

# Midtvejsevaluering af ”Sig det til nogen” – ambulante rådgivning til voldsramte kvinder



## **Knowledge for a better society**

Oxford Research er en specialiseret videnvirksomhed med fokus på velfærdsområderne og erhvervs- og regionaludvikling.

Oxford Research gennemfører skræddersyede analyser, implementeringsevalueringer og effektevalueringer for offentlige myndigheder, fonde og organisationer i civilsamfundet. Vi rådgiver også om strategiudvikling, faciliterer udviklingsprocesser og formidler vores viden på undervisningsforløb og seminarer. Vi kombinerer akademisk fordybelse, strategisk forståelse og god kommunikation – på den måde skaber vi anvendelsesorienteret viden, der kan gøre en forskel.

Oxford Research er grundlagt i 1995 og har selskaber i Danmark, Norge, Sverige og Finland. Oxford Research er en del af Oxford Gruppen.

### **Oxford Research A/S**

Falkoner Allé 20  
2000 Frederiksberg  
Danmark  
office@oxfordresearch.dk  
www.oxfordresearch.dk

## **Kunde**

Danner

## **Projektperiode**

2018-2021

## **Team**

Nete Krogsgaard Niss  
Clara Emilie Ellegaard  
Amanda Thor Andersen  
Katrine Bundgaard Schow Madsen

**OXFORD RESEARCH** 



**Venn-diagrammet** er en stilistisk præsentation af Oxford Researchs bestræbelser på at kombinere forskningskompetencer, strategi og kommunikation og lave viden til et bedre samfund.

## Indholdsfortegnelse

|  |           |
|--|-----------|
| <b>1. Indledning</b>                                   | <b>4</b>  |
| 1.1 Evaluering af Sig det til nogen                    | 5         |
| 1.1.1 Datagrundlag                                     | 6         |
| 1.2 Læsevejledning                                     | 6         |
| <b>2. Sammenfatning</b>                                | <b>7</b>  |
| <b>3. Målgruppen</b>                                   | <b>12</b> |
| 3.1 De voldsudsatte kvinder                            | 12        |
| 3.1.1 Demografiske karakteristika                      | 12        |
| 3.1.2 Voldsformer, voldsrelation og hjælp til vold     | 15        |
| 3.2 Pårørende  | 19        |
| 3.3 Rekruttering                                       | 21        |
| <b>4. Kerneelementer i indsatsen</b>                   | <b>24</b> |
| 4.1 Form   | 24        |
| 4.1.1 De fysiske rammer er rolige, trygge og anonyme   | 25        |
| 4.2 Tilgang  | 26        |
| 4.2.1 Voldsfaglighed                                   | 27        |
| 4.2.2 Ressource- og helhedsorienteret tilgang          | 28        |
| 4.2.3 Udgangspunkt i kvindens ønsker og behov          | 29        |
| 4.2.4 Rådgiveren – kontinuitet og tillidsfuldt forhold | 30        |
| 4.3 Metoder  | 32        |
| 4.3.1 Psykoekdukation                                  | 32        |
| 4.3.2 Sikkerhedsvurderinger                            | 33        |
| 4.3.3 Empowerment Star                                 | 33        |
| 4.3.4 Andre metoder                                    | 33        |
| <b>5. Organisering</b>                                 | <b>34</b> |
| 5.1 Projektorganisering                                | 34        |
| 5.1.1 Samarbejde i konsortiet                          | 34        |
| 5.2 Samarbejde internt                                 | 34        |
| 5.2.1 Tilknytning til krisecenter er afgørende         | 35        |
| 5.2.2 Behov for uformel sparring                       | 36        |
| 5.2.3 Kombination af fagligheder kan være en styrke    | 36        |
| <b>6. Virkning</b>                                     | <b>38</b> |
| 6.1 Udvikling på Empowerment Star                      | 38        |
| 6.2 Forståelse for voldens dynamikker                  | 42        |

|   |           |
|---|-----------|
| 6.3 Spejling af erfaringer  | 44        |
| 6.4 Redskaber til at håndtere situationen                           | 46        |
| 6.5 Tro på egne evner og ressourcer                                 | 48        |
| 6.6 Kvinden taler om sin situation med andre                        | 50        |
| 6.7 Bedre trivsel   | 52        |
| 6.8 Bearbejdning af traumer   | 55        |
| 6.9 Flere bryder med volden   | 56        |
| 6.10 Pårørende  | 60        |
| <b>7. Sig det til nogen som tilbud</b>                              | <b>64</b> |
| 7.1 Særlige styrker ved tilbuddet                                   | 64        |
| 7.2 Barrierer i projektet   | 66        |
| 7.2.1 Lange ventelister og mangel på plads                          | 66        |
| 7.2.2 Visitation er en krævende opgave                              | 66        |
| 7.2.3 Tilbuddets rammebetingelser                                   | 67        |
| 7.3 Andre støttebehov   | 67        |
| 7.4 Fremtid: forventninger og forslag til det fremadrettede arbejde | 69        |
| <b>8. Datagrundlag og metode</b>                                    | <b>70</b> |
| 8.1 Kvantitativt datagrundlag                                       | 70        |
| 8.1.1 Baggrundsdata   | 70        |
| 8.1.2 Empowerment Star  | 70        |
| 8.1.3 WHO-5-trivselsmåling  | 71        |
| 8.1.4 Øvrige og afsluttende spørgsmål                               | 72        |
| 8.1.5 Pårørendedata   | 74        |
| 8.2 Kvalitativ dataindsamling                                       | 74        |
| 8.2.1 Udvælgelse af interviewpersoner                               | 74        |
| 8.2.2 Metode for interviews   | 75        |

---

## 1. Indledning

Hvert år udsættes omkring 38.000 kvinder og 19.000 mænd for fysisk vold af en tidligere eller nuværende partner<sup>1</sup>. 2,5 pct. af den voksne befolkning i Danmark har været udsat for psykisk partnervold inden for det seneste år<sup>2</sup>, og hvert 6. barn oplever vold i hjemmet<sup>3</sup>. Voldsudsættelse og det at vokse op med vold øger markant risikoen for, at man selv viderefører et mønster som voldsudøver eller voldsudsat i ens videre relationer. Helt principielt har alle, børn og voksne, ret til at leve et liv uden vold. Der er derfor et stort behov for en (tidlig) indsats og adgang til støtte og rådgivning samt opfølgning for voldsudsatte for at bryde voldscirklen.

Mange tusinde af disse kvinder opsøger krisecentre for at få hjælp til at bryde ud af et voldeligt forhold, hvoraf omkring 2.000 kvinder får et ophold på et krisecenter i Danmark. Det opfylder dog langtfra det behov, som det vurderes, at der er. Samtidig er det ikke alle kvinder, der har behov for et krisecenterophold, eller som ser et krisecenterophold som en mulighed for dem. Der er således en gruppe af voldsudsatte kvinder, som p.t. har svært ved at få den rette fagspecialiserede hjælp til at bryde ud af et voldeligt forhold. Når målgruppen af voldsudsatte er så varieret og har så forskellige behov, burde paletten af hjælpetilbud også være bredere for at nå flere kvinder. Det er således relevant at tilbyde flere slags indsatser, herunder ambulant rådgivning.

**Sig det til nogen** tilbyder ambulante rådgivningsforløb (og evt. psykologbehandling) til voldsudsatte kvinder og deres pårørende. Projektet gennemføres som et samarbejde mellem Danner, Ringsted Krisecenter og Randers Krisecenter.

Sig det til nogen er et gratis rådgivnings- og behandlingstilbud, der bygger på en antagelse om, at hvis kvinder, der er udsat for vold, får mulighed for at få fagspecialiseret rådgivning, vil flere kvinder bryde med volden tidligere og på sigt opnå frihed, sikkerhed, selvstændighed, tryghed og mulighed for selvforsørgelse. En tidlig indsats kan med andre ord forebygge og reducere voldens indgriben i kvindens liv. Ambitionen er, at tilbuddet bliver permanent, så voldsudsatte kvinder og deres pårørende får ret til fagspecialiserede rådgivningsforløb og evt. psykologbehandling, selvom de ikke flytter på krisecenter.

### Elementer i indsatsen

#### *For voldsramte kvinder*

- Individuel rådgivning
- Psykologbehandling
- Gruppeforløb.

#### *For pårørende*

- Individuel rådgivning.

Rådgivnings- og behandlingsforløbene kan indeholde forskellige elementer og have forskellig varighed alt efter behov. Der arbejdes dog grundlæggende ud fra nogle fælles rammer.

Sig det til nogen er finansieret med midler fra A.P. Møller og Hustru Chastine Mc-Kinney Møllers Fond til almene Formaal i perioden 2018-2021 samt midler til at udvide kapaciteten af socialfaglige rådgivere og tilføre psykologsamtaler til tilbuddet via satspuljen og finansloven i perioden 2019-2021.

<sup>1</sup> Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet (2018): *Vold og seksuelle krænkelser*.

<sup>2</sup> Det Nationale Forskningscenter for Velfærd (2018): *Psykisk partnervold – En kvantitativ kortlægning*.

<sup>3</sup> Det Nationale Forskningscenter for Velfærd (2016): *Vold og seksuelle overgreb mod børn og unge i Danmark*.

## 1.1 Evaluering af Sig det til nogen

Oxford Research evaluerer løbende indsatsen. Indeværende rapport er en midtvejsevaluering, som har til formål at indsamle viden og dokumentere indsatsen, herunder evaluere den udviklede og afprøvede tilgang til ambulant rådgivning til voldsudsatte kvinder uden krisecenterophold, så tilbuddet eventuelt kan udrulles til andre steder af landet. Der er således et fokus på at dokumentere indsatsens indhold, samt hvorvidt og hvordan indsatsen og de positive effekter kan forankres andre steder.

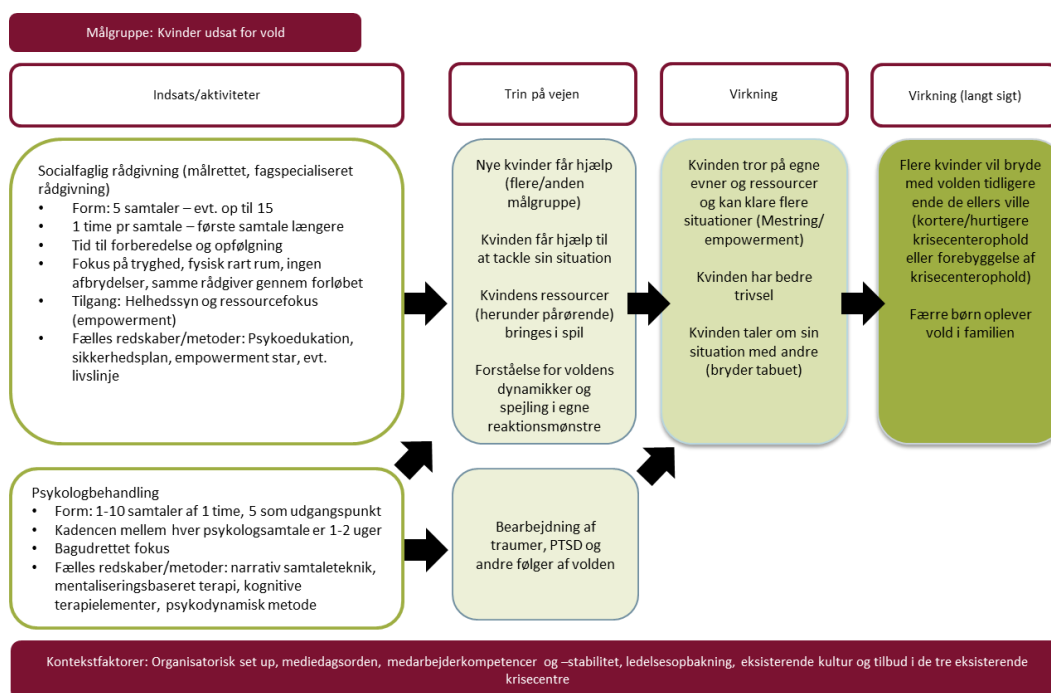
Evalueringen skal svare på, om indsatsen implementeres efter hensigten, altså om de forventede mål og resultater nås. Dertil skal evalueringen kunne svare på, om de forventede effekter skabes, det vil sige positiv forandring hos kvinden. Evalueringen har særligt fokus på at udfolde følgende:

- Hvad behovet er for ambulant rådgivning blandt voldsudsatte (individuelle forløb, gruppe, andet), samt om tilbuddet når ud til en målgruppe, som ikke nås i dag.
- Hvorvidt det ambulante tilbud bidrager til positiv forandring hos kvinden.

Evalueringen af Sig det til Nogen gennemføres som en virkningsevaluering, hvor der forud for dataindsamling og analyse er opstillet en forandringsteori. Forandringsteorien beskriver de antagelser, der forud for projektet er gjort om, hvad indsatsen indeholder, og hvordan den virker.

Forandringsteorien kæder således indsats og den ønskede virkning sammen via en række led i en virkekæde. Forandringsteorien testes empirisk i evalueringen: Sker det, som vi forventede ville ske? Forandringsteorien for Sig det til Nogen er udarbejdet på baggrund af projektbeskrivelsen med kvalificering fra projektgruppen. Der er udarbejdet forandringsteorier for henholdsvis voldsudsatte og pårørende samt en særlig for gruppeforløbene. Forandringsteorien for individuelle samtaler med voldsramte kvinder er sat ind herunder.

Forandringsteori for Sig det til nogen (voldsudsatte)



### 1.1.1 Datagrundlag

Midtvejsevalueringen bygger på følgende datagrundlag:

- Kvantitative data fra 185 kvinder, hvoraf 73 er afsluttede. Der er varierende antal besvarelser afhængigt af spørgsmål, men generelt med en svarprocent på 82-100.
  - Baggrundsdata
  - Løbende progressionsmålinger ved brug af Empowerment Star, WHO-5 og målrettede spørgsmål om vold
  - Afsluttende spørgsmål om oplevet udbytte.
- Spørgeskemadata fra 35 pårørende.
- Kvalitative interviews i de tre afdelinger:
  - Projektleder
  - 3 interviews med lederne af krisecentrene
  - 3 interviews med de fem rådgivere
  - 3 interviews med psykologerne
  - 8 kvinder, der har modtaget indsatsen
  - 3 pårørende.

## 1.2 Læsevejledning

Evalueringen er bygget op, så der efter denne indledning følger en sammenfatning i kapitel 2 med de vigtigste resultater fra evalueringen. I kapitel 3 beskrives målgruppen, det vil sige de kvinder, som indtil videre har fået hjælp i Sig det til nogen, og dette sættes i sammenhæng med den målgruppe, som man forventede at nå med indsatsen, samt sammenlignes med målgruppen af kvinder på krisecentre. I kapitel 4 beskrives og analyseres indsatsens kerneelementer, forstået som de fælles rammer, der er for tilbuddet på tværs af de tre afdelinger. Det drejer sig om fælles rammer for form, tilgang og metoder. I evalueringen har vi undersøgt, hvorvidt og hvordan disse kerneelementer anvendes, og hvilken betydning det umiddelbart har for indsatsen. Kapitel 5 beskriver, hvordan indsatsen er organiseret. I kapitel 6 gennemgås indsatsens forskellige virkningsmål, og det analyseres og vises, hvordan kvinderne i indsatsen opnår disse virkninger. Kapitel 7 samler op på, hvad der kendetegner Sig det til nogen som tilbud, og hvilke styrker og barrierer der har vist sig i projektet. Herudover gennemgås, hvilke yderligere støttebehov som viser sig. Rapporten afsluttes med en gennemgang af metode og datagrundlag i kapitel 8.



## 2. Sammenfatning

Overordnet viser evalueringen, at den udviklede og afprøvede tilgang til ambulant rådgivning til voldsudsatte kvinder, Sig det til nogen, implementeres efter hensigten. De forventede mål og resultater, herunder positiv forandring hos kvinden, opnås. Samtidig ses et tydeligt behov for indsatsen, som også når ud til en anden målgruppe, end krisecentrene typisk når.

### Tydeligt behov for ambulant rådgivning til voldsudsatte

Vi vurderer, at der er et tydeligt behov for ambulant rådgivning blandt voldsudsatte, både i form af individuelle forløb, gruppeforløb og samtaler med psykolog. Der har i hele perioden været venteliste til tilbuddet, og der er ofte tre måneders ventetid, før en voldsudsat kvinde kan få den første rådgivningssamtale.

### Tilbuddet når en ny målgruppe

Evalueringen viser, at tilbuddet (som forventet) når ud til en anden målgruppe, end krisecentrene typisk når. Målgruppen har oftest et højt uddannelsesniveau, god tilknytning til arbejdsmarkedet og et velfungerende netværk. Forventningen var dog også, at den ambulante rådgivning skulle nå en yngre målgruppe, hvilket ikke er tilfældet. Umiddelbart viser data, at varigheden af den voldelige relation har været lang, idet over halvdelen af kvinderne har været i det voldelige forhold i over fem år og typisk opsøger hjælpen, efter at de har brudt med voldsudøveren. Dermed er der ikke tale om et tilbud, som er *tidligt* forebyggende forstået som, at kvinderne hjælpes tidligt ud af et voldeligt forhold. Alligevel peger data på, at kvinderne hjælpes tidligere end ved et typisk krisecentertilbud, idet færre af kvinderne i Sig det til nogen har været udsat for fysisk vold end kvinderne på krisecentrene. Fysisk vold optræder ofte efter en periode med andre voldsformer. Sig det til nogen kan dermed ses som *sent* forebyggende, da tilbuddet bidrager til at forebygge, at volden udvikler sig, og at kvinderne får brug for et egentligt krisecenterophold. Derudover kan indsatsen ses som forebyggende, da den kan være med til at opbygge ressourcer hos kvinden, som kan gøre hende mindre tilbøjelig til at gå ind i et nyt voldeligt forhold eller gøre hende i stand til at se faresignalerne tidligere. Sig det til nogen er også forebyggende over for kvindernes børn, da kvinderne får hjælp og støtte til at håndtere deres børn i forhold til volden.

### Sig det til nogen skaber positiv forandring hos kvinden

Evalueringen viser, at det ambulante tilbud i høj grad bidrager til positiv forandring hos kvinden. Der ses således positive forandringer på både kort og langt sigt, der følger projektets mål.

Den løbende og tværgående progressionsmåling (via redskabet Empowerment Star) viser, at de afsluttede kvinder fra første til sidste måling har opnået en signifikant forbedring på samtlige af de ni elementer, som indgår i målingen. Der er sket en særlig stor udvikling på tre områder:

- Empowerment og selvværd (fra 4,8 til 7,9)<sup>4</sup>
- Sikkerhed (fra 5,3 til 8,6)
- Sundhed og helbred (fra 6,2 til 8,6).

Derudover ses tydelige ændringer på en lang række parametre, herunder trivsel, redskaber til at håndtere vold samt omfanget af vold.

<sup>4</sup> Skala fra 1-10



Udviklingen på de fleste områder er markant allerede efter de første fem rådgivningssamtaler. De fleste kvinder kan således hjælpes rigtig meget med en forholdsvis kort indsats i form af fem rådgivende samtaler. De fleste kvinder afsluttes således også efter fem samtaler. For de kvinder, der fortsætter, ses der ligeledes en markant positiv udvikling ved de efterfølgende målinger.

I det følgende gennemgås de trin på vejen, kortsigtede og langsigtede virkninger, som fremgår af projektets forandringsteori.

### **Trin på vejen**

*Øget forståelse for voldens dynamikker* – Kvinderne får øget forståelse for voldens dynamikker, hvilket i høj grad ændrer deres syn på vold. 91 pct. af kvinderne i de afsluttede forløb mener, at indsatsen har ændret deres syn på vold. Rådgivernes voldsfaglighed og deres fokus på psykoedukation er de primære kilder til, at kvinderne forstår og erkender deres egen situation. Flere af de interviewede kvinder fortæller, at de ikke før forløbet hos Sig det til nogen forstod, at de var eller havde været i en voldelig relation.

*Spejling af erfaringer giver værdi* – Kvinderne oplever for første gang, at de ikke står alene i deres situation, men kan spejle sig i rådgivernes voldsfaglige fortællinger samt særligt i de øvrige kvinder i gruppeforløbene. Kvinderne italesætter, hvordan rådgiverne har en enorm faglig viden og virkelig hurtigt kan identificere de voldelige dynamikker i forholdet samt voldsudøverens handlingsmønstre. På denne måde kan kvinderne kende sig selv og deres forhold i rådgivernes fortællinger.

*Redskaber til at håndtere situationen* – Kvinderne får de nødvendige redskaber og værktøjer gennem indsatsen. Andelen af kvinder, som i mindre grad eller slet ikke oplever at have redskaberne, er faldet fra samlet set 52 pct. til kun 6 pct. ved den afsluttende måling. Kvinderne fortæller, at de primært har fået redskaber til at håndtere egne følelser og deres børn samt til at sætte grænser og undgå konflikter.

