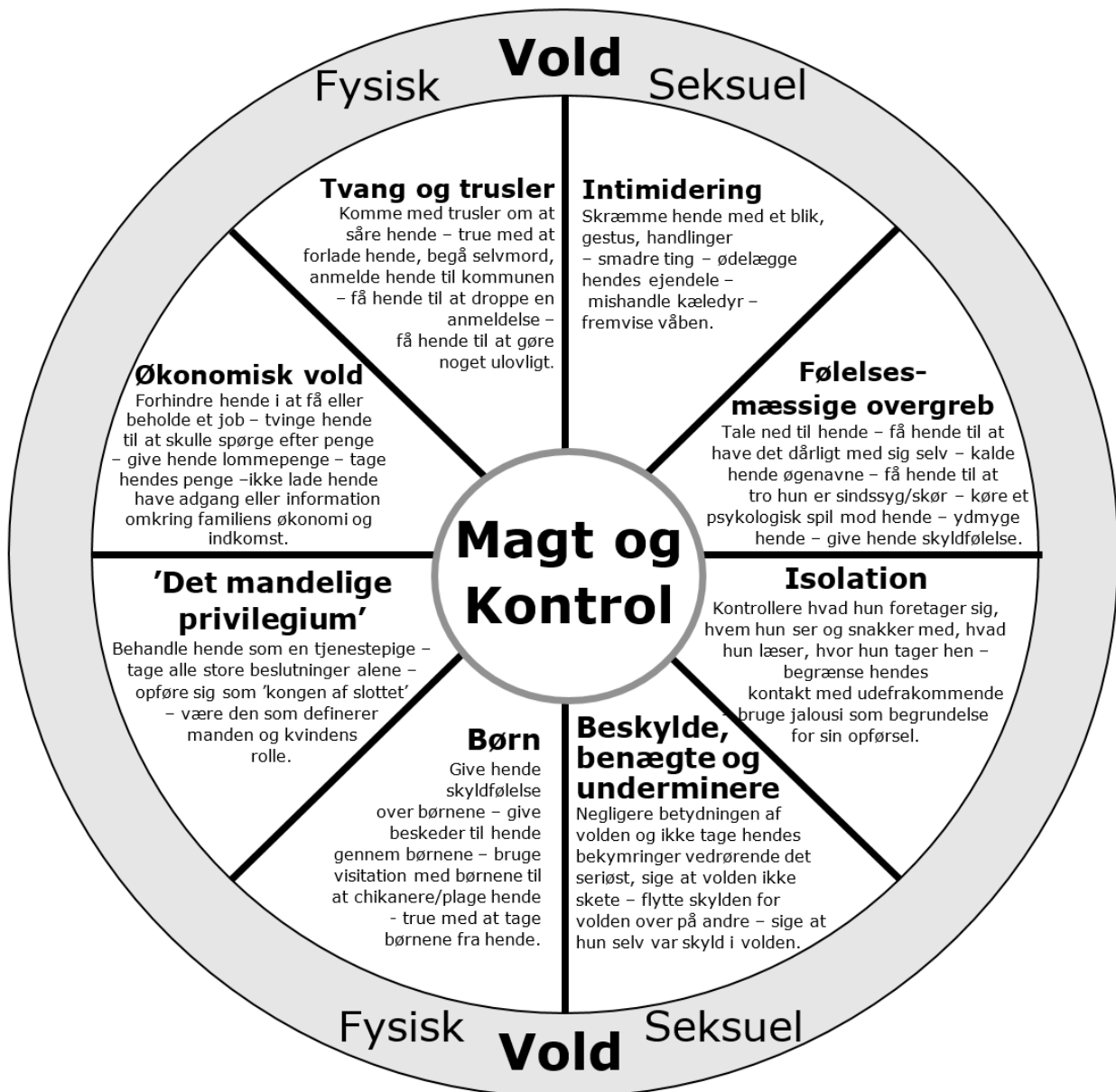
På *samfundsniveau* ser man på kulturelle og sociale normer, der definerer, hvordan en mand og en kvinde bør være, samt på ligestilling mellem kønnene.

### **Magt og kontrol er den psykiske volds ekstreme form**

Magt- og kontrolhjulet (The Duluth Model), som er udviklet af det amerikanske Domestic Violence Intervention Project, kan hjælpe med at kaste lys på den psykiske volds arenaer, og på hvordan den fysiske og seksuelle vold kan omkapsle et mønster af kontroltaktikker.

De anerkendte amerikanske forskere Michael P. Johnson og Evan Stark bruger dynamikkerne i magt- og kontrolhjulet til at udbygge forståelsen af psykisk vold. Der kan være forskellige grader af den psykiske vold, og det er graden af magt og kontrol, der afgør, hvor farlig volden er. I sin yderste konsekvens er psykisk vold ekstremt farlig, og det er denne voldsdynamik, som Michael P. Johnson (2008) kalder *Intimate terror* og som Evan Stark (2007) betegner som *coercive control*. Den fysiske vold er limen, der holder hjulet sammen. Truslerne og intimideringen styrkes for hver gang, der har været fysisk vold, og til sidst skal der måske bare et bestemt blik eller en bestemt vejrtrækning til, før den voldsudsatte er i alarmberedskab.

## Magt- og kontrol hjulet (The Duluth Model)



Ifølge Evan Stark og Michael P. Johnson eksisterer der samfundsmæssige strukturer, der muliggør *intim terror* og *tvangsmæssig kontrol*. Denne voldsform har en kønsmæssig slagside i kraft af, at det oftest er mænd, der er udøvere af denne form for vold. Her spiller mandens fysiske overlegenhed en rolle. Men også andre kønsmæssige uligheder kan bidrage til at fastholde kontrol eller magt i nære relationer. Erfaringer viser, at jo større mangel på ligestilling i samfundet, jo større grad af vold i nære relationer. Afghanistan er et ekstremt eksempel, hvor langt over 2/3 af landets kvinder er udsatte for vold i nære relationer. Alligevel kan man tale om det *nordiske paradoks*, hvor graden af ligestilling i samfundet er høj, men forekomsten af vold i privatsfæren desværre også er relativt høj. Evan Stark giver en forklaring på dette, idet han beskriver, hvordan øget ligestilling samtidig kan accentuere den psykiske vold mod kvinder. "Hvis en mand skal undertrykke en kvinde i dag, og forhindre hende i at bruge sin nyfundne ligestilling, er han også nødt til at tage kontrollen over hende mentalt", forklarede han bl.a. i et interview med Information i 2016.

# VOLDSUDSATTE BØRN OG UNGE ER SÆRLIGT SÅRBARE

Ifølge SFI kan psykisk vold mod børn defineres som et gentaget mønster af utilstrækkelig omsorg og støtte fra omsorgsgiver, der inkluderer handlinger mod barnet, som viser, at det er værdiløst, skadet, uelsket, uønsket eller kun brugbart for andres behov.

Det er en ekstrem og truende belastning for børn at være udsat for vold eller overvære vold i hjemmet – både fysisk og psykisk vold. Børn kan blive opfyldt af en dyb angst og leve med et forhøjet alarmberedskab. De voksne er ofte optaget af deres egne konflikter, og har ikke overskud til at se og høre børnene og deres behov. Samlet påvirker det barnets trivsel og den psykiske omsorg for barnet. Børn, som er vidner til vold i familien, udviser ofte de samme tegn på skader og traumer, som hvis de selv havde været udsat for vold. Hvis børn oplever vold i nære relationer, har det ofte alvorlige konsekvenser som fx angst, depression, dårlige resultater i skolen og helbredsproblemer.

Voldsudsatte børn reagerer forskelligt. Nogle bliver chokerede, mistroiske, aggressive, bange for at dø, apatiske eller meget handlende. Andre kan virke upåvirkede og fortsætte som om intet er hændt. De kan fremstå nemme og dygtige ved at være 'overtilpassede'; de fortsætter med at lege, eller lader som om, de sover osv. Den slags fortrængende reaktioner kan senere udvikle sig til angst og depression.