*Bearbejdning af traumer* – Nogle kvinder har dybereliggende traumer og belastningsreaktioner såsom PTSD-symptomer, angst og depression. Disse kvinder får konkrete værktøjer og teknikker til at håndtere eksempelvis stress og angst, og de oplever at få mere ro, overskud og energi i hverdagen. Særligt psykologbehandlingen har hjulpet kvinder med dybereliggende og komplekse traumer.

### **Kortsigtede virkninger**

*Øget tro på egne evner og ressourcer* – Kvinderne får styrket deres selvtillid og selvværd, hvilket bidrager positivt til deres livslyst og livsmestring. Selvtilliden og selvværdet er første skridt på vejen til at tro på sig selv og sætte grænser for eget liv, hvilket har stor betydning for kvindernes evne til at bryde med eller håndtere volden. Udviklingen i kvindernes empowerment og selvværd, som målt i Empowerment Star, stiger fra en gennemsnitlig score på 4,8 til 7,9, hvilket svarer til 39 pct.

*Kvinden taler om sin situation med andre* – Kvinderne får ord til at dele og tale om volden. Særligt gruppeforløbet fjerner fordomme og skam, og kvinderne bliver tvunget til at dele deres fortællinger og erfaringer. Der er ligeledes nogle af kvinderne, der igennem indsatsen åbner op og taler mere med andre om deres situation, fx familie og venner. Det er dog ikke det generelle billede, og en tredjedel af kvinderne taler stadig meget lidt med andre om situationen ved indsatsens afslutning.

*Forbedret trivsel* – Kvindernes trivsel øges markant. Trivsel er målt ved hjælp af WHO-5-trivselsindekset, og der ses en signifikant stigning i kvindernes trivsel fra 32 til 54<sup>5</sup> fra opstart til afslutning i forløbet. Ved indsatsens opstart findes størstedelen af kvinderne i den laveste gruppering, hvor der er risiko for depression og langvarig stress, mens kvinderne ved den afsluttende måling i gennemsnit ligger inden for, hvad der generelt betegnes som normalgrupperingen i forbindelse med måling på alle målgrupper. Til sammenligning har en undersøgelse fra 2011 vist, at den gennemsnitlige trivsel for kvinder på krisecentre er 35.<sup>6</sup>

### **Langsigtet virkning**

*Flere bryder med volden* – Det primære langsigtede mål med indsatsen er, at flere bryder med volden. Igennem og ved afslutningen af forløbene ses nogle indikationer af, om dette mål nås. Sig det til nogen har en stor betydning for kvindernes evne til at sætte grænser, håndtere og bryde med volden. Gennem indsatsen falder andelen af kvinder, der oplever vold i hverdagen, markant, og andelen af kvinder, der slet ikke oplever vold, er steget med 40 procentpoint.

### **Særligt om virkninger for kvinder med børn**

Mange af kvinderne har børn, og børnenes trivsel fylder meget for kvinderne. Der arbejdes ikke særskilt med børnene i Sig det til nogen, som der gøres i krisecentrene. Der er dog indikationer på, at børnene hjælpes indirekte gennem tilbuddet, fx ved at kvinderne får redskaber til at håndtere situationen og lærer, hvordan de kan tale med børnene og gå foran ved at sætte grænser over for voldsudøveren. Således ses der kvantitativt, at kvinderne vurderer, at situationen med deres børn forbedres (vurderet i Empowerment Star), og at deres børn i mindre grad er negativt påvirket af volden ved afslutningen af forløbet end i starten af forløbet. Alligevel efterspørger flere kvinder konkret, voldsfaglig rådgivning direkte til børnene fx gennem børnegrupper, for at børnene kan hjælpes i højere grad.

### **Pårørende hjælpes**

Evalueringen viser, at de pårørende til en voldsudsat gennem Sig det til nogens rådgivning får konkret hjælp, der følger projektets mål:

*Værktøjer til at tackle egen sorg* – De pårørende får værktøjer til at kunne tackle egen sorg og frustration. De pårørende er ofte dybt påvirkede af den vold, deres nærmeste oplever. Gennem rådgivningen får de pårørende støtte til bedre at kunne tackle egen sorg og derigennem bedre kunne støtte den voldsudsatte.

*Konkret viden om vold i nære relationer* – De pårørende får viden om vold i nære relationer. Ved endt forløb mener 98 pct. af de pårørende, at de i høj eller nogen grad forstår mekanismerne bag den voldelige relation.

<sup>5</sup> På en skala fra 0-100.

<sup>6</sup> Lise Barlach og Kirstina Stenager (2011): Årsstatistik 2011, Kvinder og børn på krisecenter. Temaanalyse: Kvinderne og børnenes sundhed og trivsel.

*Redskaber til at støtte og hjælpe den voldsudsatte* – De pårørende får redskaber til bedre at kunne støtte den voldsudsatte. Ved endt forløb svarer 100 pct. af de pårørende, at forløbet hos Sig det til nogen i højere grad har fået dem til at tro på, at de kan gøre en forskel for den voldsudsatte.

*Understøtter den voldsudsatte i at bryde med volden* – De pårørende ved i højere grad, hvad de skal gøre, når de er sammen med den voldsudsatte. De pårørende får vigtige redskaber til at kunne hjælpe den voldsudsatte med at bryde med volden tidligere.

### Centrale, virksomme kernelementer

Evalueringen viser, at Sig det til nogen er en indsats med fælles rammer og en vis grad af fleksibilitet. Vi vurderer, det er afgørende med fleksibilitet både i det enkelte forløb og på tværs af centrene. Vi vurderer imidlertid også, at der er en række afgørende kernelementer i Sig det til nogen på tværs af centre, som er medvirkende til den opnåede virkning. Disse elementer kan ansues som Sig det til nogens bærende principper, som guider rådgiveres og psykologers måde at varetage forløbene på.

#### Kerneelementer i Sig det til nogen

- Voldsfaglighed
- Ressource- og helhedsorienteret tilgang
- Udgangspunkt i kvindens ønsker og behov
- Rådgiveren – kontinuitet og tillidsfuldt forhold
- Fælles redskaber/metoder: psykoedukation, sikkerhedsvurderinger og Empowerment Star.

*Voldsfaglighed som afgørende styrke* – Vi vurderer, at den specialiserede viden om vold, det vil sige den voldsfaglighed, som rådgivere og psykologer besidder, er et centralt og helt afgørende kernelement ved Sig det til nogen. Voldsfagligheden indebærer, at rådgivere og psykologer har en indgående viden om partnervold og de særlige dynamikker, der gør sig gældende i den forbindelse, herunder reaktionsmønstre hos henholdsvis voldsudøver og -offer og de typiske følger for offeret. Det er via voldsfagligheden, at rådgivere og psykologer kan efterleve de opstillede principper for indsatsen, herunder fx at tage udgangspunkt i kvindens ståsted, respektere og anerkende kvinden samt arbejde meget specifikt med volden.

Voldsfagligheden som styrke hænger i høj grad sammen med tilbuddets tilknytning til krisecentre, som er det danske systems epicenter for erfaring med og udvikling af voldsfaglighed. Udover selve voldsfagligheden er det også fremmende, at krisecentrene er veletablerede institutioner i det danske samfund og dermed et kendt sted at henvende sig, hvis man har brug for hjælp på området.

*Helhedsorienteret tilgang* – Det er afgørende, at der anvendes en ressource- og helhedsorienteret tilgang i rådgivningen, således at kvindens samlede situation indgår i rådgivningen, herunder bolig, helbred, børn mv. Det skyldes, at mange faktorer har en betydning for, hvordan kvinden oplever sine udfordringer, og hvordan hun bedst kan tackle dem.

*Kontinuitet og tillidsfuldt forhold til rådgiveren* – En tryk og tillidsfuld relation, hvor man beholder samme rådgiver gennem forløbet, er afgørende. Dette ligger i tråd med den generelle viden på

socialområdet, hvor relationen ofte fremhæves som en af de allervigtigste faktorer for en succesfuld rådgivningsindsats. Det er særligt afgørende, at det lykkes for rådgiverne at skabe en relation, hvor de følgende elementer er til stede: tryghed, ligeværdighed, dygtighed og kontinuitet.

*Fleksibel form ud fra kvindens ønsker og behov* – Vi vurderer, at det er afgørende, at et forløb tilrettelægges fleksibelt i forhold til kvindens ønsker og behov på flere parametre. Dels i forhold til indhold og fokus; det kan fx være, at man skal tale meget om flashbacks, om børnene eller om, hvordan kvinden sætter grænser. Fokus aftales i starten af forløbet, men kan løbende ændres. Dels i forhold til rådgivningens længde (antal samtaler og form) og intensitet; nogle har blot brug for et skub, mens andre har brug for et langt forløb, og fx hvis kvinden er midt i et brud, laves der hyppige aftaler.

*Fælles anvendte metoder/redskaber* – Vi vurderer, at de anvendte fælles redskaber psykoedukation, sikkerhedsvurderinger og Empowerment Star er virksomme i forhold til at understøtte indsatsens formål. Sikkerhedsvurderingen er en nødvendighed, når man arbejder med voldsudsatte, mens Empowerment Star understøtter den helhedsorienterede tilgang og visuelt viser kvinderne deres fremgang løbende. Psykoedukationen virker særligt givende over for målgruppen i Sig det til nogen. Det kan skyldes, at situationen ofte er mindre akut end på krisecentre. Derudover er målgruppen relativt veluddannet, hvilket er medvirkende til, at teoretiseringen af partnervold er særligt virksom, da målgruppen har relativt let ved at omsætte de teoretiske modeller til praksis. Der er ligeledes noget, der tyder på, at de tager rådgivernes viden mere ind, når de ser modellerne og evidensgrundlaget, hvilket i endnu højere grad legitimerer voldsfagligheden over for målgruppen.

### 3. Målgruppen

Sig det til nogen henvender sig til voldsudsatte kvinder i nære relationer med eller uden børn samt til pårørende til en voldsudsat. Dette kapitel beskriver de primære karakteristika for den gruppe af kvinder og pårørende, som benytter sig af Sig det til nogen. Første del af kapitlet har fokus på de voldsudsatte kvinder, mens anden del fokuserer på de pårørende.

Det ambulante tilbud hos Sig det til nogen ønsker at have en mere forebyggende karakter i sammenligning med krisecentrene. Formålet med Sig det til nogen er således at nå ud til en række voldsudsatte kvinder, der ikke ser krisecenterophold som en mulighed. Det kan fx være kvinder, der primært er udsat for psykisk vold og derfor er i tvivl om, hvorvidt det er vold, de er udsat for<sup>7</sup>. Disse kvinder kan have levet i det voldelige forhold i mange år uden at opsøge hjælp, da de ikke betragter sig selv som målgruppen for krisecentrene. Herudover kan det være yngre kvinder, der endnu ikke har fået børn med voldsudøveren, da disse kvinder ofte først vil søge hjælp på krisecentrene, efter at de har fået børn. Derudover har tidligere undersøgelser peget på, at de voldsudsatte kvinder, der søger ambulant rådgivning, generelt er lidt mere ressourcestærke end kvinder på krisecentre.

Kapitlet bygger på en række baggrundsspørgsmål, som de deltagende kvinder og pårørende har udfyldt i begyndelsen af deres forløb i Sig det til nogen. Derudover inddrages elementer fra de kvalitative interviews til at understøtte de kvantitative baggrundsdata. Baggrundskarakteristikaene for de voldsudsatte kvinder vil blive sammenlignet med henholdsvis Socialstyrelsens årsstatistik om kvinder og børn på krisecentre fra 2018 og med tal fra Danmarks statistik fra 2019.

#### 3.1 De voldsudsatte kvinder

For at blive visiteret til Sig det til nogen skal kvinden enten være i et voldeligt forhold eller have været det inden for det sidste år. Kvinden kan dog have forladt voldsudøveren tidligere, men være i jævnlig kontakt med ham pga. fælles børn, hvorigennem volden er fortsat. Det ambulante rådgivningstilbud kan således både være optakten til, at kvinden forlader voldsudøveren, og opfølgende støtte, når kvinden har forladt ham.

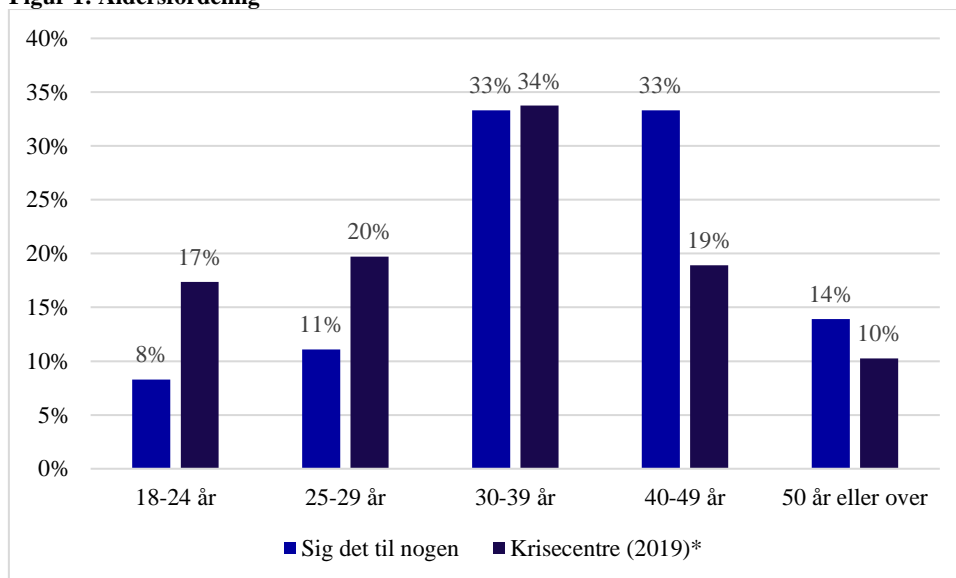
##### 3.1.1 Demografiske karakteristika

Et af målene med Sig det til nogen er, at indsatsen skal have en forebyggende karakter og tiltrække yngre kvinder. Figur 1 nedenfor viser, at størstedelen af de deltagende kvinder befinder sig i alderskategorierne 30 til 39 år og 40 til 49 år, mens kun 20 pct. af kvinderne er under 30 år gamle. Gennemsnitsalderen i indsatsen er 39 år. Til sammenligning viser opgørelsen fra Socialstyrelsen, at gennemsnitsalderen på kvinderne, der søgte hjælp på et krisecenter i 2018, var 35 år, mens 10 pct. var 50 år eller derover<sup>8</sup>. Datamaterialet viser således, at kvinder, som benytter sig af Sig det til nogen, ikke er yngre end kvinder på krisecentre, men snarere en smule ældre.

<sup>7</sup> ”Helt Hjem – et ambulant støtte- og rådgivningstilbud til voldsudsatte kvinder”, s. 5.

<sup>8</sup> Socialstyrelsen: Årsstatistik 2018: Kvinder og børn på krisecentre. Oktober 2019. s. 3.

**Figur 1: Aldersfordeling**



(n = 180)

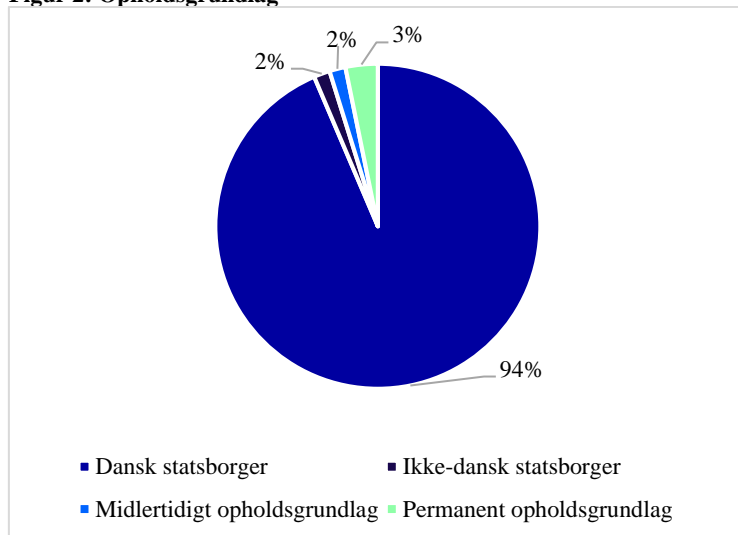
60 pct. af kvinderne i Sig det til nogen har børn under 18 år. De seneste tal fra Danmarks Statistik viser, at 50 pct. af kvinderne på krisecentre havde børn med i 2018. Kvinderne i Sig det til nogen adskiller sig således heller ikke markant fra kvinder på krisecentre på dette punkt.

Et af visitationskriterierne for Sig det til nogen er, at kvinden skal kunne indgå i en samtale med socialrådgiveren på dansk eller eventuelt på engelsk. Baggrundsspørgsmålene viser, at langt størstedelen af kvinderne i Sig det til nogen er født i Danmark. Således er hele 85 pct. af de deltagende kvinder født i Danmark, mens de hyppigste oprindelseslande uden for Danmark er Sverige, Irak, Grønland, Thailand og Polen.

Samtidig kan det ses i figur 2, at langt de fleste deltagere i Sig det til nogen har dansk statsborgerskab. Det er ikke muligt at sammenligne disse tal med tidligere undersøgelser af kvinder på krisecentre, da disse undersøgelser typisk har fokuseret på kvindernes herkomst fremfor på oprindelsesland eller opholdsgrundlag. Socialstyrelsens årsstatistik fra 2018 viste, at 44 pct. af kvinderne på krisecentre har dansk oprindelse, mens 50 pct. har indvandrer- eller efterkommerbaggrund<sup>9</sup>. Det er ikke muligt at opgøre, hvor mange af kvinderne der har efterkommerbaggrund i Sig det til nogen, da kvinder med denne herkomst er registreret som værende født i Danmark.

<sup>9</sup> Socialstyrelsen: Årsstatistik 2018: Kvinder og børn på krisecentre. Oktober 2019, s. 3.

**Figur 2: Opholdsgrundlag**



(n = 185)

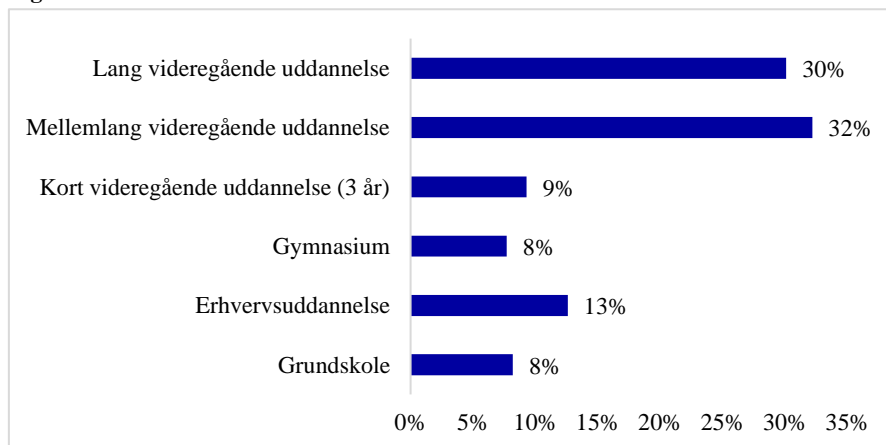
Med hensyn til socioøkonomiske ressourcer viser data, at de voldsramte kvinder i Sig det til nogen generelt har højere uddannelsesniveau end kvinder på krisecentre. Som det ses i figur 3 nedenfor, har størstedelen af kvinderne i Sig det til nogen en lang eller mellemlang videregående uddannelse. Således har over 60 pct. af kvinderne i tilbuddet som minimum en mellemlang videregående uddannelse, mens under en tiendedel af kvinderne har grundskolen som højest fuldførte uddannelse. Hertil viser en undersøgelse fra 2015, at 60 pct. af kvinderne på krisecentre havde grundskolen som højest fuldførte uddannelse, mens kun 12 pct. havde en kort, mellemlang eller lang videregående uddannelse<sup>10</sup>. En af rådgiverne hos Sig det til nogen beskriver indsatsens målgruppe således:

---

*Vi sidder over for overlæger, psykologer, præster. Vold rammer bredt, men man ser det ikke lige så meget i krisecentret. (Rådgiver)*

---

**Figur 3: Uddannelsesniveau**



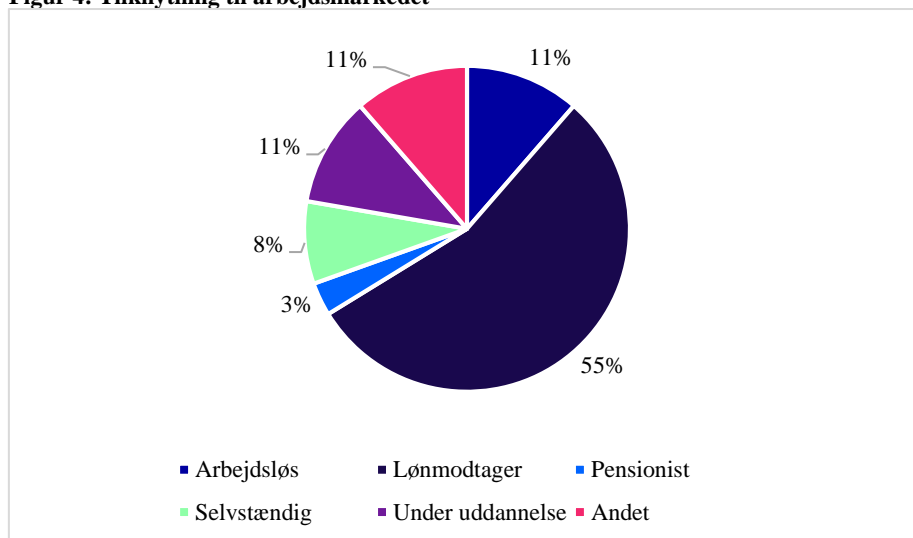
(n = 183)

<sup>10</sup> Rambøll for Socialstyrelsen: ”Evaluering af krisecentertilbuddene”, s.15. 2015.