## **Børn er dobbelt ramte**

Mødrehjælpens kvalitative studie *Voldens børn* fra 2017 beskriver, at børn kan være dobbelt udsatte, fordi de lever i et regime, hvor de både er vidner til vold og selv udsættes for psykisk vold:

*"Børnenes fortællinger indeholder beskrivelser med direkte manipulation, kritik og ydmygelse, trusler og længerevarende kulde og tavshed. Som eksempel kan nævnes Lauras beskrivelse af, hvordan hun og lillesøsteren i samværet med far ikke kan regne ud, hvornår faderens vrede rammer og hvor omfattende den vil være. Maries beskrivelse af, hvordan dét at bo hos far opleves som et minifelt, Sebastians oplevelse af manipulation og nedgørelse af moderen."*

Rapporten *Voldens Børn* beskriver, at mange børn fortsat oplever psykisk vold, efter at mor er trådt ud af forholdet, fordi de fortsat lever i samvær med begge forældre, og altså også med den voldsudøvende far. Samtidig kan børnene opleve, at deres mor ikke er i stand til at drage omsorg for børnene, pga. hendes traumatisering som følge af volden.

## **Vold i barndommen påvirker senere**

Vold påvirker børns trivsel og udvikling – ofte på både kort og lang sigt. Mange børn, der lever med vold, er plaget af psykosomatiske symptomer som søvnproblemer, mavepine og uro. De risikerer at udvikle depression, angst og PTSD-symptomer. Børn udsat for vold får ofte også tilknytningsproblemer, hvilket kan have konsekvenser for deres muligheder for at indgå i relationer senere hen i livet. Barnets faglige formåen og kognitive udvikling kan også blive påvirket, og det kan fx være svært at koncentrere sig i skolen. Erfaringer fra blandt andre Dialog mod Vold, Danner og Mødrehjælpen viser, at dét, at vokse op med vold i familien, øger risikoen for selv at udvikle voldsmønstre.

De senere års udgivelser viser, at unge i alderen 16 til 24 år har svært ved at sætte grænser i et parforhold, og det gør dem særligt udsatte i forhold til psykisk vold. En *holdningsundersøgelse* af Epinion for Ligestillingsministeriet hos de 16-24-årige i forbindelse med kampagnen *Vold kan forekomme* i 2017 illustrerer nogle af de dilemmaer, de unge står overfor, når de skal lære at begå sig i kærestelivet.

36% af mændene og 33% af kvinderne siger, at de er meget enige eller enige i, at det kan være svært at sætte grænser for, hvad der er okay at gøre i et parforhold. Kun 49% af de unge ville sige fra, hvis deres kæreste krævede altid at vide, hvor de er og hvem de er sammen med, og 22% er i tvivl. Lidt over halvdelen af de unge (55%) ville sige fra, hvis deres kæreste tjekkede deres mobil eller profiler på nettet uden deres viden. 22% ville ikke sige fra, og 23% er i tvivl. Foruroligende tal, der viser hvor vigtigt det er at arbejde med forebyggelse af psykisk vold.

## **HVORDAN FOREBYGGER VI PSYKISK VOLD?**

Vold i nære relationer er fortsat et tabu i Danmark. Mange søger ikke hjælp, fordi det er forbundet med skyld og skam at leve i en voldelig relation. Danner og Røde Kors har en række anbefalinger til, hvor der skal sættes ind i det forebyggende arbejde:

### **Kriminalisering af psykisk vold**

Lovgivningen skal afspejle samfundet. I dag bliver mange udsat for psykisk vold, og det har store livsomvæltende konsekvenser for dem. Men de voldsudøvende bliver ikke dømt eller konfronteret med deres ugerninger på grund af voldens kompleksitet og trusselsbilledet for den udsatte. Med en kriminalisering af psykisk vold kan vi aftabuisere volden og hjælpe flere voldsudsatte til at anmelde den psykiske vold, og vi kan stoppe og forebygge voldsudøvernes gerninger langt mere effektivt. Med en kriminalisering af gentagen psykisk vold, viser vi, at vi anerkender de voldsudsattes svie og smerte, og at vi som samfund ikke vil tillade, at den form for vold sker. Lovgivning er ofte kulturbærende og kan bane vejen for en ændring af handlingsmønstre i befolkningen.

### **Uddannelse af frontpersonale og udvikling af screeningsværktøjer**

Fagpersonale (politi, socialrådgivere, lærere, pædagoger, læger osv.) skal være bedre rustede til at håndtere borgere, der er udsat for psykisk vold, såvel som for de andre voldsformer. Særligt politi bør uddannes for at sikre en myndighedspraksis, der kan opdage volden og håndtere anmeldelser. Der skal udvikles et screeningsværktøj for psykisk vold i lighed med det, der findes for fysisk vold, så frontpersonale tidligere kan opdage om en borger er udsat for psykisk vold. Med bedre faglige værktøjer til at opdage vold i nære relationer, når borgere dukker op hos politi, egen læge, på jobcentrene, i børnefamilieteam, dagpengesystemet osv., kan vi nå dem tidligere – og hjælpe dem bedre.

### **Bedre forebyggelse af partnervold gennem ambulante rådgivning for voldsudsatte**

Tusindvis af kvinder og mænd kontakter årligt krisecentrene for at få plads på et krisecenter og hjælp til at komme ud af et voldeligt forhold. Flere organisationer hjælper voldsudsatte, men der er hverken plads nok på krisecentrene eller kapacitet nok i organisationerne. Ikke alle har behov for at komme på krisecenter, men de færreste kan bryde ud af et psykisk voldeligt forhold uden hjælp. For mange er behovet for tidlig sikring og professionel hjælp meget relevant. Undersøgelser og krisecentrenes mangeårige erfaringer viser, at den rette hjælp indebærer rådgivning fra voldsfaglige specialister, som har indsigt i, hvad gentagen vold gør ved mennesker.

Hvis færre skal have brug for en krisecenterplads – og det skal de! - så skal vi sætte ind med et lovfæstet ambulante rådgivningstilbud, hvor man kan få hjælp længe før et krisecenterophold

er nødvendigt. Et ambulat tilbud kan nå ud til den voldsudsatte, før volden bliver livsfarlig og før de voldsudsattes ressourcer og handlekraft til at bryde med volden er for svækkede, og det kan forebygge alvorlige konsekvenser for eventuelle børn. Ambulant rådgivning vil for den voldsudsatte være den mindst mulige indgriben med mest mulig effekt.

### **Vi skal bryde tabuet og lave oplysningskampagner**

De seneste måneder har danskerne hørt om psykisk vold gennem medierne, men der er stadig behov for oplysning, der gør det tydeligt for udsatte, udøvere og pårørende, hvordan psykisk vold udspiller sig, og hvad man kan gøre for at adressere det. Pårørende og fagpersoner kan opleve magtesløshed og frustration over ikke at kunne forstå og hjælpe, og den voldsudsatte kan trække sig og blive skubbet længere og længere ind i voldsspiralen, fordi omverdenen ikke forstår. Den opgivelse eller fordømmelse, som voldsudsatte møder, kan være med til at fastholde dem i volden.

Vi har brug for nye fortællinger om, hvordan man respekterer andres og egne grænser, og hvordan man indgår i respektfulde relationer. Vold sker for mange, vold i hjemmet er ikke ualmindeligt, og vold giver ikke nødvendigvis blå mærker. Arbejdspladser, fagforeninger og uddannelsesinstitutioner kan fx spille en vigtig rolle i at bryde tabuet og synliggøre eksisterende hjælpemuligheder. Vi ønsker at forbedre den offentlige samtale om psykisk vold, fx gennem en national rådgivningsplatform med rådgivning til voldsudsatte og mulighed for at dele sine historier og oplevelser med psykisk vold. Det er vores erfaring, at antallet af henvendelser til krisecentrene stiger i forbindelse med oplysningskampagner.