Denne forskel ses yderligere i forhold til kvindernes tilknytning til arbejdsmarkedet. Som det ses i figur 4, er 74 pct. af kvinderne i Sig det til nogen enten i arbejde eller under uddannelse, mens det til sammenligning kun er tilfældet for 34 pct. af kvinderne på krisecentre<sup>11</sup>. De kvantitative baggrundsdata viser således, at kvinderne i Sig det til nogen i gennemsnit har et højere uddannelsesniveaue og er bedre knyttet til arbejdsmarkedet end krisecentrenes målgruppe.

**Figur 4: Tilknytning til arbejdsmarkedet**



(n = 184)

Samme billede af Sig det til nogens målgruppe findes i de kvalitative interviews med indsatsens fagprofessionelle. Ifølge indsatsens fagprofessionelle har de deltagende kvinder ofte et godt job, en god bolig og et stærkt netværk. Samtidig lever de ofte i det voldelige forhold i en lang årrække, skjuler problemerne for omverdenen og søger ikke den nødvendige hjælp. Ifølge de fagprofessionelle hænger dette ofte sammen med, at kvinderne ikke anser sig selv som målgruppe for krisecentrene bl.a. pga. deres økonomiske og sociale kapital:

---

*De her kvinder kan ikke flytte på krisecenter. De har ikke selvforståelsen til det. De kommer aldrig til at flytte på krisecenter, det eksisterer slet ikke som en mulighed for dem i deres bevidsthed. (Rådgiver)*

---

Denne opfattelse findes ligeledes i kvindernes egen selvforståelse. En af kvinderne i indsatsen fortæller, at hun blev rådet til at flytte på krisecenter, men takkede nej til tilbuddet. Ifølge kvinden var det ikke en nødvendighed pga. hendes store og stærke netværk. De kvinder, som tidligere har søgt hjælp, har derfor typisk kontaktet en privat psykolog. I størstedelen af tilfældene har psykologen dog ikke haft den nødvendige voldsfaglige viden til at hjælpe kvinderne. Denne pointe uddybes senere i rapporten.

### 3.1.2 Voldsformer, voldsrelation og hjælp til vold

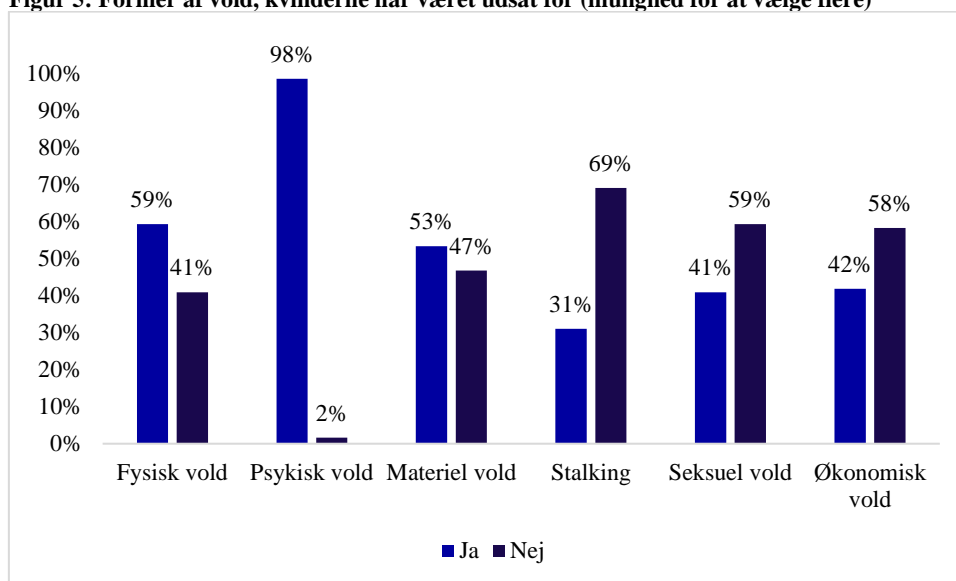
Et af formålene med Sig det til nogen er at nå ud til kvinder, der primært er udsat for psykisk vold og derfor ikke nødvendigvis er klar over, at de er udsat for vold. De forskellige voldsformer kommer dog oftest til udtryk i samspil med hinanden. Som det kan ses i figur 5, har 59 pct. af kvinderne i Sig det til nogen været udsat for fysisk vold, mens næsten alle de deltagende kvinder har været udsat for psykisk vold (98 pct.). Socialstyrelsens årsstatistik for 2018 viste, at 82 pct. af kvinderne på krisecentrene har

<sup>11</sup> Rambøll for Socialstyrelsen: ”Evaluering af krisecentertilbuddene”, s.15. 2015.

været udsat for fysisk vold<sup>12</sup>. På trods af at mere end halvdelen af kvinderne i Sig det til nogen har været udsat for fysisk vold, udgør kvinderne en mindre andel i sammenligning med kvinderne på krisecentre.

Samtidig ses det i figuren, at kvinderne i Sig det til nogen i højere grad er udsat for seksuel vold end kvinder på krisecentre. Mens 41 pct. af deltagerne i Sig det til nogen har oplevet seksuel vold, er det tilfældet for 28 pct. af kvinderne på krisecentrene. Dog er det relevant at være opmærksom på, at Socialstyrelsen i sin årsstatistik bruger betegnelsen ”seksuelle overgreb” i stedet for ”seksuel vold”, samt at forskning viser, at den seksuelle vold ofte vil være underbelyst.<sup>13</sup>

**Figur 5: Former af vold, kvinderne har været udsat for (mulighed for at vælge flere)**



(n = 185)

Som tidligere nævnt er et af formålene bag Sig det til nogen, at det ambulante rådgivningstilbud skal have en forebyggende effekt<sup>14</sup>. Forhåbningen er, at Sig det til nogen vil nå ud til de voldsudsatte kvinder tidligere i deres parforhold. Figur 6 nedenfor viser dog, at størstedelen af de deltagende kvinder har været i det voldelige parforhold i mere end 10 år.

Figuren viser, at mens 37 pct. af kvinderne har befundet sig i den voldelige relation i over ti år, har knap en fjerdedel levet med volden i fem til ti år. Hertil har kun en tiendedel af kvinderne været i voldsrelationen i under et år. Til sammenligning har voldsrelationen været mere end ti år for 14 pct. af kvinderne på krisecentre, mens 17 pct. har befundet sig i den voldelige relation i under et år<sup>15</sup>. Således har kvinderne i Sig det til nogen i gennemsnit været længere tid i de voldelige forhold end kvinderne på krisecentre.

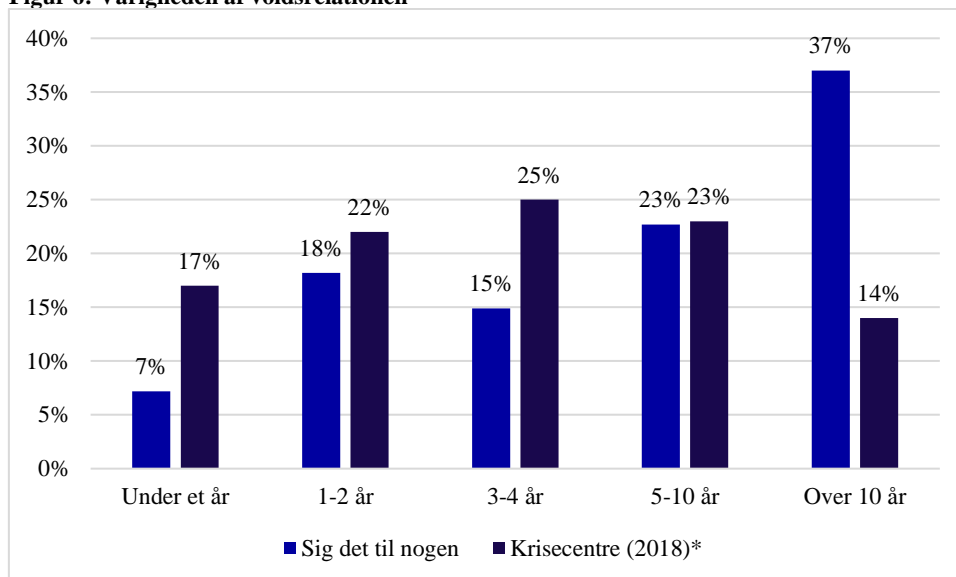
<sup>12</sup> Socialstyrelsen: Årsstatistik 2018: Kvinder og børn på krisecentre. Oktober 2019, s. 5.

<sup>13</sup> Bertelsen, E. & W.Ø. Sørensen (2019). 'Addressing Intimate Partner Sexual Violence in a Danish context: Taboos and other Challenges', paper, 3rd European Conference on Domestic Violence, Oslo, 2019.

<sup>14</sup> "Helt Hjem – et ambulante støtte- og rådgivningstilbud til voldsudsatte kvinder", s. 8.

<sup>15</sup> Socialstyrelsen: Årsstatistik 2018: Kvinder og børn på krisecentre. Oktober 2019, s. 6.

**Figur 6: Varigheden af voldsrelationen**



For Sig det til nogen er n = 183. \*Data stammer fra Socialstyrelsens Årsstatistik 2018. For krisecentrene er n = 651.

Baggrundsdata viser ydermere, at kun 29 pct. af de deltagende kvinder tidligere har været i et voldeligt forhold, mens hele 71 pct. ikke har. For langt størstedelen af kvinderne er dette således ikke et mønster, men et enkelt langvarigt forhold.

Denne oplevelse afspejles ligeledes i et interview med en af indsatsens krisecenterledere:

---

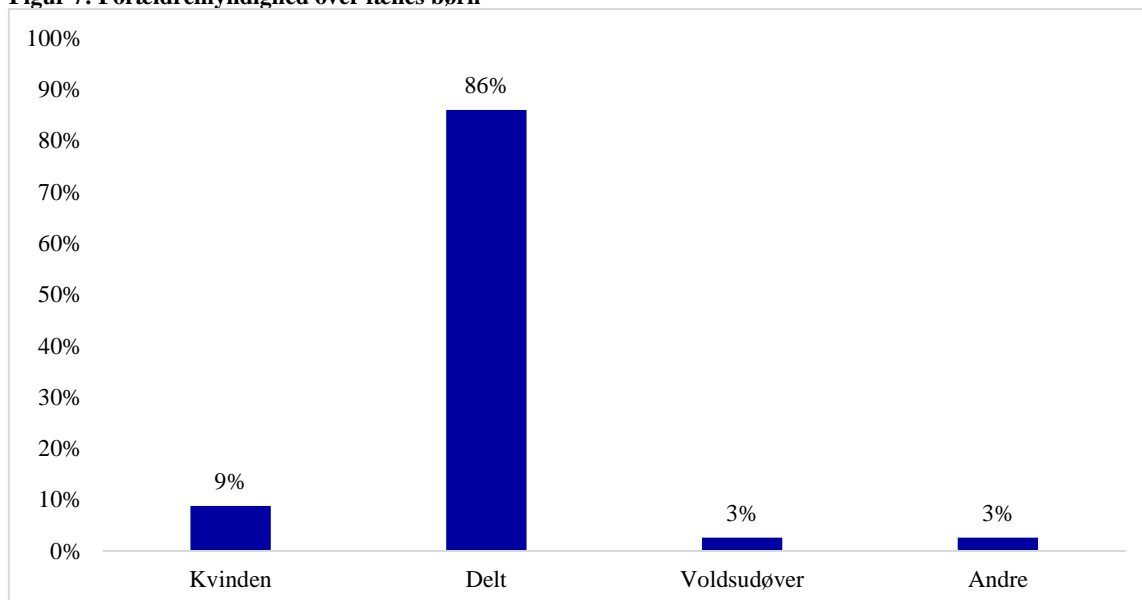
*I starten så jeg det lidt som værende et forebyggende tilbud, hvor det handlede om, at der skulle gøres noget med problemerne tidligere. Men det viser sig ud fra gruppen, at mange af dem har levet med vold i mange år. (Krisecenterleder)*

---

I forbindelse med baggrundsspørgsmålene blev kvinderne ydermere spurgt ind til voldsudøveren og relationen til ham. Mens voldsudøveren er den nuværende partner for 26 pct. af kvinderne i indsatsen, er det i hele 74 pct. af tilfældene en tidligere partner. Hertil viser baggrundsdata, at 63 pct. af kvinderne har børn med voldsudøveren. Data viser således, at en stor del af kvinderne har været i det voldelige forhold i en lang årrække og har fået børn med voldsudøveren, men først opsøger hjælp efter endt forhold. Dette hænger formentlig sammen med, at man er konstant i alarmberedskab, når man lever i en voldelig relation, og at det først er efter endt forhold, at dele af hjernen frigives til at kunne rationalisere og bearbejde den vold, som man har været udsat for. Samtidig kan det også være svært at søge hjælp, mens man er i forhold, grundet fx kontrol fra udøverens side. Herudover har en del af kvinderne ikke fundet en passende hjælp før Sig det til nogens ambulante rådgivningstilbud, da de ikke ønsker eller ikke har behov for at komme på krisecenter.

I forlængelse heraf viser det indsamlede datamateriale, at 86 pct. af de kvinder, som har børn med voldsudøveren, deler forældremyndigheden over børnene med voldsudøveren. Dette fremgår af figur 7 nedenfor. Omvendt har hele 56 pct. af indsatsens børn bopæl hos kvinden, mens kun 29 pct. har fælles bopæl. Hertil har 10 pct. af børnene bopæl hos voldsudøveren, og 5 pct. af børnene har ’anden bopæl’.

**Figur 7: Forældremyndighed over fælles børn**

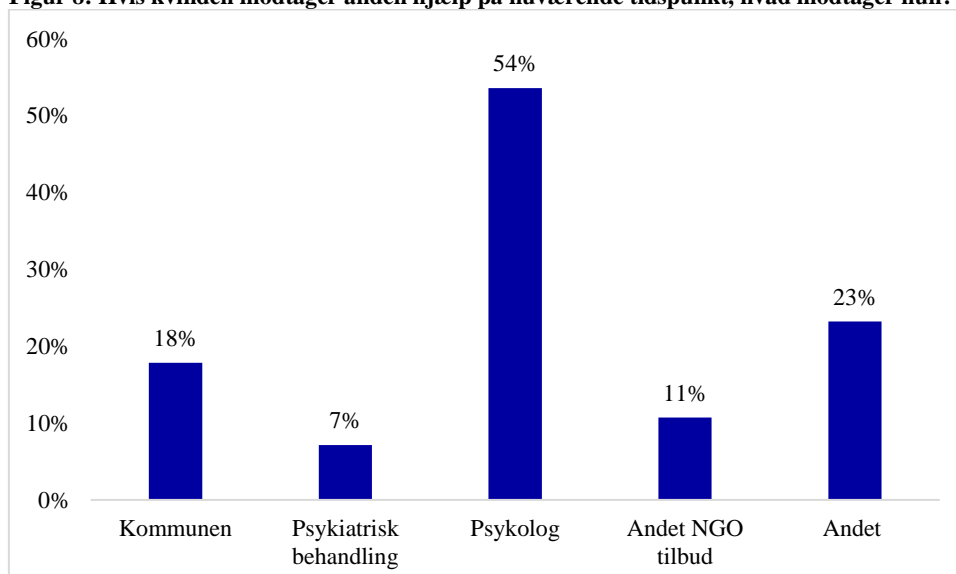


(n = 114)

De indsamlede data viser, at inden kvinderne begyndte at modtage rådgivning gennem Sig det til nogen, havde halvdelen af dem tidligere opsøgt hjælp til volden. De fleste af disse (65 pct.) har søgt hjælp hos en psykolog. Herudover havde kun 23 pct. af kvinderne anmeldt volden til politiet. I afsnit 7.1 uddybes det, hvilken type af hjælp kvinderne tidligere har modtaget, samt hvordan SDTN er forskellig fra denne hjælp.

32 pct. af de deltagende kvinder modtog anden hjælp, mens de deltog i Sig det til nogen. Som det ses i figur 8 nedenfor, bestod denne hjælp for over halvdelen af kvindernes vedkommende af psykologhjælp, mens 18 pct. modtog hjælp fra kommunen. Kategorien ”andet” dækker bl.a. over hjælp fra egen læge, stressklinik, healing/meditation og Exit-cirklen.

**Figur 8: Hvis kvinden modtager anden hjælp på nuværende tidspunkt, hvad modtager hun?**



(n = 56)

Afsnittet viser samlet set, at målgruppen primært består af kvinder mellem 30 og 50 år, der har været i det voldelige forhold i en længere periode. Kvinderne har oftest et højt uddannelsesniveau, god tilknytning til arbejdsmarkedet og et velfungerende netværk. De fleste af kvinderne har været i et langvarigt, voldeligt forhold og opsøger typisk hjælpen, efter at de har brudt med voldsudøveren. Dermed er der ikke tale om et tilbud, som er *tidligt* forebyggende forstået som, at kvinderne hjælpes tidligt ud af et voldeligt forhold. Alligevel peger data på, at kvinderne hjælpes tidligere end i et typisk krisecentertilbud, idet færre af kvinderne i Sig det til nogen har været udsat for fysisk vold end kvinderne på krisecentrene. Fysisk vold optræder ofte efter en periode med andre voldsformer. Sig det til nogen kan dermed ses som *sent* forebyggende, da tilbuddet bidrager til at forebygge, at volden udvikler sig, og at kvinderne får brug for et egentligt krisecenterophold. Derudover kan indsatsen ses som forebyggende, da den kan være med til at opbygge ressourcer hos kvinden, som kan gøre hende mindre tilbøjelig til at gå ind i et nyt voldeligt forhold eller gøre hende i stand til at se faresignalerne tidligere. Sig det til nogen er også forebyggende over for kvindernes børn, da kvinderne får hjælp og støtte til at håndtere deres børn i forhold til volden.

Samtidig viser baggrundsdata, at Sig det til nogen er nået ud til en række kvinder, som har haft brug for hjælp i en lang årrække, men ikke har fundet et passende tilbud. Sig det til nogen har således udgjort et alternativ for de kvinder, som ikke anser sig selv som værende i målgruppen for krisecentrene, til trods for at de har levet i voldelige forhold i mere end 10 år.

Overordnet indikerer data således, at Sig det til nogen når en *anden* målgruppe end på krisecentrene, hvilket viser noget om, at vold sker i alle samfundslag, og at voldens kompleksitet gør, at der kan være behov for at søge hjælp, uanset hvilken økonomisk eller uddannelsesmæssig baggrund man har.

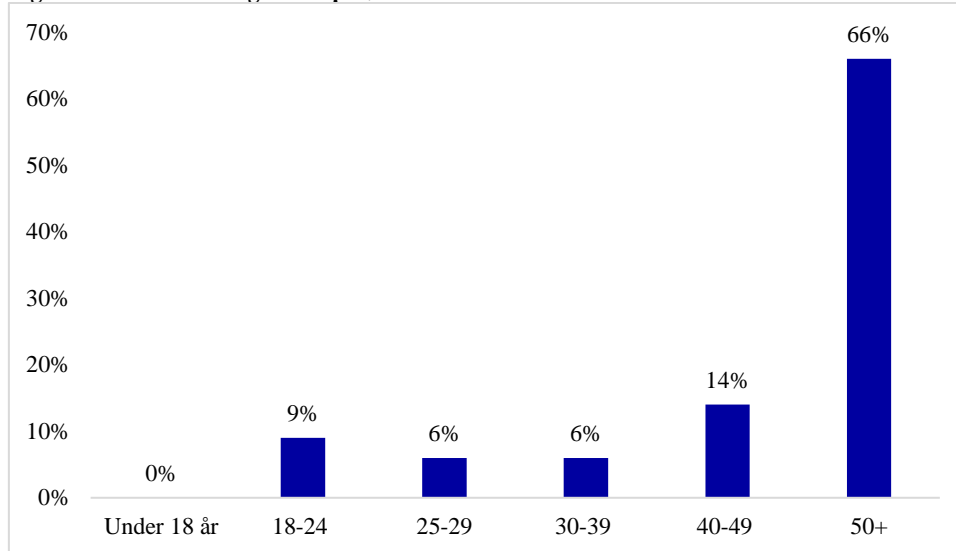
### **3.2 Pårørende**

Målgruppen for Sig det til nogen er herudover pårørende til en voldsudsat, der ønsker vejledning til, hvordan de bedst hjælper den voldsudsatte<sup>16</sup>. Ud af de 87 pårørende, som har deltaget i Sig det til nogen, har 35 pct. besvaret eller delvist besvaret det elektroniske spørgeskema, som blev sendt ud til dem efter endt rådgivning.