### **Omfangsstudie af psykisk vold**

Socialstyrelsens årsstatistikker for kvinder og børn på krisecenter og mænd på mandecentre er nøgledokumenter for at dokumentere vold i nære relationer. Men de belyser ikke omfanget af vold i nære relationer i Danmark som helhed. Det seneste nationale omfangsstudie af vold i nære relationer blev lavet for hele seks år siden - i 2012 - og det inkluderer ikke psykisk vold. Der er behov for nye studier af vold i nære relationer, der også dokumenterer og kortlægger den psykiske vold.

### **Efterværnsindsats forhindrer tilbagefald**

Som nærværende publikation viser, er komplikationerne af psykisk vold vidtrækkende, og de varer meget længere end et typisk ophold på kvindekrisecenter på fire måneder. En undersøgelse fra Rambøll for Socialstyrelsen i 2015 påviste, at kvinder, der har boet på krisecenter i høj grad efterspørger et såkaldt efterværn, og anbefalingen herfra var at sikre en koordineret efterværnsindsats og samarbejde på tværs af krisecentre, kommuner og civilsamfund. Røde Kors har mangeårig erfaring med frivillig psykosocial støtte i Qnet, der fungerer som et supplement til en fagprofessionel indsats.

Når kvinder i dag fraflytter et af landets krisecentre, forlader de også retten til faglig hjælp. De har nemlig ikke ret til - og sjældent selv råd til - den psykologhjælp og terapeutiske hjælp, de skal bruge for at komme ud af volden og blive hele mennesker igen. Som et af de få af landets krisecentre tilbyder Danner terapeutisk efterværn til fraflyttede kvinder, og erfaringen herfra er ikke til at tage fejl af: Kvinderne får bearbejdet deres oplevelser med volden, så de føler, at de ikke står alene med problemerne. De får flere redskaber til ikke at gentage de mønstre, som volden har lært dem og til at undgå et nyt voldeligt forhold.

Voldsudsatte mænd, der forlader mandekrisecentrene, har heller ikke fyldestgørende ret til den omsorg og støtte, de har brug for.





*Den fortsatte relation til Danner, da jeg flyttede fra krisecenteret, har været afgørende for min vej ud af vold. Danners efterværn betød alt for mig. Det var et helle, som jeg kunne læne mig op ad.*

Charlotte Skelkjær, tidligere beboer på Danners krisecenter



*Jeg føler ofte frygt og angst, og jeg er meget bekymret for fremtiden. Det giver mig styrke at tale med andre kvinder om mit liv og mine bekymringer.*

Kvinde i Røde Kors' efterværn, Qnet.

# LITTERATURLISTE

Aas, Geir & Andersen, Tore (2017), *"Mishandlingsbestemmelsen - En evaluering av loven mot mishandling i nære relasjoner jf. Strl. § 219 (§ 282/283)"*, PHS Forskning 2017:1.

Barlach, Lise & Stenager, Kristina (2014), *"Mænd på mandecenter og mandekrisecenter"*, Socialstyrelsen.

Danner (2013), *"Sådan arbejder vi – Metoder og praksis i Danners Rådgivnings og krisecenter"*.

European Union Agency for Fundamental Rights – FRA (2014), *"Vold mod kvinder – En EU undersøgelse"*.

The Duluth model (2018), Domestic Abuse Intervention Programmes, <https://www.theduluthmodel.org/>

Epinion for Ligestillingsministeriet (2017), holdningsundersøgelse blandt 16-24 årige om psykisk vold i forbindelse med kampagnen *Vold kan forekomme*.

Helweg-Larsen, Karin, et al. (2010), *"Voldens pris – Samfundsmæssige omkostninger ved vold mod kvinder"*, Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

Istanbulkonventionen (2011), *"Europarådets konvention til forebyggelse og bekæmpelse af vold mod kvinder og vold i hjemmet"*, Istanbul, d. 11. maj 2011.

Lundgren, Eva (2004), *"Våldets Normaliseringsprocess"*, ROKS – Riksorganisationen för kvinnojourer och tjejjourer i Sverige.

Johnson, Michael P. (2008), *"A typology of domestic violence – Intimate Terrorism, Violent Resistance and Situational Couple Violence"*, North Eastern University Press.

Nielsen, Carina & Dalgaard Lauridsen (2017), *"Voldens børn – En kvalitativ undersøgelse af børn og unge, der oplever vold i hjemmet"*, Mødrehjælpen.

Oldrup, Helene et al. (2016), *"Vold og seksuelle overgreb mod børn og unge i Danmark"*, Det Nationale Forskningscenter for Velfærd (SFI).

Plauborg, Rikke & Helweg-Larsen, Karin (2012), *"Partnervold mod mænd i Danmark"*, Statens Institut for Folkesundhed (SIF), Syddansk Universitet.

Rasmussen, Nell & Nørregaard-Nielsen, Ester (2016), *"Forebyggelse af drab og dødelig vold i nære relationer"*.

Rosendahl, Christina (2017), *"VOLD i kærlighedens navn"* (dokumentarfilm).

Stark, Evan (2007), *"Coercive Control – How Men Entrap Women in Personal Life"*, Oxford University Press.

Socialstyrelsen, Vidensportalen – på det sociale område.

Vaaben, Line (2016), *"Hvis en man vil dominere en frigjort kvinde, er han nødt til at kontrollere hende mentalt"*, Information, d. 20. december 2016.

WHO (2018), *"The ecological framework"*, Violence Prevention Alliance, <http://www.who.int/violenceprevention/approach/ecology/en>

# VIL DU LÆSE MERE?

## Kilder i udvalg – listen er ikke udtømmende.

Kirkwood, C. (1993). *“Leaving abusive partners: From the Scars of Survival to the Wisdom for Change”*. Sage Publications. London.

O’Leary, K. D. (2001), *“Psychological Abuse: A Variable Deserving Critical Attention in Domestic Violence”*. I K. D. O’Leary & R. D. Maiuro (Eds.), *Psychological Abuse in Violent Domestic Relation*. New York: Springer Publishing Company.

[www.danskstalkingcenter.dk](http://www.danskstalkingcenter.dk) – Dansk Stalking Center

[www.dialogmodvold.dk](http://www.dialogmodvold.dk) - Dialog mod Vold

[www.esafety.gov.au/image-based-abuse/](http://www.esafety.gov.au/image-based-abuse/) Den australske regerings portal for anmeldelse af hævnporno. Blandt andet med vejledning til hvordan man begrænser muligheden for at billederne spredt sig.

[www.lokk.dk](http://www.lokk.dk) – Landsorganisationen af Kvindekrisecentre

[www.luv.dk](http://www.luv.dk) - Lev Uden Vold

[www.mandecentret.dk](http://www.mandecentret.dk) – Mandecentret

[www.mødrehjælpen.dk](http://www.mødrehjælpen.dk) – Mødrehjælpen

[www.phs.no](http://www.phs.no) - Politihøyskolen i Norge, som blandt meget andet forsker i, om hensigten med at psykisk vold skal være strafbart, er implementeret politi og anklagemyndigheds praksis.

Rambøll (2015) Evaluering af krisecentertilbuddene. Evalueringsrapport.

[www.scotland.police.uk/keep-safe/domestic-abuse/](http://www.scotland.police.uk/keep-safe/domestic-abuse/) Skotsk politis hjemmeside, som meget pædagogisk oplyser om vold, og hvordan man gør for at anmelde vold i nære relationer – herunder psykisk vold.

[www.womensaid.org.uk](http://www.womensaid.org.uk) – Womens Aid, engelsk paraplyorganisation for voldsudsatte, fagfolk og krisecentre.