Blandt de pårørende udgør 66 pct. kvinder, mens 34 pct. er mænd. Som det ses i figur 9, er to tredjedele af de pårørende over 50 år, mens kun 15 pct. er under 30 år. Samtidig viser baggrundsdata, at 82 pct. af de pårørende er i familie med den voldsudsatte, hvilket tegner et billede af, at målgruppen for de pårørende i høj grad består af de voldsudsattes mødre.

<sup>16</sup> ”Helt Hjem – et ambulant støtte- og rådgivningstilbud til voldsudsatte kvinder”, s. 5.

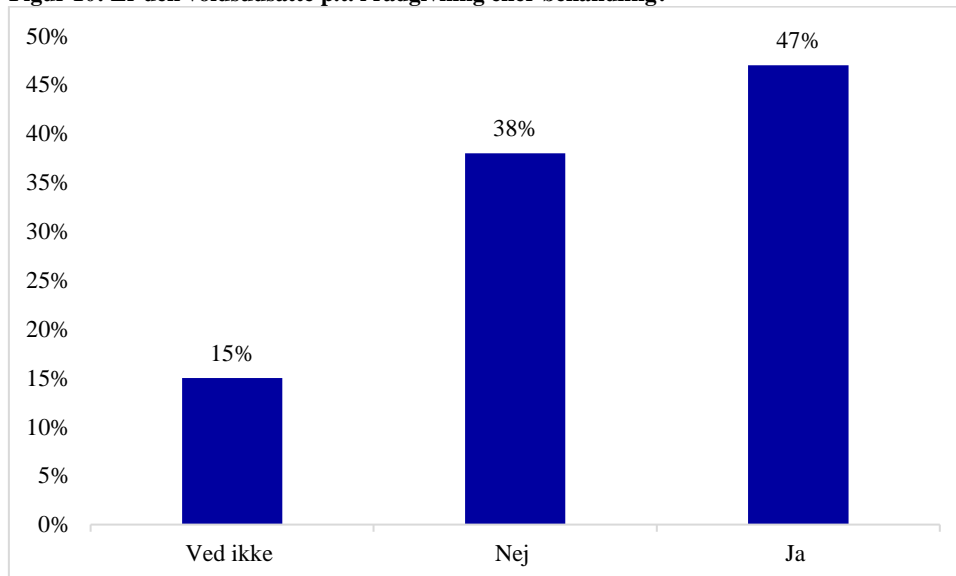
**Figur 9: Aldersfordeling for de pårørende**



(n = 35)

Yderligere viser datamaterialet, at for 47 pct. af de pårørendes vedkommende er den voldsudsatte i behandling, mens det for 38 pct. ikke er tilfældet. Dette kan ses i figur 10 nedenfor.

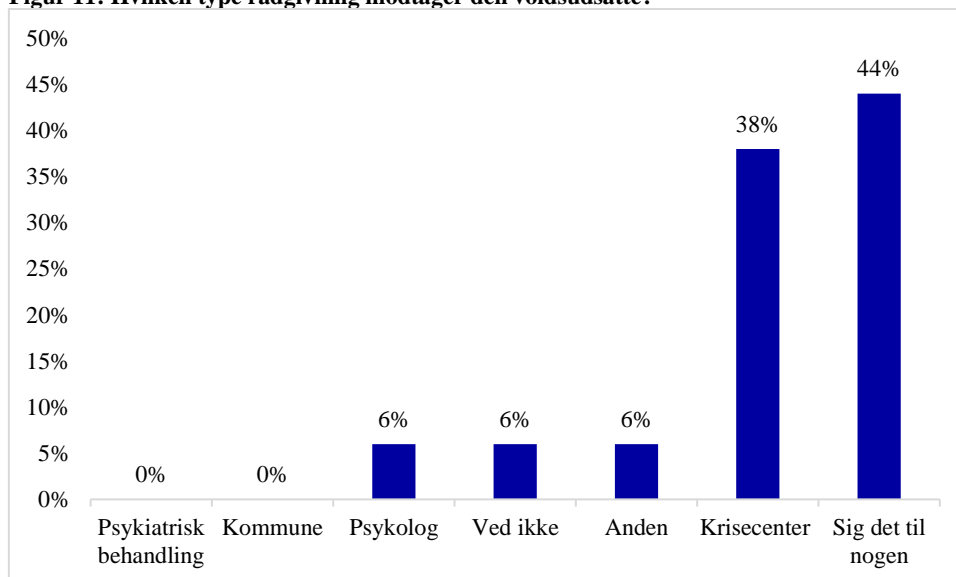
**Figur 10: Er den voldsudsatte p.t. i rådgivning eller behandling?**



(n = 35)

Blandt pårørende til voldsudsatte i behandling siger 82 pct., at den voldsudsatte modtager hjælp gennem enten et krisecenter eller Sig det til nogen, hvilket ses af figur 11 nedenfor.

**Figur 11: Hvilken type rådgivning modtager den voldsudsatte?**



(n = 16)

Det indsamlede datamateriale om de pårørende viser yderligere, at halvdelen af de pårørende udelukkende har modtaget rådgivningen gennem et fysisk møde med rådgiveren, mens kun 6 pct. af de pårørende udelukkende har modtaget rådgivningen telefonisk.

Sluttelig viser det indsamlede datamateriale om de pårørende, at for størstedelen af gruppen er Sig det til nogen deres første mulighed for at modtage rådgivning som pårørende. Således har 73 pct. af de pårørende ikke tidligere modtaget hjælp. Dette vidner om, at Sig det til nogen kan være med til at udfylde et hul for netop denne målgruppe.

### 3.3 Rekruttering

I forhold til at rekruttere kvinder til Sig det til nogen ses det i figur 12, at kvinderne har opnået kendskab til projektet gennem flere forskellige kilder. 30 pct. af kvinderne er blevet opmærksomme på projektet gennem et krisecenter. Af flere af interviewene fremgik det, at en del af kvinderne havde ringet til Danner specifikt, herunder kvinder, som geografisk ikke befandt sig tæt på krisecentret. En deltager i Sig det til nogen i Randers beskriver det således:

---

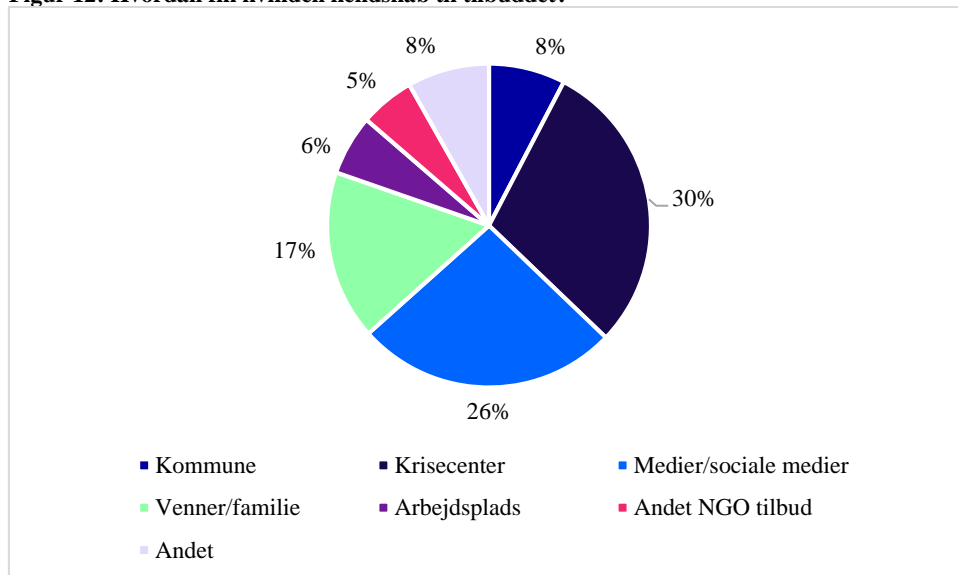
*Jeg blev anbefalet det, da jeg ringede ind til Danner for at få noget hjælp og rådgivning. Jeg havde henvendt mig alle steder (...) Så jeg ringede til Danner, og de fortalte om det her. Jeg fik en samtale og kom hened. (Kvinde)*

---

Samtidig viser datamaterialet, at omtrent en fjerdedel har hørt om projektet gennem medier og sociale medier. Her er det dog relevant at være opmærksom på, at denne kategori også inkluderer anvendelsen af søgemaskiner som Google og generel søgning på internettet.



**Figur 12: Hvordan fik kvinden kendskab til tilbuddet?**



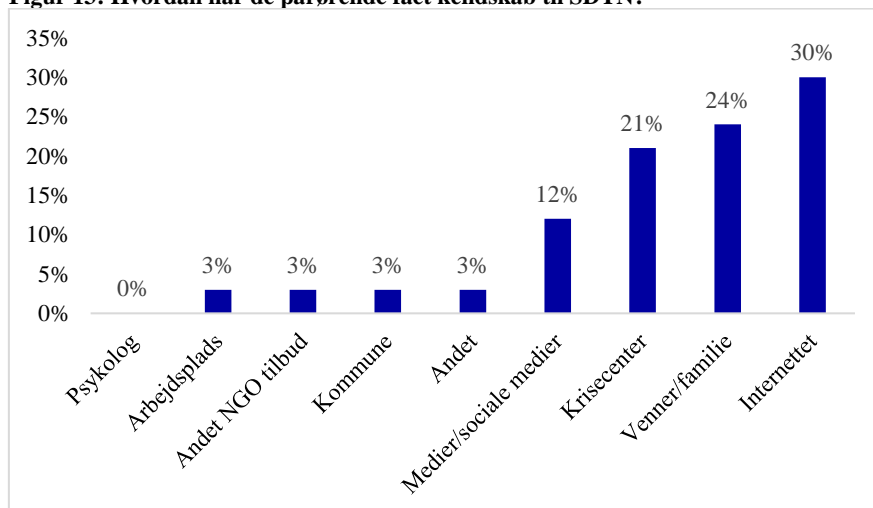
(n = 183)

17 pct. af kvinderne har opnået kendskab til Sig det til nogen gennem venner eller familie. I den forbindelse fortæller en kvinde, hvordan en venindes deltagelse i Sig det til nogen medførte, at hun selv kontaktede projektet:

*Jeg hørte om det [Sig det til nogen] gennem min veninde, som havde været udsat for vold. Jeg blev meget påvirket af hendes sag, og jeg fandt ud af, at jeg aldrig havde bearbejdet min vold. Hun sagde, at jeg skulle ringe til rådgiveren. Min veninde var selv i gang med rådgivning og støttegruppe. Så kom jeg selv med på det næste hold. (Kvinde)*

I forhold til de pårørende viser figur 13, at knap en fjerdedel har hørt om tilbuddet gennem venner og familie, mens 30 pct. har hørt om tilbuddet gennem søgning på internettet. Herudover er 21 pct. blevet henvist fra et krisecenter, og 12 pct. har hørt om Sig det til nogen via sociale medier.

**Figur 13: Hvordan har de pårørende fået kendskab til SDTN?**



(n = 34)

Af interviewene med projektgruppen fremgår det, at der undervejs i projektet kun er brugt ganske få kræfter på at rekruttere voldsramte kvinder og pårørende. En leder af et af krisecentrene beskriver i den forbindelse, hvordan der kun har været behov for at reklamere for projektet i starten:

---

*I starten lavede vi en strategi for, hvor vi skulle ud at præsentere tilbuddet. Vi havde et step 1 og 2, men vi nåede aldrig til step 2. Der har været venteliste. (Krisecenterleder)*

---

Dette støtter antagelsen om, at det ambulante rådgivningstilbud har henvendt sig til en stor gruppe af kvinder, som ikke tidligere har kunnet finde den rette hjælp. På denne baggrund har Sig det til nogen fået mange henvendelser fra kvinder i langvarige, voldelige forhold, uden at bruge mange ressourcer på reklame og synlighed.

Omvendt har efterspørgslen fra de pårørende ikke været lige så høj. Således beskriver flere ansatte, at det har været vanskeligere at rekruttere de pårørende, som udtrykt her af en rådgiver:

---

*Jeg synes, der er flere [pårørende] her efter ferien, men ellers er der ikke så mange. Så det har vi snakket om, hvorvidt vi skal sprede budskabet om det her. (Rådgiver)*

---

Oplysning om tilbuddet til pårørende bør således være et opmærksomhedspunkt fremadrettet.

## 4. Kerneelementer i indsatsen

Sig det til nogen er et projekt med fælles rammer og en vis grad af fleksibilitet. Det er vigtigt for projektet, at der er fleksibilitet både i det enkelte forløb og på tværs af centrene. I det enkelte forløb afhænger fx længden af forløbet og de præcise metoder af kvindens ønsker og behov. På det enkelte center afhænger de specifikke arbejdsgange og metoder af medarbejdersammensætningen, de fagprofessionelles tidligere erfaringer og den lokale organisering. Alligevel er det en samlet indsats, hvor der er en række fællestræk i måden, hvorpå det organiseres, tilgangen og metoderne – nogle fælles rammer. Projektlederen beskriver her intentionen:

---

*Målet er sådan set ikke, at vi skal være helt ens, men at der skal være nogle rammer for, at man får lov at kalde sig Sig det til nogen. Men ens metodetilgange kommer jo også an på, hvem der kommer ind ad døren. Så der skal jo være en frihed. (Projektleder)*

---

Vi har fra evalueringens start haft fokus på at kunne opnå viden om, hvad det er, som har betydning for indsatsens virkninger. Vi skal vide, hvad det er, der virker, for at kunne lære af det både internt i projektet og eksternt i forbindelse med udvidelse eller lignende indsatser. Derfor har vi haft fokus på, hvad der kan betegnes som fælles kerneelementer. Kerneelementer skal forstås som centrale elementer, som er med til at kendetegne indsatsen på tværs af de tre krisecentre, og som må formodes at have betydning for virkningen.

I dette afsnit beskrives indsatsens kerneelementer. Kerneelementerne er delt ind i henholdsvis form, tilgang og metoder.

### 4.1 Form

I dette afsnit beskrives formen for den ambulante rådgivning og behandling, som den er besluttet på tværs af de tre centre. Selv om rådgivningsforløbene kan se meget forskellige ud, er der nogle fælles formmæssige rammer, der kan anses for at være et kerneelement i indsatsen.

Grundkernen i Sig det til nogen er individuel rådgivning. Når en voldsramt kvinde kontakter Sig det til nogen, vil der være en telefonisk visitation, hvor det sikres, at kvinden er i målgruppen for den ambulante rådgivning. Hvis hun er i målgruppen, får hun en tid til første samtale. Det samme forløb gælder for pårørende.

Ved den første samtale tales igennem en lang række emner (se afsnit 4.2.2 om den helhedsorienterede tilgang), og det afklares, hvad der er brug for at fokusere på i rådgivningen. Den første samtale varer 1½-2 timer, mens de følgende varer en time hver. Derudover er der afsat tid til rådgivernes forberedelse og opfølgning.

#### Elementer i indsatsen

##### *For voldsramte kvinder*

- Individuel rådgivning
- Psykologbehandling
- Gruppeforløb.

##### *For pårørende*

- Individuel rådgivning.

Der gives som udgangspunkt fem samtaler, hvorefter det vurderes, om der er brug for mere, og om det eventuelt skal være psykologbehandling eller gruppeforløb. Et gruppeforløb varer 10 gange à 2,5 time

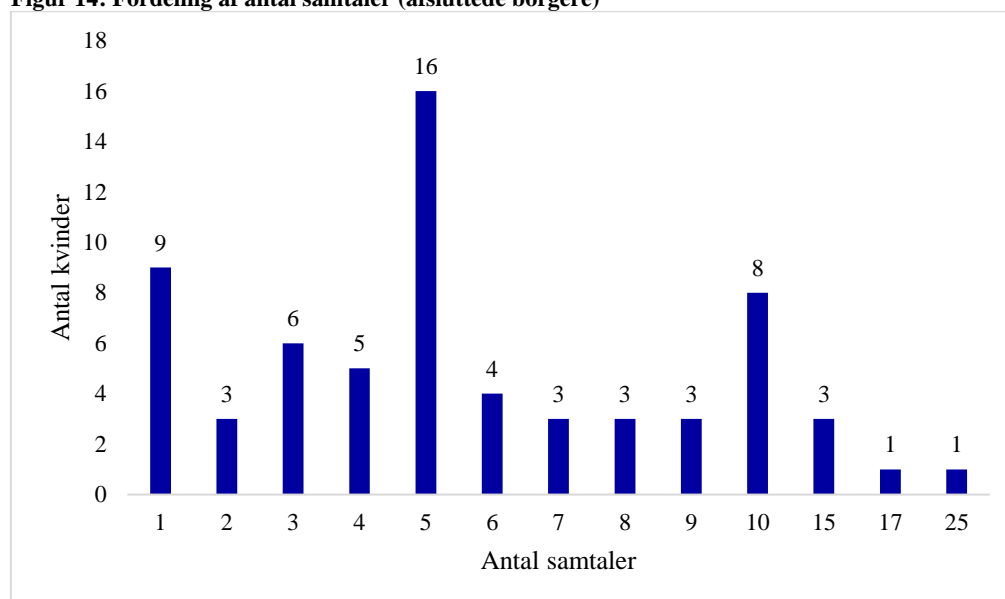
hver anden uge, og man kan få op til 10 psykologbehandlinger. Man deltager kun i én type rådgivning/behandling ad gangen. Det er fleksibelt, hvor meget og hvor længe kvinden får hjælp, men udgangspunktet er, at det tages op hver 5. gang, og at der maks. er 15 samtaler plus evt. gruppe- og/eller psykologforløb. Ved afslutningen af det samlede forløb har kvinden altid en afsluttende individuel rådgivning.

Pårørende kan få op til tre samtaler.

Alle samtaler er som udgangspunkt fysiske, det vil sige, at de foregår ved, at kvinden/den pårørende møder op i rådgivningen. Der er dog sket enkelte undtagelser, hvor det har været nødvendigt at tage rådgivning over telefonen.

Når vi kigger på data fra de afsluttede kvinder, kan vi se, at de i gennemsnit har haft 5,7 samtaler med rådgiveren. Fordelingen ses i figur 14 nedenfor. Det ses, at det største antal kvinder får fem samtaler, mens en del får mindre, og en del får op til 10. Enkelte har haft mange samtaler. Det ses tydeligt af figuren, at forløbene gennemføres ud fra logikken om at afslutte, når det er muligt, og tage det op ved hver femte samtale.

**Figur 14: Fordeling af antal samtaler (afsluttede borgere)**



(n = 65)

Ud fra de kvalitative og kvantitative data ser det ud til, at formen, som beskrevet i forandringsteorien og ovenfor, er retvisende for indsatsen på tværs af de tre centre.

#### 4.1.1 De fysiske rammer er rolige, trygge og anonyme

De fysiske rammer har stor betydning for både fagprofessionelle og brugere (kvinder og pårørende). Rolige, trygge og anonyme rammer må derfor anses for at være et kerneelement i indsatsen.

Anonyme rammer skal forstås som, at kvinderne kan komme til rådgivning, uden at det er påfaldende. I Ringsted og Danner ligger Sig det til nogen fysisk et helt andet sted end krisecentret, mens det i

Randers ligger i tilknytning hertil. Ingen af stederne er der skilte, der angiver, hvad der foregår. Det betyder, at det kan være svært at finde, hvis man ikke kender adressen, og at det gør det svært at regne ud for andre end kvinderne og rådgiverne selv, hvad kvinderne laver det pågældende sted – hvilket er med til at skabe sikkerhed om kvinderne.

Udover sikkerhed gør de anonyme rammer en anden forskel for, hvordan kvinderne har det med at komme i Sig det til nogen. En del af kvinderne er i tvivl om, hvorvidt de egentlig passer ind i gruppen ”voldsramte kvinder” og ser måske ikke sig selv som nogen, der har brug for hjælp. Generelt kan det for de fleste voldsudsatte virke voldsomt at komme på et egentligt krisecenter. Det er netop en del af formålet med indsatsen at nå de kvinder, som ikke kan se sig selv på et krisecenter, og her betyder det noget, at der er lidt afstand til krisecentrets rammer. En af de pårørende forklarer meget præcist, hvordan det var mindre grænseoverskridende at komme i Sig det til nogens lokaler, end hun tror, at det ville være på krisecentret.

---

*Det var rart, at det ikke var på et krisecenter. Det havde været for meget for min mor og mig. Det er mindre voldsomt. At komme på et krisecenter er bare en skildring af, at det er rigtig, rigtig skidt. Jeg tror, det gør en forskel. Man kunne komme, og ingen ved, hvad man skal. Rammerne er neutrale, og det har hjulpet, at det er et lille sted uden mange mennesker. Jeg synes, at det var et fint sted, det var neutral grund. (Pårørende)*

---

Rolige og trygge rammer skabes dels gennem anonymiteten, dels ved at rådgiverne gør meget ud af at skabe en rar, hyggelig stemning i lokalerne i forbindelse med rådgivningen – både individuel rådgivning og i grupperne. Man bliver mødt af bløde stole, og der er lavet kaffe og tændt stearinlys. Det er små ting, men det er noget, rådgiverne fremhæver som bevidste handlinger. En psykolog fortæller, at det handler om, at kvinderne skal føle sig velkomne, og at det skal veje op for, at der ellers kan være et ulige magtforhold. Det er med til at gøre, at kvinden føler sig tryk og mødt med respekt. Kaffen, stearinlysene og de rare omgivelser er også noget, som kvinderne lægger mærke til og reagerer på, på den måde, at de føler sig mere rolige og velkomne. Kvinderne bruger generelt ord som ”rart” og ”trygt” om stederne. Én bruger udtrykkene ”hjemligt” og ”familiært”. En anden kvinde fortæller, at stedet får hende til at sænke skuldrene:

---

*Jeg forbinder stedet med tryghed. Mine skuldre sænker sig fuldstændig, når jeg træder ind ad døren. (...) [Rådgiverne] sørger altid for, at der er hyggelig belysning, og at vi sidder godt. (Kvinde)*

---

Selv om de fysiske rammer naturligvis ikke er ens i de tre centre, så går ovenstående igen på tværs af centrene og kan ses som et kerneelement i indsatsen.

## 4.2 Tilgang

Der er en række tilgange i indsatsen, som kan ses som kerneelementer, fordi de er til stede på tværs af de tre centre og er centrale for, at indsatsen kan lykkes, jf. forandringsteorien. De kan også ses som principper, der guider rådgiveres og psykologers måde at varetage forløbene på uden at være helt præcist anvisende som i en mere manualbaseret tilgang. De kerneelementer, som handler om tilgange, der er mest fremtrædende i interviewene, er:

- Voldsfaglighed
- Ressource- og helhedsorienteret tilgang
- Udgangspunkt i kvindens ønsker og behov
- Rådgiveren – kontinuitet og tillidsfuldt forhold.

En nærmere beskrivelse af de fire elementer, og hvilken betydning de har, kan læses i de følgende afsnit.

#### **4.2.1 Voldsfaglighed**

Voldsfaglighed er et kerneelement i indsatsen, som fremhæves af både fagprofessionelle og brugere. Det indebærer, at rådgivere og psykologer har en indgående viden om partnervold og de særlige dynamikker, der gør sig gældende i den forbindelse, herunder reaktionsmønstre hos henholdsvis voldsudøver og -offer og de typiske følger for offeret.

De ansatte i Sig det til nogen har alle en specialiseret faglighed inden for vold. Den er opbygget gennem erfaring fra området kombineret med løbende kurser og intern uddannelse i krisecenterregi. Voldsfagligheden styrkes og vedligeholdes gennem tilknytningen til krisecentrene, hvor de fagprofessionelle løbende er med til møder, kurser, uformelle samtaler og supervision. Derudover gennemføres supervision i projektet på tværs af de tre deltagende krisecentre. Mere om samarbejdet i og mellem afdelingerne kan læses i kapitel 5.1 og 5.2.

Alle de kvinder, som vi har talt med, og næsten alle de pårørende har selv nævnt rådgivernes faglighed på voldsområdet som helt afgørende for den hjælp, de har fået. Den faglige tilgang har betydning for, at kvinderne:

- føler sig set og forstået, idet de mønstre, de har oplevet, forklares af den faglige viden om partnervold.
- forstår sig selv bedre, da de faglige begreber giver nogle forståelsesrammer, som giver ny indsigt.
- bliver bekræftet i, at det, de har levet i, har været forkert.
- får løftet skam og skyld af deres skuldre, idet de får at vide, at deres mønstre er normale.

En af kvinderne beskriver netop rådgivernes faglige viden, som har betydet, at de med det samme har kunnet forstå problematikkerne i hendes parforhold.

---

*[Rådgiverne] er fantastiske. Det, de har kunnet, er, at de har en kæmpe viden på området. Man springer en masse led over, fordi de ved lige med det samme, hvad det er for et mønster. Man kan åbenbart sætte det hele i kasser. Men det er fantastisk at møde mennesker med så meget erfaring, at de bare uden at kende ham præcist forstår, hvem han er.*

---

Også de pårørende fremhæver rådgivernes voldsfaglighed som noget af det særlige ved Sig det til nogen, og at de netop derfor har fået noget ud af rådgivningen i form af en øget forståelse og bekræftelse af, at deres følelser og fornemmelser var ”rigtige”, samt at de har kunnet få den bedst mulige rådgivning om, hvordan de har skullet handle.

Nogle af kvinderne har tidligere søgt hjælp andre steder og har netop oplevet, at det ikke har hjulpet at gå til en psykolog uden en specialiseret voldsfaglighed. En af rådgiverne beskriver netop, hvordan dette kan være med til at gøre mere skade end gavn, da kvinderne ikke vil føle sig forstået og derfor lukke i:

---

*Jeg tror ikke, at man kunne arbejde med det, vi laver, hvis man ikke har arbejdet med voldsramte før. Hvis man sætter en til det, som ikke har erfaring, så kan det slå rigtig hårdt. Hvis man fx rammer forkert, så kan kvinderne ende med at trække følehornene tilbage. Det er så vigtigt, at de føler sig forstået, når de kommer her. Så for at kunne tale ind i volden og kunne italesætte den, så kan de genkende det, og så åbner de sig. (Rådgiver)*

---

Flere af kvinderne bekræfter billedet af, at anden rådgivning uden voldsfaglighed ikke har hjulpet og måske endda gjort mere skade end gavn. En kvinde fortæller fx, at det at gå til parterapi føltes, som om psykologen var med til at holde hende nede. Mere om den anden hjælp, som kvinderne har fået, kan læses i afsnit 7.1.

#### 4.2.2 Ressource- og helhedsorienteret tilgang

Et bærende princip for projektet er, at der anvendes en ressource- og helhedsorienteret tilgang i rådgivningen.

Den helhedsorienterede tilgang indebærer, at kvindens samlede situation indgår i rådgivningen, herunder bolig, helbred, børn mv. Det skyldes, at mange faktorer har en betydning for, hvordan kvindens udfordringer opleves, og hvordan hun bedst kan tackle dem.

Ved den første samtale gennemgår rådgiveren og kvinden Empowerment Star for voldsudsatte, som indeholder ni områder, som kan have betydning. De ni områder ses i boksen. Både rådgivere og kvinder fremhæver, at denne tilgang er givende, netop fordi den giver en systematik til at finde ud af, hvilke emner der er mest væsentlige at fokusere på i rådgivningen, og fordi den sikrer, at man ikke overser problemstillinger, som spiller afgørende ind i kvindens evne til at tackle voldsudfordringen. En kvinde fortæller om, hvordan hun oplevede det:

#### Elementer i Empowerment Star

- Sikkerhed
- Bolig
- Støttenetværk
- Juridiske forhold
- Helbred og sundhed
- Økonomi
- Børn
- Beskæftigelse og uddannelse
- Empowerment og selvværd.

---

*Vi snakkede om min baggrund, og så skulle jeg svare på nogle spørgsmål om, hvordan jeg så mig selv på en skala fra 1 til 10 på nogle parametre som uddannelse, bolig og nogle forskellige ting. Jeg lå højt på flere af tingene, så det var positivt at se, at jeg var kommet langt af mig selv, men jeg manglede bare det sidste. Vi snakkede om, hvad det var, at vi skulle fokusere på. (Kvinde)*

---

Nogle af de kvinder, vi har talt med, fortæller, at rådgiveren har kunnet hjælpe med en masse ”praktiske” ting samtidig med de psykiske aspekter. Dette skal forstås som, at rådgiveren kender



rettigheder og muligheder og guider kvinderne til, hvordan de kan komme videre med deres udfordringer. De kvinder, vi har talt med, fremhæver særligt, at de har fået hjælp til juridiske forhold og til, hvordan de skal tackle situationen i forhold til deres børn. Det helhedsorienterede fremhæves også, når de fortæller om deres udbytte:

---

*Jeg har fået støtte til mig selv, min dagligdag og til mine børn. Jeg har fået hjælp hele vejen rundt. (Kvinde)*

---

I psykologbehandlingen fremhæves det, at der er mere direkte fokus på voldsproblematikken og de afledte psykiske konsekvenser. Dette skyldes, at der kun er få samtaler, og det derfor er nødvendigt at fokusere forløbet for at nå nok i dybden til, at kvinden kan rykke sig på de valgte områder.

Den ressourcefokuserede tilgang understøttes også af brugen af Empowerment Star. Her er kvinderne med til at score sig selv på en skala fra 1-10, der handler om, hvordan de forholder sig til og arbejder med eventuelle udfordringer. I Sig det til nogen har de fleste kvinder godt styr på bolig, uddannelse og økonomi, og deres ressourcer tydeliggøres i stjernen.

De fagprofessionelle taler om, at de arbejder med kvindens agens, altså hendes evne til at agere eller hendes virkekraft. Som en af psykologerne udtrykker det, så handler det om at tydeliggøre de valg, som kvinden træffer, og hvilke valg de kan træffe i stedet. Dette udtrykkes meget præcist af en af kvinderne:

---

*Jeg kunne enormt godt lide, at der ikke var et pres for, at jeg skulle gå. Der var et andet fokus, nemlig at jeg skulle lære at agere. (Kvinde)*

---

#### **4.2.3 Udgangspunkt i kvindens ønsker og behov**

Et kerneelement i indsatsen er den tilgang, at indsatsen tilrettelægges fleksibelt, alt efter hvor kvinden er, og hvad hun ønsker. I det ligger også en høj grad af accept af og respekt for kvinderne. Dette kerneelement er skrevet meget tydeligt ind i principperne for indsatsen.

På baggrund af principperne tilrettelægges et forløb fleksibelt i forhold til flere parametre:

- Indhold og fokus afhænger af kvindens ønsker og behov. Det kan fx være, at man skal tale meget om flashbacks, om børnene eller om, hvordan kvinden sætter grænser. Fokus aftales i starten af forløbet, men kan løbende ændres.
- Rådgivningens længde (antal samtaler og form) afhænger af kvindens ønsker og behov. Nogle har bare brug for et skub, mens andre har brug for et langt forløb.
- Rådgivningens intensitet afhænger af kvindens ønsker og behov. Hvis kvinden er midt i et brud, laves der hyppige aftaler, mens der laves aftaler med større mellemrum, når der er mere ro på.
- Der kan ændres i fokus, længde og intensitet undervejs, hvis der er behov for det.

Resultatet af dette kerneelement er, at kvinderne i høj grad føler, at de bliver accepteret og – ikke mindst – forstået. Kvinderne nævner igen og igen, at de virkelig har følt sig set, hørt og forstået i rådgivningen på en måde, som de ikke har oplevet før. Denne forståelse har stor betydning for, at de har fået et godt forhold til rådgiveren og har kunnet arbejde med deres udfordringer. Som en kvinde fx siger: ”Det er først herinde, at jeg har følt mig forstået, selvom jeg har tætte venner”. Forståelsen hænger sammen med principperne om at møde kvinderne med accept og respekt, men også med rådgivernes og psykologernes faglighed, som beskrevet i afsnit 4.2.1 og som nedenstående citat illustrerer:

---

*I: Hvordan blev du modtaget i Sig det til nogen?*

*K: Rigtig godt. Folk har altid har sat spørgsmålstegn ved det, man sagde, hvorfor har du det dårligt, og der blev sat tvivl ved en, og man skulle forsvare, hvad man siger. Men sådan var det ikke her, hun forstod mig, og hun startede med at fortælle nogle ting, og det var, som om hun kendte mig. (Kvinde)*

---

Grupperne bidrager særligt til, at kvinderne kan føle sig forståede, fordi de her er sammen med ligestillede, som har nogle af de samme oplevelser, følelser og udfordringer som dem selv. Dette fremhæves særligt af en kvinde, der nævner gruppen som det, hun har fået mest ud af på grund af forståelsen fra de andre:

---

*Pludselig har man nogle kvinder i sit liv, der forstår én. Folk siger ikke, at man er nærtagende, som jeg har hørt fra andre. Andre mennesker har ikke forstået, hvad der er foregået, og man har ikke åbnet op for det. (Kvinde om gruppeforløbet)*

---

#### **4.2.4 Rådgiveren – kontinuitet og tillidsfuldt forhold**

En tryk og tillidsfuld relation, hvor man beholder samme rådgiver gennem forløbet, indgår som et af kerneelementerne i indsatsen. Det ligger godt i tråd med den generelle viden på området, hvor relationen ofte fremhæves som en af de allervigtigste faktorer for en succesfuld rådgivningsindsats.

Når man spørger til relationen, får man et entydigt billede af, at det lykkes rådgiverne at skabe en god relation. Det er særligt fire emner, der fremhæves, og som kan sammenfattes til tryk, ligeværdighed, dygtighed og kontinuitet. De forskellige udsagn, der relaterer sig til emnerne, er sammenfattet i tabellen på næste side og uddybes nedenfor.

| Tema          | Kvindernes/de pårørendes perspektiv  | Rådgivernes perspektiv  |
|---------------|--|---|
| Tryghed       | <ul style="list-style-type: none"> <li>Hun forstår mig.</li> <li>Jeg har fuld tillid til hende.</li> <li>Jeg føler mig tryk.</li> <li>Behagelig, rolig.</li> <li>Jeg blev ikke presset til at gøre noget bestemt.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Vi udfordrer ikke i starten.</li> <li>Vigtigt at være autentisk i relationen.</li> </ul> |
| Ligeværdighed | <ul style="list-style-type: none"> <li>Blicher talt til som ligeværdige.</li> <li>Man har noget til fælles med rådgiveren (fx alder).</li> <li>God kemi.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Snakker om det, der fylder for hende.</li> <li>En god 1:1-relation.</li> </ul>           |
| Dygtighed     | <ul style="list-style-type: none"> <li>Professionel.</li> <li>Superdygtig.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Voldsfagligheden er afgørende.</li> </ul>  |
| Kontinuitet   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Rart, at det er samme person, som kender en.</li> <li>De er gode til at huske ens historie.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Princip om, at kvinderne beholder samme rådgiver.</li> </ul>                             |

Kvinderne fremhæver, at de har en tryk og tillidsfuld relation til rådgiveren. Kvinderne bruger ord som ”behagelig” og ”rolig” og siger, at de føler sig forståede og har tillid til rådgiveren. En af rådgiverne fortæller, at de ikke udfordrer kvinderne i starten, hvilket en af kvinderne også fremhæver som afgørende. Hun følte sig netop ikke presset til at forlade sin kæreste, men i stedet rådgivet, så hun blev i stand til at træffe sine egne beslutninger.

Ligeværdighed fylder også, når man spørger til relationen. Flere fortæller, at de føler, at rådgiveren er en, de har noget til fælles med, og en siger, at de har en ”god kemi”. Det bliver også fremhævet, at de bliver set som ligeværdige, at rådgiveren ikke taler ned til dem. Det stemmer godt overens med rådgivernes perspektiv, hvor de netop lægger vægt på at tage udgangspunkt i kvindens fortælling og skabe en 1:1-relation.

Ovenstående to punkter hænger tæt sammen med kerneelementet om accept og respekt, beskrevet i afsnit 4.2.3.

Det spiller også ind på relationen, at kvinderne har stor respekt for rådgivernes faglighed og oplever dem som meget fagligt kompetente. Dette er nærmere beskrevet i afsnit 4.2.1 om voldsfaglighed.

Kontinuitet har fra starten været en vigtig del af indsatsen, og man har prioriteret at undgå skift af rådgivere undervejs i forløbet. Det har givetvis været en vigtig faktor for at skabe det trykke og tillidsfulde forhold. En af de pårørende hæfter sig særligt ved, at det er rart, at man snakker med den samme person hver gang, så vedkommende kender en. Den pårørende bemærker desuden, at rådgiveren er god til at huske familiens historie. Dette hænger nok sammen med, at det i indsatsen er prioriteret, at rådgiverne har lidt forberedelsestid til hver samtale.

### 4.3 Metoder

Tilgangen i Sig det til nogen er som nævnt i sidste afsnit, at hvert forløb tilrettelægges fleksibelt efter den enkelte kvindes ønsker og behov. Det indebærer, at der ikke kan laves en manual, der indeholder nogle bestemte metoder, som altid skal anvendes.

---

*Jeg mener ikke, at man lave den her rådgivning, der spænder over så mange områder, og kun bruge en bestemt metode. Man bliver nødt til at kombinere tilgange. Det lægger vores projekt helt klart op til. (Rådgiver)*

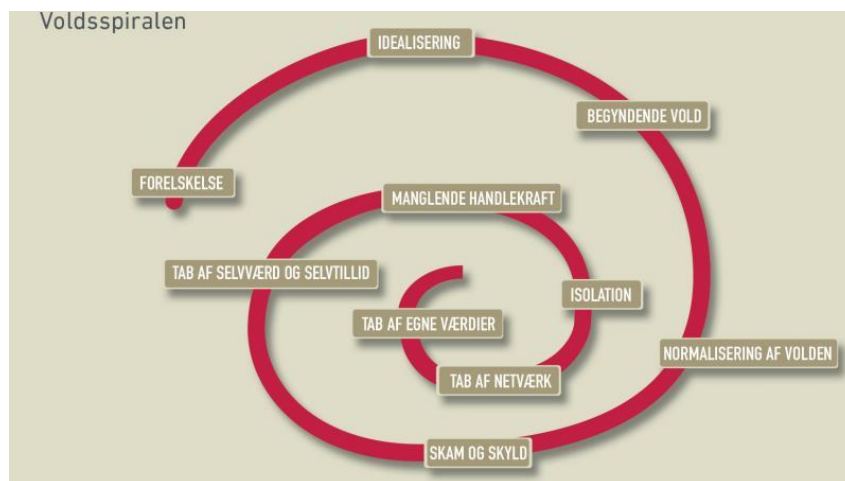
---

Der er dog nogle fælles redskaber/metoder, som bruges på tværs af projektet. Det drejer sig om psykoedukation, sikkerhedsvurderinger og Empowerment Star.

#### 4.3.1 Psykoedukation

Den måske vigtigste metode, som rådgiverne bruger, og som kvinderne også bider mærke i, er psykoedukation. Det handler om at ”undervise” kvinderne i partnervold og dermed give dem viden og forståelse for den situation, de står i.

Til denne metode bruges ofte visuelle teknikker, og rådgiverne har således en masse forskellige modeller, som de viser eller tegner for kvinderne, både i den individuelle rådgivning og i gruppeforløbene. De mest anvendte, at dømme ud fra interviewene, er voldstrappen og voldsspiralen.



Psykoedukationen medvirker til, at kvinderne føler sig set og forstået, da de kan genkende mange af elementerne i modellerne fra deres eget liv. Samtidig giver det kvinderne en øget forståelse af den situation, de står i, hvilket vi vil komme nærmere ind på i afsnit 6.2.

Særligt for målgruppen i Sig det til nogen, som er relativt veluddannet, er psykoedukationen givende, da de har relativt let ved at omsætte de teoretiske modeller til praksis. Der er også noget, der tyder på, at de tager de fagprofessionelles viden mere ind, når de ser modellerne og evidensgrundlaget.

---

*Jeg bruger også meget min viden om hjernen, og det virker rigtig godt for dem. De er jo ressourcestærke, så en naturvidenskabelig tilgang, hvor jeg tegner og forklarer, fungerer godt.*  
(Psykolog)

---

#### **4.3.2 Sikkerhedsvurderinger**

Rådgiverne arbejder løbende med sikkerhedsvurderinger. En af lederne fortæller, at det er en del af rådgivernes faglighed, at de tænker på sikkerhed, da de har været vant til at arbejde med kvinder på krisecentre, der meget ofte har et akut sikkerhedsproblem.

Der er to situationer, hvor det er særligt aktuelt at være opmærksom på sikkerheden. Den ene er, hvis kvinden står over for at ville forlade voldsudøveren. Det kan føre til en situation, hvor volden eskaleres. I den forbindelse kan det også komme på tale at rykke kvinden på krisecenter. Den anden er, hvis kvinden stadig er sammen med voldsudøveren, og han er meget kontrollerende. Her er det væsentligt at overveje, om mændene kan opdage, at de kommer i rådgivningen, hvordan de vil reagere, hvis de opdager det, og tage de nødvendige forholdsregler.

#### **4.3.3 Empowerment Star**

Empowerment Star bruges som metode til at sikre den helhedsorienterede og ressourceorienterede tilgang. Metoden er kort beskrevet i afsnittet om tilgangen (afsnit 4.2.2).

#### **4.3.4 Andre metoder**

Nogle af rådgiverne arbejder med at give kvinderne hjemmeopgaver. Det er små opgaver, som de kan arbejde med hjemme, og så kan man følge op på, hvordan det går, i den næste rådgivning. Fx nævner en kvinde, at hun skulle arbejde med at vise sin datter, at hun sætter grænser over for datterens far. En anden kvinde fortæller, at hun skulle finde ud af, hvilke konkrete situationer der fik hende til at reagere fysisk (hjerterbanken mv.), for at kunne blive mere forberedt på de situationer.

Andre metoder, som særligt psykologerne fortæller, at de bruger, er narrativ tilgang, mentaliseringsbaseret metode og psykodynamisk metode. To af de tre psykologer er desuden ved at uddanne sig inden for en ny, evidensbaseret metode til behandling af PTSD, som de vurderer kan være yderst relevant til målgruppen og med de relativt korte psykologforløb.

## 5. Organisering

Det følgende kapitel beskriver organiseringen af Sig det til Nogen, både projektorganiseringen og organiseringen internt hos de tre krisecentre, som er med i indsatsen. I afsnittet beskrives, hvad der fungerer godt og mindre godt, med henblik på, hvordan andre kunne gribe det an, såfremt de skulle implementere Sig det til Nogen.

### 5.1 Projektorganisering

Sig det til nogen er organiseret som et konsortium mellem tre krisecentre (Danner, Ringsted Krisecenter og Randers Krisecenter) med Danner i spidsen som projektejer. Konkret betyder det, at Danner har det overordnede ansvar for udvikling og fremdrift i projektet, og at projektlederen er ansat hos Danner. Projektlederen har bl.a. ansvaret for organisering af dataindsamling, udvikling af metodemanual, løbende kontakt til rådgiverne og organisering af fælles møder og supervision.

#### 5.1.1 Samarbejde i konsortiet

Samarbejdet på tværs af de tre krisecentre vurderes som vigtigt både formelt og mere uformelt. Der afholdes møder på tværs hver 3. måned, hvor forskellige problemstillinger tages op. Heri ligger også fælles supervision for rådgivere. Den løbende supervision er central og fuldstændig afgørende, såfremt man er en enkelt eller få rådgivere samme sted, hvilket kan være en rammebetingelse, som er svær at ændre på. Der foregår også mere uformelt samarbejde, hvor fx to psykologer taler sammen og sparrer om deres arbejde.

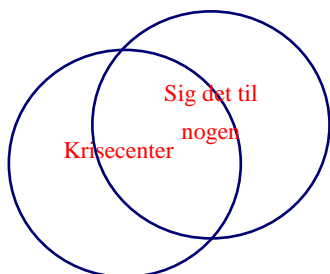
Samarbejdet vurderes som særligt vigtigt, da projektet indeholder metodeudvikling og -afprøvning, hvor fokus er på udvikling af en ramme for ambulante behandling, som kan implementeres i forskellige lokale kontekster. I den forbindelse er det givende, at udvikling og afprøvning foregår mere end ét sted. Som del af rammen indgår fx også fælles opkvalificering af medarbejdere.

Samarbejdet udfordres af geografiske afstande, da rejsetid tager mange timer fra projektet. I den forbindelse er digitale møder forsøgt med svingende succes.

### 5.2 Samarbejde internt

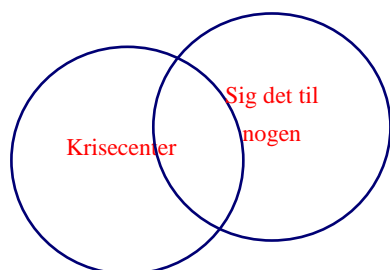
De tre krisecentre har valgt at gribe organiseringen forskelligt an. Det handler primært om, hvor knyttet projektet, det vil sige medarbejderne, er til krisecentret i det daglige. Lederen af krisecentret har også været leder af indsatsen. Danner har dog per 1. marts fået en særskilt leder for sine rådgivningsindsatser, herunder Sig det til nogen.

Organisering Randers Krisecenter



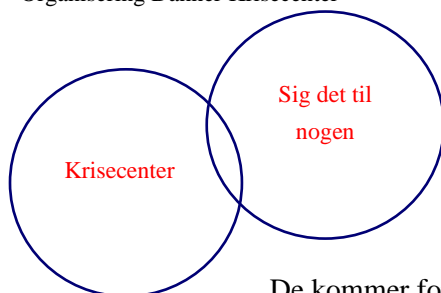
I Randers er rådgiverstillingen delt mellem to medarbejdere, som sideløbende også arbejder på krisecentret. Psykologen arbejder ligeledes også på krisecentret. Det betyder, at projektmedarbejderne deltager i personalemøder, supervision, uddannelse mv. begge steder. Derudover ligger Sig det til nogen fysisk i opgangen ved siden af krisecentret, hvor der indvendig er gennemgang til krisecentret. Rådgivere og psykolog har således deres daglige gang i krisecentret.

Organisering Ringsted Krisecenter



I Ringsted har rådgiveren tidligere arbejdet på krisecentret, men arbejder nu udelukkende i projektet, mens psykologen arbejder begge steder, med praksis i Sig det til nogens lokale. Fysisk er Sig det til nogen placeret et andet sted i Ringsted end krisecentret. Medarbejderne deltager løbende i personalemøder og har fælles supervision med krisecentret. Desuden spiser de ofte også frokost sammen. Medarbejderne er således forholdsvis tæt knyttet til krisecentret.

Organisering Danner Krisecenter



I Danner er projektet mere afskilt fra krisecentret end de to andre steder, hvilket i høj grad hænger sammen med projektets størrelse. De to rådgivere og psykologen arbejder udelukkende i projektet. En af rådgiverne og psykologen har tidligere arbejdet et stykke tid på krisecentret. Medarbejderne deltager i personalemøder samt udvalgte fora i Danner, og hvis der er relevant uddannelse, men de har deres egen supervision. De kommer forholdsvis sjældent i krisecentret, da projektet fysisk er placeret et andet sted i København.

**5.2.1 Tilknytning til krisecenter er afgørende**

Tilknytningen til krisecentret vurderes som en positiv faktor, som både indsats og krisecenter kan drage fordel af. Udover voldsfagligheden, som beskrevet under kerneelementer, er der også anden viden og erfaring fra krisecentret, som kan bruges i indsatsen, fx den nyeste viden om familieretssystemet. Tilknytningen er ligeledes en vigtig kilde til fortsat udvikling af voldsfagligheden hos den enkelte, særligt hvis man udelukkende er en enkelt rådgiver i indsatsen.

Samtidig kan erfaringer fra Sig det til nogen bidrage til arbejdet på krisecentret. Fx opnår rådgivere i tilbuddet p.t. ekstra meget viden om psykisk vold og erfaring i at arbejde med det, hvilket de kan tilføre krisecentret. Tilknytning til et krisecenter er således en afgørende del af organiseringen.

Tilknytningen til krisecentret forstærkes i Randers, da man ved at opdele rådgiverstillingen i to personer har mulighed for at have medarbejdere, som både er tilknyttet krisecentret og projektet samtidig, hvilket er givende for samarbejdet internt. Omvendt kan det være en udfordring for rådgivere at navigere i opdelingen mellem brug af tid i krisecentret og projektet, og det kræver måske også flere ressourcer at dele stillingen i to, fremfor at det er en enkelt rådgiver, som gennemfører det



hele. Men ifølge lederen er netop strukturen med, at tilbuddet er organiseret med rådgivere, som samtidig også arbejder på krisecentret, afgørende for, at de har succes:

---

*Jeg tror, at når noget lykkes, så handler det om, at man har interesse for hinandens arbejde. Så selvom de arbejder i projektet, så er der en naturlig interesse i dem, der ikke er i projektet. Og den nysgerrighed går på tværs. Og der er let adgang ind til huset. Der er altid nogle her, man kommer aldrig til at sidde alene. Men så er der også samarbejdet med Danner og Ringsted, for det inspirerer jo til nye input og bekræfter, at man gør det godt. (Leder, Randers)*

---

Selv om den tætte tilknytning til krisecentret er en fordel, så ser kvinderne det også som en fordel, at rådgivningen foregår separat fra krisecentret, som beskrevet i afsnit 4.1.1 om de fysiske rammer.

### **5.2.2 Behov for uformel sparring**

Behovet for kollegaer at sparre med i hverdagen er vigtigt i forhold til den enkeltes trivsel i arbejdet. Sammenligner man med medarbejdere på krisecentre, er belastningsniveauet i en ambulant rådgivning oftest højere, da man har mange flere kvinder/familier igennem samtidig på kortere tid end i et krisecenter. Det er således rigtig mange kvinders historie, som man som rådgiver eller psykolog sidder inde med på én gang.

Ved opstart af indsatsen var der kun midler til én fuldtidsstilling for en rådgiver. I Randers valgte man at opdele rådgiverstillingen, mens man i Danner og Ringsted havde en enkelt person. Det var tydeligt, at der opstod et behov for uformel sparring i modsætning til formel supervision, særligt i Danner, hvor rådgiveren gav udtryk for, at hun manglede nogle at dele hverdagen med, særligt på dage med mange hårde historier. I Randers var dette problem mindre, da de som to rådgivere havde en anden, som de kunne sparre med løbende. I Ringsted var rådgiverens tilknytning til krisecentret større, hvilket gav bedre mulighed for uformel sparring, end tilfældet var i Danner.

I både Ringsted og Danner blev udfordringen minimeret med bevillingen til en tilknyttet psykolog alle tre steder og en ekstra rådgiver i Danner. Antallet af rådgivere kan dog være en rammebetingelse, som er svær at ændre.

### **5.2.3 Kombination af fagligheder kan være en styrke**

Som udgangspunkt var indsatsen ikke tænkt som indeholdende mulighed for samtaler med en psykolog. Det blev dog en mulighed med en bevilling fra satspuljemidlerne i 2019. Det er stadig forholdsvis nyt, at rådgiveren har mulighed for at sende kvinden til psykolog i regi af tilbuddet. Derfor er snitfladerne mellem rådgivning og psykologbehandling stadig under udvikling.

Psykologbehandlingen handler oftest om noget bagudrettet, at der er noget på spil for kvinden, som står i vejen for, at hun kan arbejde med sig selv og volden. PTSD er en af de konkrete ting, som psykologerne arbejder med. Som en af psykologerne beskriver det:

---

*De kvinder, som er blevet visiteret til mig gennem Sig det til nogen, har typisk PTSD eller et specifikt problem, som rådgiveren har haft svært ved at komme ned i. Men det er typisk noget, som på en eller anden måde er relateret til vold eller grænser. Og de her samtaler giver så mulighed for at komme et spadestik dybere ned. (Psykolog)*

---

I Ringsted har man valgt, at gruppeforløb varetages af rådgiveren og psykologen i fællesskab. Men det er ikke kun i gruppeforløbet, at kombinationen af deres fagligheder komplementerer hinanden godt. Det er noget, man ifølge psykologen bør tænke mere på generelt:

---

*Det er også vigtigt, at vi har forskellige fagligheder. Jeg vil virkelig argumentere for, at man fremover i lignende projekter kombinerer psykologiske og socialfaglige medarbejdere. Det giver god mening. Hun har en del viden om Familieretshuset og børnefaglige undersøgelser, mens jeg kan byde ind med viden om det relationelle eller psykologiske mønstre. (Psykolog)*

---

## 6. Virkning

I dette kapitel analyserer vi indsatsens virkning for de deltagende kvinder og pårørende. Kapitlet bygger på både de kvalitative interviews med kvinder i indsatsen, de pårørende og de fagprofessionelle samt de indsamlede kvantitative data. På denne måde afdækkes hele gruppens udvikling i de kvantitative data, samtidig med at interviewdata bidrager med at uddybe virkningerne og give en dybere forståelse af de underliggende virksomme mekanismer.

I kapitlet gennemgås de forskellige virkningsmål, som er anført i indsatsens forandringsteori under ”trin på vejen”, ”virkning” og ”virkning på langt sigt”.

De virkningsmål, der gennemgås, er:

- Forståelse for voldens dynamikker (afsnit 6.2).
- Spejling af erfaringer (afsnit 6.3).
- Redskaber til at håndtere situationen (afsnit 6.4).
- Tro på egne evner og ressourcer (afsnit 6.5).
- Kvinden taler om sin situation med andre (afsnit 6.6).
- Bedre trivsel (afsnit 6.8).
- Bearbejdning af traumer (afsnit 6.8).
- Flere bryder med volden (afsnit 6.9).

Kapitlet indledes med en tværgående opsamling af resultaterne i det tværgående redskab til progressionsmåling (Empowerment Star) i afsnit 6.1 og afsluttes med et afsnit om de specifikke virkninger for pårørende (afsnit 6.10).

### 6.1 Udvikling på Empowerment Star

Dette afsnit viser, hvordan Sig det til Nogen overordnet set har medført en stor progression hos de deltagende kvinder og hjulpet dem på vej mod et liv præget af større selvstændighed. Indsatsens virkning er først og fremmest målt gennem måleredskabet Empowerment Star. Denne specifikke udgave af Empowerment Star er specielt udviklet til kvinder, der oplever vold i nære relationer, og fungerer både som et socialfagligt redskab i indsatsen og et redskab til at måle progression.

Empowerment Star formår bl.a. at belyse forandringer i kvindens måde at forholde sig til det voldelige forhold på, hendes forståelse og håndtering af tilværelsen samt hendes tro på sig selv og egne evner. Stjernen er opbygget efter de ni kerneelementer sikkerhed, bolig, støttenetværk, juridiske forhold, helbred og sundhed, økonomi, børn, beskæftigelse og uddannelse samt empowerment og selvværd.

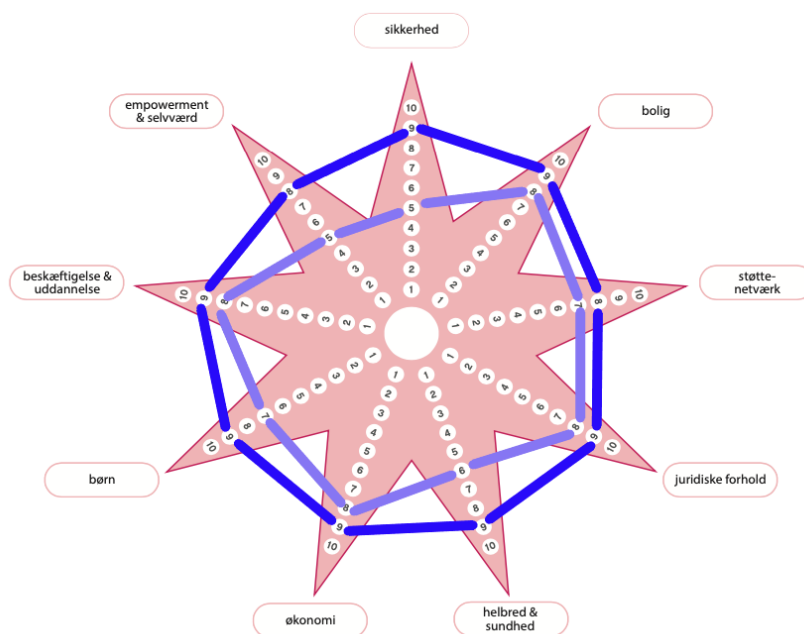
Alle kvinder i indsatsen har udfyldt en stjerne ved indsatsens opstart og afslutning. Herudover har kvinderne i de længere forløb udfyldt en stjerne løbende efter 5. samtale, 10. samtale osv. Stjerneerne giver således under hele forløbet løbende progressionsmålinger af kvindernes håndtering af deres situation. Progressionen på samtlige kerneelementer kan forstås som en ti-trins stige, der måler, hvor kvinden befinder sig på en rejse mod selvstændighed inden for området. Indsatsens samlede effekt på de deltagende kvinder kan først og fremmest måles som forskellen på stjernen ved forløbets opstart og afslutning.

Figur 15 nedenfor viser progressionen fra første til sidste måling i de afsluttede forløb. Stjernen bygger således på den gennemsnitlige måling af de 60 kvinder, som har afsluttet et forløb på et af Sig det til nogens tre tilbud, og som har gennemført mindst to målinger.

Som det kan ses af stjernen, er der sket en progression på samtlige ni områder. Stjernen viser, at der er sket en særligt stor udvikling på tre områder:

- Sikkerhed
- Helbred og sundhed
- Empowerment og selvværd.

**Figur 15: Empowerment Star fra første til sidste måling for afsluttede borgere**



(n = 60). Kategorien børn inkluderer de 37 respondenter med børn.

Elementet sikkerhed handler om, hvorvidt kvinden kan forholde sig til øjeblikkelige farer, kan sætte grænser og har forståelse for kontrol, manipulation og overgreb. Stjernen viser, at der er sket en markant progression i de afsluttede kvinders sikkerhed fra et gennemsnit på 5,3 ved første måling til et gennemsnit på 8,6 ved sidste måling. Som uddybet i Tabel 1 nedenfor er dette en signifikant stigning på 3,3 pct.

For at omsætte tallene til noget mere konkret ses i boksen nedenfor, hvad de relevante scorer gennemsnitligt repræsenterer for kvindens status på området sikkerhed. Det ses, at kvinderne gennemsnitligt går fra en situation, hvor de ikke ved, hvilke valg de kan træffe for at beskytte sig selv,

til at være i en situation, hvor de kan holde sig ude af voldelige relationer, evt. med lidt professionel støtte.

**Betydningen af scorer på elementet sikkerhed**

5-6: Jeg er ude af volden lige nu, men jeg ved endnu ikke, hvordan jeg træffer de rette valg, der sikrer min tryghed.

7-8: Jeg er ved at lære, hvordan jeg holder mig ude af voldelige relationer, men har til tider brug for professionel støtte.

9-10: Jeg kan genkende faretegnene og holder mig ude af voldelige relationer uden professionel støtte.

Elementet helbred og sundhed dækker over at tage vare på sit helbred og sørge for, at psykiske eller fysiske helbredsproblemer bliver behandlet. Elementet inddrager både det fysiske og psykiske helbred, sunde valg, seksuel sundhed og misbrug. Tabel 1 viser, at der er sket en gennemsnitlig stigning fra 6,2 til 8,6 på dette parameter, det vil sige en progression på 2,4 på kvindernes helbred og sundhed.

**Betydningen af scorer på elementet helbred og sundhed**

5-6: Jeg synes, at mit helbred og min sundhed er vigtig, og søger hjælp, når jeg har brug for det (indebærer at have brug for en del støtte og fx glemme at tage medicin).

7-8: Jeg tager vare på mit helbred og min sundhed, men har brug for støtte til at gøre dette.

9-10: Jeg tager vare på mit helbred, uden støtte fra kvindekrisecentret eller andre indsatser.

Progressionen i empowerment og selvværd er ligeledes markant. Empowerment og selvværd er et bredt element, der både henviser til selvtillid, erkendelsen af volden og dens effekter samt evnen til at tage kontrollen tilbage. De afsluttede kvinder har i gennemsnit opnået en progression på 3,1 fra forløbets start til afslutning på dette centrale område. De starter gennemsnitligt med en score på 4,8 og slutter med en gennemsnitlig score på 7,9. Dermed går de gennemsnitligt fra at have en erkendelse af, at de har en udfordring, til at begynde at få mere selvtillid og selvværd.

**Betydningen af scorer på empowerment og selvværd**

3-4: Jeg ønsker at få det bedre med mig selv, og jeg er begyndt at tale om det.

5-6: Jeg kan se, at volden har påvirket min selvtillid og selvværd negativt.

7-8: Jeg får mere og mere selvtillid og selvværd.

Den store progression på de tre nævnte elementer viser, hvordan Sig det til nogen formår at hjælpe kvinderne med vigtige både fysiske og psykiske aspekter af deres liv, som er særligt knyttet til de voldelige forhold.

I tolkningen af Empowerment Star regnes ændringer over 1 for en betydelig progression jf. tabellen nedenfor. Progressionen for kvinderne i dette projekt er relativt stor i forhold til andre lignende indsatses.

| Ændring  | Mindre end -0,25 | -0,25 til 0,25 | 0,25 til 1          | Over 1                |
|----------|------------------|----------------|---------------------|-----------------------|
| Tolkning | Regression       | Ingen ændring  | Moderat progression | Betydelig progression |

Kilde: Manual til Outcome Star

Figur 15 og tabel 1 viser udviklingen på alle elementerne i Empowerment Star. Det ses, at kvindernes progression på alle elementer er signifikant, og at alle undtagen ”økonomi” er steget med mindst 1, hvilket svarer til en betydelig progression. Udviklingen er i øvrigt statistisk signifikant på alle parametre. Disse progressioner stemmer godt overens med forventningerne givet indsatsens målgruppe. Som beskrevet i afsnit 3 henvender det ambulante tilbud sig særligt til kvinder, der ofte både har en fast indkomst og en god uddannelse fra starten og dermed en høj startscore. Progressionen på elementerne økonomi og beskæftigelse (som er de to elementer, hvor der er mindst progression) vil derfor typisk henvise til kvindernes følelse af kontrol over deres økonomiske situation samt kontrollen over egne valg og evnen til at lytte til egne ønsker og drømme på beskæftigelsesområdet.

**Tabel 1: Progressionsmåling gennem Empowerment Star fra første til sidste måling for afsluttede borgere**

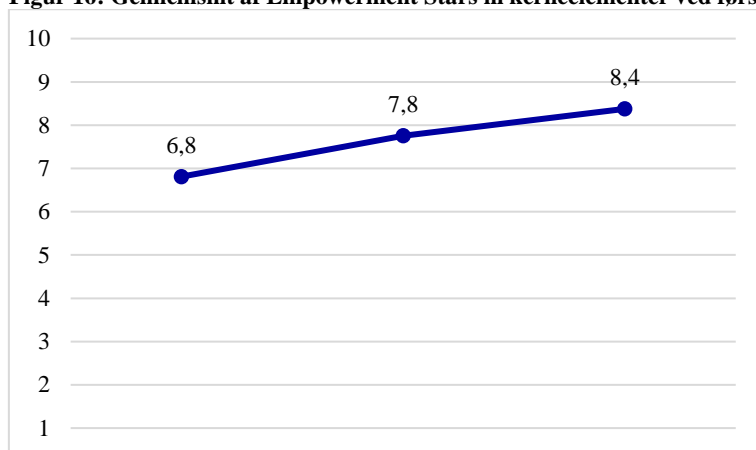
|                             | Måling 1 | Slutmåling | Ændring | Signifikans |
|-----------------------------|----------|------------|---------|-------------|
| Sikkerhed                   | 5,3      | 8,6        | 3,3     | *           |
| Bolig                       | 7,6      | 9,2        | 1,6     | *           |
| Støttenetværk               | 7,1      | 8,4        | 1,3     | *           |
| Juridiske forhold           | 7,5      | 9,0        | 1,5     | *           |
| Helbred og sundhed          | 6,2      | 8,6        | 2,4     | *           |
| Økonomi                     | 8,4      | 9,1        | 0,7     | *           |
| Børn                        | 6,8      | 8,6        | 1,8     | *           |
| Beskæftigelse og uddannelse | 7,8      | 9,0        | 1,2     | *           |
| Empowerment og selvværd     | 4,8      | 7,9        | 3,1     | *           |

(n = 60). Kategorien børn inkluderer de 39 respondenter med børn. \*Betyder, at resultatet er signifikant på 95 %-niveau.

Når man kigger på udviklingen fra første til anden måling, kan man se, at der allerede sker en markant udvikling på de fem gange rådgivning. Den ovenstående tabel dækker således over mange forskellige forløb, hvor en del af dem har været på 5 samtaler eller mindre, som nævnt i afsnit 4.1 om formen. De fleste kvinder kan således hjælpes rigtig meget med en forholdsvis kort indsats.

34 af kvinderne i indsatsen har ved midtvejsevalueringen gennemført tre målinger i Empowerment Star. I figur 16 er de samlede gennemsnit for kvindernes vurdering af de ni kerneelementer i måling 1, 2 og 3 præsenteret. Grafen viser, at kvindernes håndtering og selvstændighed stiger støt gennem indsatsen blandt de kvinder, hvor indsatsen er længere end 5 samtaler.

**Figur 16: Gennemsnit af Empowerment Stars ni kernelementer ved første til tredje måling**



(n = 34)

Således ligger gennemsnittet for måling 1 på 6,8, hvortil gennemsnittet ved anden måling ligger på 7,8 og ved tredje måling på 8,4. Grafen giver et vigtigt indblik i, hvordan progressionen fortsætter hos de kvinder, hvis forløb forlænges efter de første fem samtaler. På trods af at den største stigning sker fra første til anden måling, vil de kvinder, hvis forløb forlænges, stadig kunne opnå en stor progression på de ni elementer i det videre forløb. Dette peger på, at rådgiverne rammer rigtigt, når de sammen med kvinden vælger at forlænge indsatsen med flere samtaler, samtidig med at de afslutter de kvinder, som har opnået en tilstrækkelig virkning. Ved denne midtvejsevaluering har 15 kvinder fået foretaget fire målinger i Empowerment Star, mens 5 kvinder har gennemført hele fem målinger. På nuværende tidspunkt er der ikke tilstrækkelige data til at kunne vise, hvorvidt disse kvinder ligeledes opnår progression fra tredje til fjerde måling eller fra fjerde til femte måling. Antallet af målinger viser ydermere, at forløbet kun sjældent forlænges efter den 10. samtale. I de følgende afsnit uddybes Sig det til Nogens virkning og effekter for de deltagende kvinder.

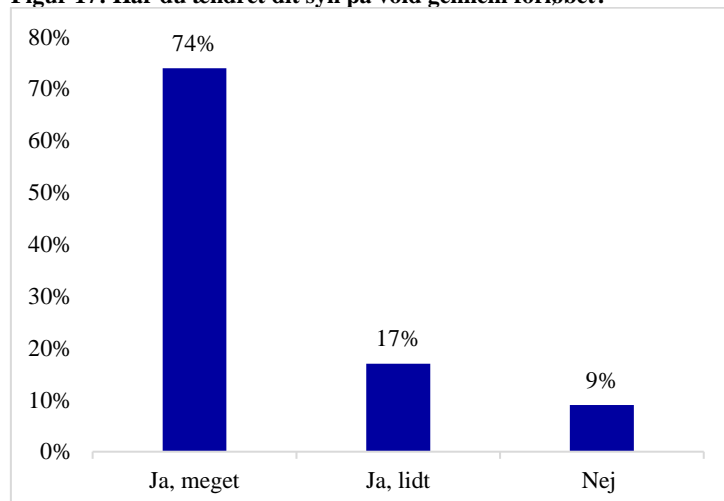
## 6.2 Forståelse for voldens dynamikker

Kvindernes viden om og forståelse for voldens dynamikker er et delmål, der kan ses som et trin på vejen mod målene om at håndtere og komme ud af den voldelige relation. Dette afsnit beskriver, hvordan rådgivningen har en væsentlig betydning for, at kvinderne opnår denne forståelse på baggrund af de fagprofessionelles voldsfaglighed og deres brug af psykoedukation som metode.

En stor del af kvinderne oplever for første gang en forståelse for deres situation og oplevelser. Rådgiverne formår at sætte sig i kvindernes sted og hjælpe dem med at erkende og forstå deres situation. Gennem øget viden om voldens dynamikker får kvinderne en forståelse af, at de ikke selv er skyld i deres situation eller de voldelige dynamikker i forholdet. Dette skaber et grundlag for en åben og ærlig samtale, hvilket bidrager til en tillidsfuld relation mellem rådgiver og kvinde. Herudover viser analysen, at kvindernes forståelse og erkendelse af deres situation er første skridt på vejen mod at stole på sig selv og egne ressourcer og tage kontrollen over eget liv tilbage.

91 pct. af kvinderne i de afsluttede forløb mener, at indsatsen har ændret deres syn på vold. Som det fremgår af figur 17, svarer hele 74 pct. ’ja, meget’ til spørgsmålet om, hvorvidt forløbet har ændret deres syn på vold. Gennem forløbet har kvinderne således fået en øget forståelse for voldens dynamikker, hvilket i høj grad har ændret deres syn på vold.

**Figur 17: Har du ændret dit syn på vold gennem forløbet?**



(n = 57)

Rådgivernes voldsfaglighed og deres fokus på psykoedukation er de primære kilder til, at kvinderne forstår og erkender deres egen situation. Flere af de interviewede kvinder fortæller, at de ikke før forløbet hos Sig det til nogen forstod, at de var eller havde været i en voldelig relation. Som beskrevet under afsnit 3 om indsatsens målgruppe har godt 100 pct. af kvinderne i indsatsen været udsat for psykisk vold. Derudover viser interviewene, at en stor del af disse kvinder ikke betragtede deres forhold som voldeligt inden forløbet hos Sig det til nogen. Gennem rådgivernes viden og fortælling om de forskellige voldsformer går det således op for en række af kvinderne, hvordan deres forhold kan karakteriseres som voldeligt. Således udtrykker en kvinde i indsatsen, hvordan hun første gang reagerede, da rådgiveren hos Sig det til nogen karakteriserede hendes forhold som voldeligt:

---

*Det er psykisk vold, sagde hun til mig, hende hernede. Jeg har aldrig set det sådan. Det var det der ord vold, der strittede på mig, for jeg er jo aldrig blevet udsat for vold, men han har jo så kunnet manipulere med mig. Og jeg er overbevist om, at han også manipulerer med pigerne... (Kvinde).*

---

Kvinden i citatet ovenfor havde været i et voldeligt forhold med sine børns far i mere end 15 år uden at kunne sætte en finger på, hvor i forholdet problemerne lå. Hun havde tidligere søgt hjælp hos en psykolog, der dog ikke havde den nødvendige voldsfaglighed og ikke formåede at ændre på kvindens forståelse af situationen. Dette medførte, at kvinden i mange år skjulte problemerne i deres forhold for omverdenen, placerede en stor del af skylden på sig selv og isolerede sig mere og mere. Først da det gik op for kvinden, at hendes mand ligeledes havde en problematisk relation til deres fælles børn, forlod hun ham.

Denne historie står langtfra alene. En række af de interviewede kvinder fortæller, at de ikke forstod problematikkerne i deres forhold inden indsatsens opstart og derfor ofte placerede skylden på sig selv.



Dette forklarer ydermere, hvorfor 37 pct. af kvinderne i indsatsen har været i den voldelige relation i mere end 10 år. Indsatsens fokus på voldens dynamikker har således medført en øget forståelse og erkendelse af forholdet, som det udtrykkes i citatet nedenfor:

---

*Det var efter en samtale, hvor hun satte ord på det. Det var psykisk vold, mekanisk vold og økonomisk vold, og det var voldsomt for mig. Jeg havde ikke selv tænkt det, jeg vidste bare, at noget var galt. Men ikke det. Jeg troede, det var mig. (Kvinde).*

---

Indsatsen har yderligere en stor virkning på de kvinder, som ligeledes har været udsat for fysisk vold. På trods af at de i højere grad anerkender forholdets voldelige karakter, har de ikke haft en fuld forståelse for deres egne reaktioner og handlinger. Mange af kvinderne beskriver, hvordan de var overbevist om, at deres forhold var unikt, og at ingen andre ville kunne forstå dynamikkerne i forholdet. Gennem rådgivningen formår kvinderne at sammensætte deres forhold med teorier og logikker, der kan hjælpe dem med at forstå deres reaktioner og handlinger. Hvordan kvinderne bruger den voldsfaglige viden tydeliggøres i de to citater nedenfor:

---

*Jeg har lært, at det, der foregår, det ikke er normalt, og hans opførsel ikke er normal. Det gør, at jeg kan cope med relationen. (Kvinde)*

*Ja, jeg er godt på vej til at være kommet igennem i den forstand, at jeg forstår, hvad jeg har været igennem, hvordan det har været for mig, og hvordan det har påvirket mig. (Kvinde).*

---

Som citaterne illustrerer, er kvindernes forståelse af situationen ofte det første skridt på vejen til at kunne arbejde med sig selv og få det bedre. Det er ligeledes i mange tilfælde en nødvendighed for, at kvinden kan forlade den voldelige relation. Problematikkerne omkring at bryde med volden beskrives i afsnit 6.9. Indsatsen har således en afgørende betydning for Sig det til nogens virkning på de voldsramte kvinder. Kvinderne fortæller, at rådgivernes faglighed ydermere giver dem en følelse af at blive forstået og anerkendt, hvilket ligeledes bidrager til en tillidsfuld relation mellem rådgiver og kvinde. Netop kvindernes følelse af at blive forstået og kunne spejle sig i andre uddybes i afsnittet nedenfor.

### **6.3 Spejling af erfaringer**

Et delmål, som kan ses i sammenhæng med, at kvinderne opnår viden om og forståelse for deres situation, er, at kvinderne også forventes at kunne spejle denne viden i deres egne erfaringer og dermed blive klogere på deres egne reaktionsmønstre. Ligeledes er det et mål med gruppeforløbene, at kvinderne spejler sig i hinandens erfaringer med henblik på at forstå deres egen situation.

Kvinderne i indsatsen oplever at blive lyttet til og forstået af rådgiverne. Som beskrevet ovenfor formår rådgiverne at sætte ord på kvindernes situation og hjælper dem således med at erkende og forstå deres voldelige forhold. Dette afsnit viser, hvordan kvinderne i indsatsen oplever både at kunne spejle sig i rådgivernes voldsfaglige fortællinger samt særligt i de øvrige kvinder i gruppeforløbene.

Kvinderne italesætter, at rådgiverne har en kæmpe faglig viden og lynhurtigt kan identificere de voldelige dynamikker i forholdet samt voldsudøverens handlingsmønstre. På denne måde kan kvinderne kende sig selv og deres forhold i rådgivernes fortællinger. Igennem indsatsen oplever kvinderne for første gang, at de ikke står alene i deres situation, men kan spejle sig i rådgiverne og deres viden. Som det fremgår af citatet nedenfor:

---

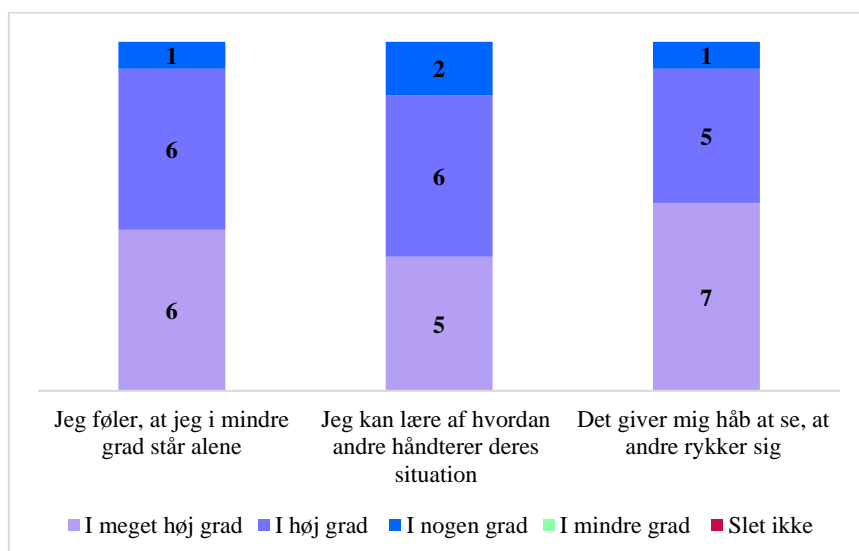
*Nogle af de ting, som [rådgiveren] siger, rammer lige plet. Jeg bliver meget påvirket af at høre det sagt højt. Jeg er helt overbevist om, at det har hjulpet. (Kvinde)*

---

I gruppeforløbene sker der en vigtig spejling imellem kvinderne. Formålet med gruppeforløbene er overordnet set det samme som ved de individuelle rådgivningsforløb: at hjælpe kvinderne ud af volden, at øge deres trivsel samt at styrke dem i at kunne mestre egen situation. Gruppeforløbene giver herudover en unik mulighed for, at kvinderne kan dele oplevelser og erfaringer og på denne måde spejle sig i hinandens fortællinger. Analysen viser, at kvinderne i gruppeforløbene oplever at stå mindre alene. Herudover italesætter flere, hvordan andres historier og erfaringer hjælper dem med at forstå deres egen situation bedre og giver dem vilje og styrke til at kæmpe videre.

Ved udtræk af data til indeværende evaluering har kun 13 kvinder gennemført den afsluttende måling efter gruppeforløbet. Det skal således understreges, at datagrundlaget kun giver en indikation af gruppeforløbets virkning. Figur 18 nedenfor giver en indikation af, hvorvidt de deltagende kvinder har opnået et særligt udbytte ved at indgå i et gruppeforløb med andre voldsudsatte kvinder. Figuren viser således, at 12 ud af de 13 kvinder i meget høj eller i høj grad føler, at de i mindre grad står alene. Herudover mener 11 ud af de 13 kvinder, at de i meget høj eller i høj grad kan lære af, hvordan andre håndterer deres situation. Ligeledes mener 12 af de voldsudsatte kvinder, at gruppeforløbet og andre kvinders progression i høj grad har givet dem håb for fremtiden. Det skal understreges, at ingen af de deltagende kvinder har svaret ’i mindre grad’ eller ’slet ikke’ til de afsluttende spørgsmål. På trods af det lille datasæt giver tabellen en stærk indikation af, at gruppeforløbet har den ønskede effekt på de deltagende kvinder.

**Figur 18: I hvilken grad mener du, at det har hjulpet dig at høre historier fra andre kvinder i forhold til følgende:**



De kvantitative data understøttes yderligere af de kvalitative interviews. Først og fremmest har gruppeforløbet, ifølge indsatsens rådgivere, den ønskede effekt. En rådgiver italesætter bl.a., hvordan kvinderne i hendes gruppeforløb har opnået en tæt forbundethed. Ifølge rådgiveren oplever kvinderne at blive anerkendt i gruppen, og de ser, at andre ’helt almindelige kvinder’ kan være voldsudsatte. Dette giver kvinderne en følelse af ikke at være alene og hjælper dem med ikke at påtage sig skylden. Rådgiveren fortæller, at kvinderne i gruppen har bibeholdt kontakten selv efter gruppeforløbets afslutning, da de ønsker at fastholde deres gode relation. De to citater nedenfor viser, at kvinderne i gruppeforløbet oplever at kunne spejle sig i hinanden:

---

*Og selvom de har forskellige baggrunde, ressourcer og netværk, så har de fundet sig selv i hinanden og fundet en fortrolighed med hinanden. De kan se sig selv i de andre. Det er som at høre sig selv tale. Der er en særlig forbundethed. (Rådgiver)*

*Selvom jeg selv har været voldsudsat, så havde jeg fordomme. Jeg havde en masse fordomme, inden jeg startede, omkring, hvem de andre var osv. Men da jeg startede, det var helt anderledes, og de var helt ligesom mig. (Kvinde).*

---

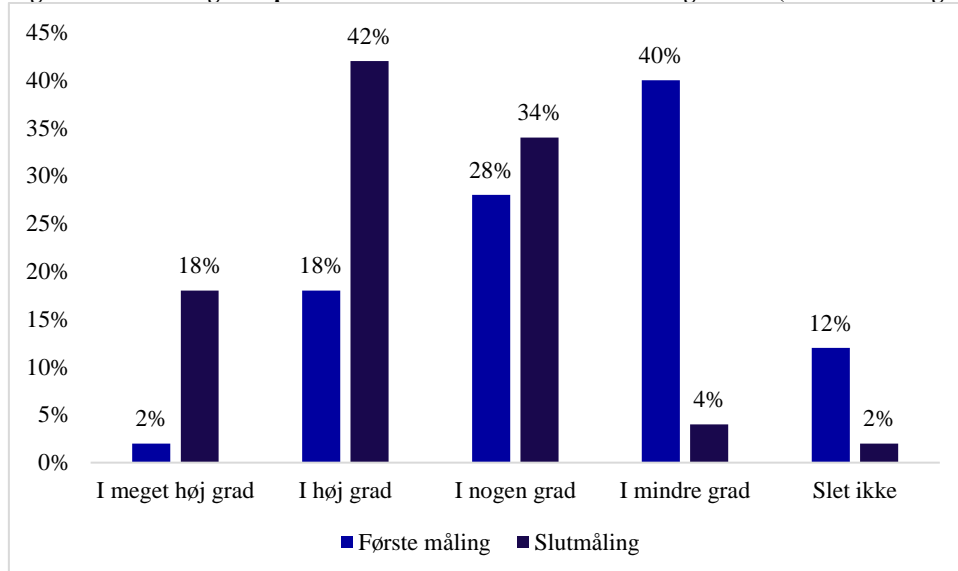
Som det fremgår af citatet med kvinden ovenfor, havde en del af kvinderne en række fordomme om andre voldsudsatte kvinder på trods af deres egen situation. Som kvinden udtrykker det, blev hun dog overrasket efter gruppeforløbets opstart, da hun hurtigt oplevede at kunne spejle sig i de andre kvinder i gruppen. Som tidligere beskrevet henvender indsatsen sig netop til mere ressourcestærke kvinder, der ikke har behov for eller ønsker at komme på krisecenter. Netop disse karakteristika kan være afgørende for, at flere kvinder har fået afkræftet deres fordomme og har kunnet spejle sig i hinanden. Dog italesætter rådgiveren netop, at kvinderne i indsatsen har forskellige baggrunde og ressourcer, men på trods af disse karakteristika finder hinanden gennem deres fælles oplevelser med vold.

#### **6.4 Redskaber til at håndtere situationen**

Et af formålene med rådgivningen er, at kvinderne skal have hjælp til at tackle deres situation, og at de skal kunne klare flere pressede situationer.

Alle kvinder i forløbet er løbende blevet spurgt om, i hvilken grad de oplever at have redskaberne til at undgå vold. De afsluttede kvinders besvarelser ved den første og afsluttende måling ses i figur 19 nedenfor. Som figuren viser, er der sket en stor stigning i antallet af kvinder, som i meget høj grad eller i høj grad oplever at have de nødvendige redskaber til at undgå vold fra første til sidste måling. Hertil kommer, at andelen af kvinder, som i mindre grad eller slet ikke oplever at have redskaberne, er faldet fra samlet set 52 pct. til kun 6 pct. ved den afsluttende måling. Figuren viser således, at størstedelen af indsatsens kvinder oplever at få de nødvendige redskaber og værktøjer gennem indsatsen.

**Figur 19: I hvilken grad oplever du at have redskaberne til at undgå vold? (Afsluttede borgere)**



(n = 50). Der er signifikant forskel på de to grupper på 95 %-niveau.

Kvinderne fortæller i interviewene primært om, at de har fået redskaber til tre ting:

- At kunne sætte grænser og undgå konflikter
- At kunne håndtere egne følelser
- At kunne håndtere deres børn.

For det første fortæller en del af kvinderne, at de har fået strategier til at sætte grænser og undgå, at konflikter eskaleres i kontakten med voldsudøver. Det drejer sig dels om, at de er stærkere og har mere overskud, og dels om, at de har forstået mekanismerne bag volden. Kvinderne forstår både voldsudøvers og deres egne normale reaktionsmønstre og kan derigennem agere anderledes og undgå at blive fanget i situationerne.

---

*Jeg har det ikke i livet nu på samme måde. Men når vi er i kontakt, så kan det ske [psykisk vold]. Det eskaleres ikke, da jeg har redskaber til at håndtere det. (Kvinde)*

---

*Men nu har jeg vist ham, hvor skabet skal stå, og at det bliver stående. (Kvinde)*

---

Noget af det, som kvinderne har fået med, er strategier til at håndtere helt konkrete situationer. Der er flere eksempler i interviewene, hvor en kvinde fortæller, at hun har fået fortalt, præcis hvad hun kan sige og gøre i kontakten med voldsudøver, og hvor det har virket godt. Nedenstående er et eksempel på dette:

---

*[Jeg fik hjælp til] meget konkret og hands on ift. at møde ham, og hvad jeg skulle gøre. Og da jeg så mødte ham, der vidste jeg godt, hvad jeg skulle gøre, og det virkede. (Kvinde)*

---

Derudover fortæller mange af kvinderne, at de har fået værktøjer til at håndtere deres egne følelser. Det kan både være i forbindelse med, at de fortsat bliver udsat for vold, samt i forbindelse med, at de stadig har svære psykiske problemer efter at have været voldsudsatte. De har ofte brug for at håndtere angst, uro og lignende følelser, som er relateret til deres situation. Flere kvinder peger på, at de har fået redskaber til netop at håndtere følelserne, så de får det bedre.

---

*[Rådgiveren] har hjulpet med strategier for at være i det her, at det er okay. Hun er god til at visualisere det som forskellige veje, hvor der vil være nogle afstikkere, men man kan komme tilbage på sin hovedvej. Jeg bruger det i det daglige og i min hverdag. Hun har sat gang i refleksioner. Det giver mig ro. (Kvinde)*

*Jeg har fået nogle redskaber til at forstå mig selv, så det ikke altid går ud over min nuværende kæreste, hvis jeg falder i et hul. Og det gør jeg stadig, så nu kan jeg hjælpe mig selv. (Kvinde)*

---

Mange af de kvinder, som vi har interviewet, har børn. De bekymrer sig generelt meget om, hvordan voldsituationen påvirker deres børn, og de er ofte i tvivl om, hvordan de bedst håndterer situationen i forhold til deres børn. Nogle af dem har fået værktøjer til netop det, som de fremhæver som centrale for deres udbytte af rådgivningen. Et eksempel, som flere fremhæver, er, at de bliver bedre til at snakke med deres børn om situationen og rumme børnenes følelser. Et andet eksempel er, at kvinderne lærer at vise deres børn, hvordan man sætter grænser ved selv at være et godt eksempel. Dette illustreres i citatet nedenfor:

---

*[Jeg har lært, at] jeg skulle vise min datter, at jeg sætter grænser over for hendes far. Jeg havde tænkt, at hun ikke skulle blandes ind i det, men [rådgiveren] sagde, at det måtte hun gerne blandes ind i, for jo mere hun ser mig sætte grænser, jo mere er hun selv i stand til at sætte grænser.*

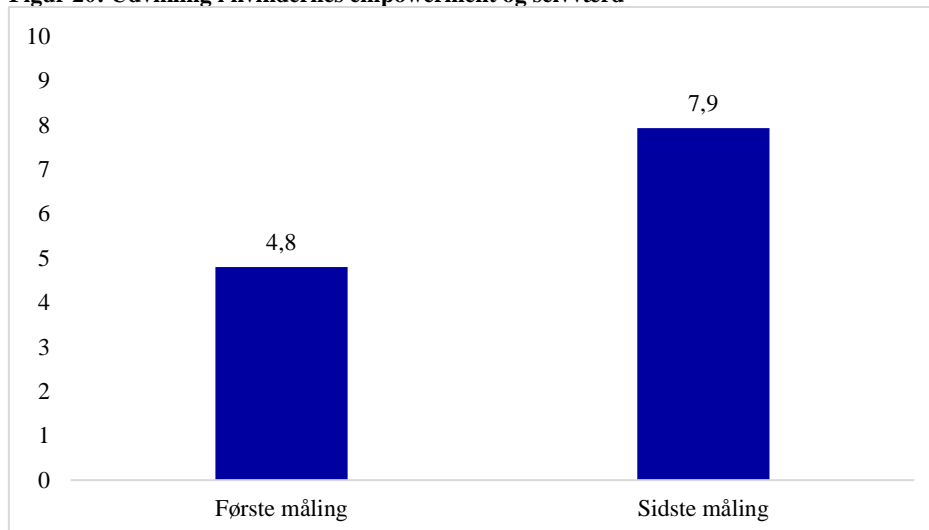
---

Der er flere af kvinderne med børn, der efterspørger, at der også kunne være rådgivning direkte målrettet deres børn, hvilket uddybes under afsnit 7.3.

## **6.5 Tro på egne evner og ressourcer**

Sig det til nogen bygger på en empowerment-tilgang og et helhedssyn på de voldsudsatte kvinder og deres situation. Målet med denne tilgang er, at kvinderne får selvtillid og selvværd tilbage, lærer at stole på sig selv samt anerkender, at vold er uacceptabel. Figur 20 viser udviklingen i kvindernes empowerment og selvværd, som målt i Empowerment Star. Kvinderne stiger fra en gennemsnitlig score på 4,8 til 7,9, hvilket svarer til 39 pct., som også gennemgået i afsnit 6.1. Progressionsmålingen viser således, at indsatsen ser ud til at have en væsentlig betydning for kvindernes selvværd, hvilket bidrager til kvindernes kontrol over og mestring af eget liv. Som tidligere nævnt er dette en meget markant udvikling, som ligger højere, end hvad man normalt ville forvente af en ambulant indsats.

Figur 20: Udvikling i kvindernes empowerment og selvværd



(n = 60). Der er signifikant forskel på de to grupper på 95 %-niveau.

De voldsudsatte kvinder har ofte meget lavt selvværd. De har pålagt sig selv skylden for problemerne i deres forhold og er gennem flere års manipulation og vold blevet psykisk nedbrudt. Et vigtigt formål med indsatsen er derfor at opbygge kvindernes selvtillid og selvværd, for at øge deres tro på egne ressourcer, lære dem at lytte til sig selv og sætte grænser. De to citater nedenfor viser, hvordan de deltagende kvinder gradvist gennem indsatsen begynder at stole på sig selv, anerkender, at de ikke selv udgør problemet, og begynder at sætte grænser for eget liv:

---

*Jeg har virkelig været følelsesmæssigt ude at skide og jeg anede ikke, hvad jeg selv stod for. Mine grænser er blevet overskredet så voldsomt, at jeg ikke har været i stand til at sætte grænser. Så jeg har virkelig mistet mig selv. Der har [rådgiveren] virkelig været med til at bygge mig op igen, finde mig selv og mærke efter mine grænser. (Kvinde)*

*Men jeg tror på, at jeg kan komme igennem det her, og at det er det rigtige. Jeg er sikker på mig selv, jeg overdriver ikke, det er ikke mig, den er gal med. (Kvinde)*

---

Indsatsens fagprofessionelle peger på, at langt størstedelen af de voldsudsatte kvinder har svært ved at mærke sig selv samt genfinde sig selv og deres identitet. Ifølge de fagprofessionelle medfører dette, at kvinderne ofte får overtrådt deres grænser og ikke kan formulere egne ønsker og sætte mål for fremtiden. Indsatsens fokus på kvindernes selvtillid og selvværd er derfor helt centralt, da det bidrager til kvindernes livslyst og -mestring. Selvtillid og selvværd er herudover ofte en nødvendighed for, at kvinden kan bryde med voldelige dynamikker og spiraler. Dette har særlig stor betydning for de kvinder, som stadig lever i de voldelige forhold, samt for de kvinder, som har fælles børn med voldsudøveren. Omvendt kan det have stor betydning for alle indsatsens kvinder, da de ofte dør med lavt selvværd og har svært ved at sætte grænser – mere generelt i deres liv. Kvinden i citatet nedenfor fortæller, at hun ser sig selv som en følsom og blid person, men at hun gennem Sig det til nogen er blevet stærkere og mere modig:

*Jeg er meget følsom og skal lære at passe på mig selv. [...] Jeg er blevet stærkere til at lade være med at lade tvivlen tage over. Jeg er blevet mere modig i forhold til at sætte grænser og sige fra. Det har hjulpet mig med at indse, hvor blid jeg er, og hvor meget jeg lader mig tromle. (Kvinde)*

Gennem indsatsen får kvinderne således styrket deres selvtillid og selvværd, hvilket bidrager positivt til deres livslyst og livsmestring. Selvtilliden og selvværdet er første skridt på vejen til at tro på sig selv og sætte grænser for eget liv, hvilket har stor betydning for kvindernes evne til at bryde med eller håndtere volden.

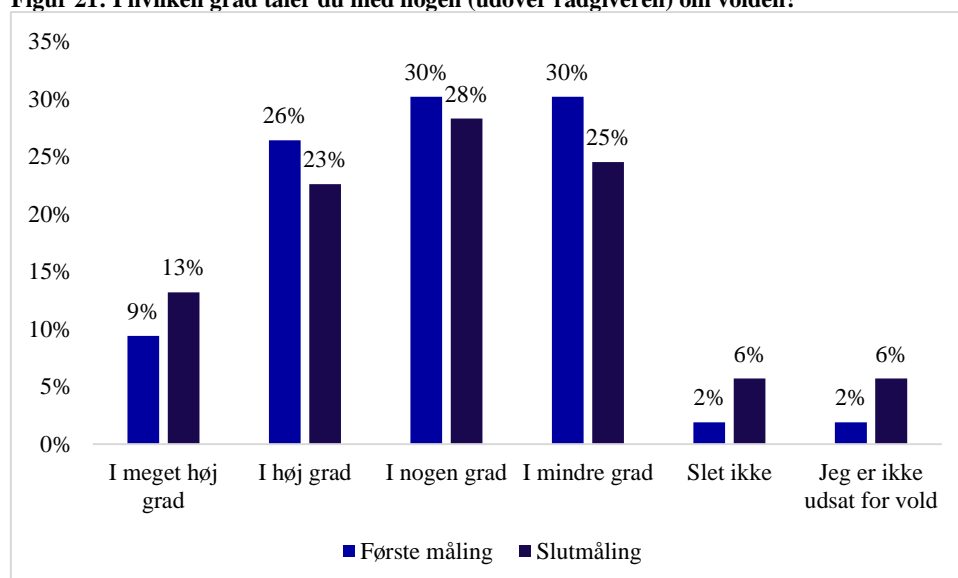
## 6.6 Kvinden taler om sin situation med andre

Vold i nære relationer er i høj grad omgærdet af tabu og forbundet med skyld og skam for de voldsramte. Et af målene med indsatsen er, at kvinderne kommer til at tale mere om deres situation med andre, for dermed at bryde tabuet og gøre det lettere at understøtte nye handle-mønstre og følelsen af selvtillid og selvværd.

Kvinderne får gennem indsatsen talt med rådgiverne om deres situation, hvilket kan være en stor lettelse. Samtidig giver gruppeforløbene en mulighed for at tale med andre kvinder i samme situation. Indsatsen er dermed i sig selv understøttende for at tale med nogen.

Gennem indsatsen er kvinderne løbende blevet spurgt om, i hvilken grad de taler med nogen udover rådgiveren om volden. Figur 21 nedenfor viser de afsluttede kvinders besvarelser ved første og sidste måling. Som det ses i figuren, er der ikke sket en stor forskydning i besvarelsene. Mens andelen af kvinder, der svarer i meget høj grad, er steget ved den afsluttende måling, er andelen, der svarer slet ikke, ligeledes steget. Herudover viser figuren, at andelen af kvinder, der svarer ’jeg er ikke udsat for vold’, er steget med 4 procentpoint.

**Figur 21: I hvilken grad taler du med nogen (udover rådgiveren) om volden?**



(n = 53)



Kigger man i stedet på de kvalitative data, er der indikationer på, at i hvert fald nogle kvinder åbner mere op over for andre igennem forløbet. Både indsatsens fagprofessionelle samt de voldsudsatte kvinder peger på den øgede evne til at sætte ord på oplevelserne, fjernelsen af skyld og skam samt det øgede selvværd. Som det udtrykkes i de to citater nedenfor, har Sig det til nogen bidraget til, at kvinderne i højere grad taler med andre om volden.

---

*Også det her med, hvordan man kan tale om det. Det gør også en forskel, at vi har talt om skyld og skam herinde. Så det her med, hvad der er min skyld, rykker sig. Det er ikke mig, der har gjort noget forkert, så det er ikke mig, der skal tie. (Rådgiver)*

***Snakker du med andre?***

*Ja, mine kollegaer og veninder, familie og lidt min [nye] mand. Det er først efter, at jeg er startet her, jeg har ikke kunnet sætte ord på før, så det har betydet meget. (Kvinde)*

---

Flere af kvinderne peger ydermere på, at netop det at kunne dele og tale om det voldelige forhold, bidrager til deres trivsel og glæde. Særligt gruppeforløbene har haft en særdeles positiv effekt, da kvinderne har kunnet dele oplevelser og erfaringer med hinanden. Som nævnt har kvinderne særligt kunnet spejle sig i de andre i gruppen. Herudover har kvinderne kunnet dele mere konkrete erfaringer fx i forhold til kommunen eller det juridiske system.

En mindre del af kvinderne italesætter, at de ikke har fortalt den voldelige partner/ekspartner eller familien om forløbet hos Sig det til nogen. Det er tydeligt, at disse kvinder finder emnet svært og tabubelagt og ikke ønsker, at familien skal ændre sit syn på dem. På samme måde fortæller en kvinde i citatet nedenfor, at hun ikke deler oplevelserne med sine kollegaer, da hun er bange for at miste en ansættelse:

---

*Det er virkelig hårdt, der er ingen af mine kollegaer, der ved det her. Det er et vikariat, og jeg vil gerne fastansættes. Det betyder meget at blive ansat. Så jeg tør ikke fortælle nogen noget. (Kvinde)*

---

I interviewet med denne kvinde fortæller hun, at hun døjler med psykiske problemer som PTSD, angst og stress. Kvinden skjuler disse svære problematikker for sine kollegaer, primært fordi hun endnu ikke er stærk nok til at kunne dele dem uden at bryde sammen. Det betyder, at hun primært undlader at dele sine følelser og oplevelser i et forsøg på at beskytte sig selv. Eksemplet støtter således op om værdien af Sig det til nogens fokus på selvværd og skam samt på psykologbehandlingens bearbejdelse af traumer. Desuden fortæller det, at vold i høj grad er tabuiseret, og at det er relevant at arbejde med dette på arbejdspladserne.<sup>17</sup>

Ved indsatsens afslutning bliver kvinderne spurgt om, hvorvidt de går videre til at modtage anden hjælp. Mens 46 pct. af kvinderne svarer nej, svarer 28 pct. ja, og 26 pct. svarer ’overvejer det, men har ikke besluttet endnu’. Besvarelserne viser, at størstedelen af de kvinder, som ønsker at modtage yderligere hjælp, overvejer psykolog samt andre indsatser målrettet voldsudsatte fx efterværnsgrupper

---

<sup>17</sup> Sig det til nogen har også en anden indsats, som handler om at nedbryde tabuer på arbejdspladser.



hos Lev uden Vold. Herudover italesætter flere af kvinderne i de kvalitative interviews, at de frygter for at stå alene, efter at forløbet hos Sig det til nogen afsluttes.

Gennem forløbet hos Sig det til nogen har kvinderne i høj grad fået ord til at dele og tale om volden. Særligt gruppeforløbet fjerner fordomme og skam, og kvinderne bliver tvunget til at dele deres fortællinger og erfaringer. Der er ligeledes nogle af kvinderne, der igennem indsatsen åbner op og taler mere med andre om deres situation, fx familie og venner. Det er dog ikke det generelle billede, og en tredjedel af kvinderne taler stadig meget lidt med andre om situationen ved indsatsens afslutning. Det kan således være et opmærksomhedspunkt for indsatsen, om man i højere grad kan understøtte dette mål, fx ved at inddrage kvindernes netværk mere i tilbuddet.

## **6.7 Bedre trivsel**

Et af de mest overordnede formål med indsatsen er at øge de voldsudsatte kvinders trivsel. Flere af de fagprofessionelle i indsatsen fortæller, at mange af kvinderne lider af svære psykiske udfordringer og generelt har lav trivsel ved indsatsens opstart. Det er således en vigtig del af indsatsen at forsøge at forbedre kvindernes generelle trivsel, herunder deres lyst til det fremadrettede liv. Både de kvantitative data og de dybdegående interviews har vist, at kvindernes trivsel forøges markant gennem forløbet hos Sig det til nogen.

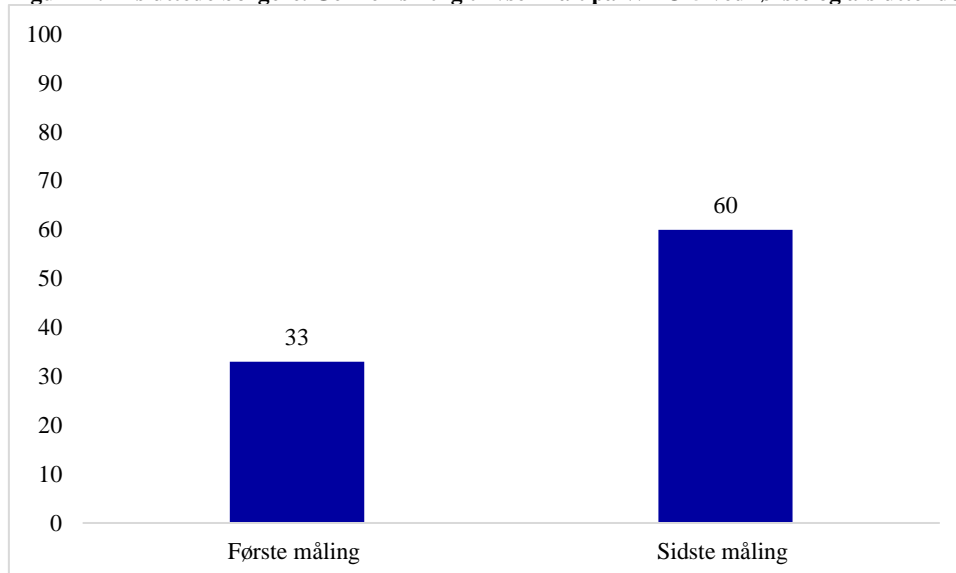
Kvindernes trivsel er målt ved brug af WHO-5-trivselsindekset. WHO-5 består af fem spørgsmål, der spørger til en persons trivsel i løbet af de sidste to uger. Målet giver således en vurdering af personers generelle trivsel og velbefindende. Indekset går fra en score på 0 til 100. Kvinders trivsel ligger i gennemsnit på 67. Overordnet set skelner man mellem de 3 nedenstående grupperinger:

- 0-35: Du ligger væsentligt lavere end gennemsnittet for resten af befolkningen. Resultatet tyder på, at du ikke er på toppen, og der kan være en reel risiko for, at du lider af depression eller langvarig stress.
- 36-50: Du ligger lavere end gennemsnittet for resten af befolkningen. Resultatet tyder på, at du nok ikke har det helt godt.
- Over 50: Du ligger her inden for gennemsnittet for resten af befolkningen, som er 68 med en nedre grænse omkring 50.

Trivselsindekset viser, at kvinderne oplever en markant stigning i den generelle trivsel. Figur 22 nedenfor viser stigningen i trivsel målt på WHO-5 i de afsluttede forløb. Grafen viser, at der er sket en stigning i kvindernes trivsel fra 33 til 60. Dette er en meget markant stigning, hvilket er bemærkelsesværdigt, især fordi der er tale om en ambulant indsats. Ved indsatsens opstart findes kvinderne i gennemsnit i den laveste gruppering, hvor der er risiko for depression og langvarig stress, mens kvinderne ved den afsluttende måling i gennemsnit ligger inden for normalgrupperingen på 50+. De voldsudsatte kvinder ligger dog stadig en del under det gennemsnitlige trivselstal for kvinder på 67. Det er dog heller ikke forventeligt, at de skulle kunne rykke så meget, da de fleste af kvinderne kæmper med en række problematikker som følge af volden. Til sammenligning har en undersøgelse fra 2011 vist, at den gennemsnitlige trivsel for kvinder på krisecentre er 35.<sup>18</sup>

<sup>18</sup> Lise Barlach og Kirstina Stenager (2011): Årsstatistik 2011, Kvinder og børn på krisecenter. Temaanalyse: Kvindernes og børnenes sundhed og trivsel.

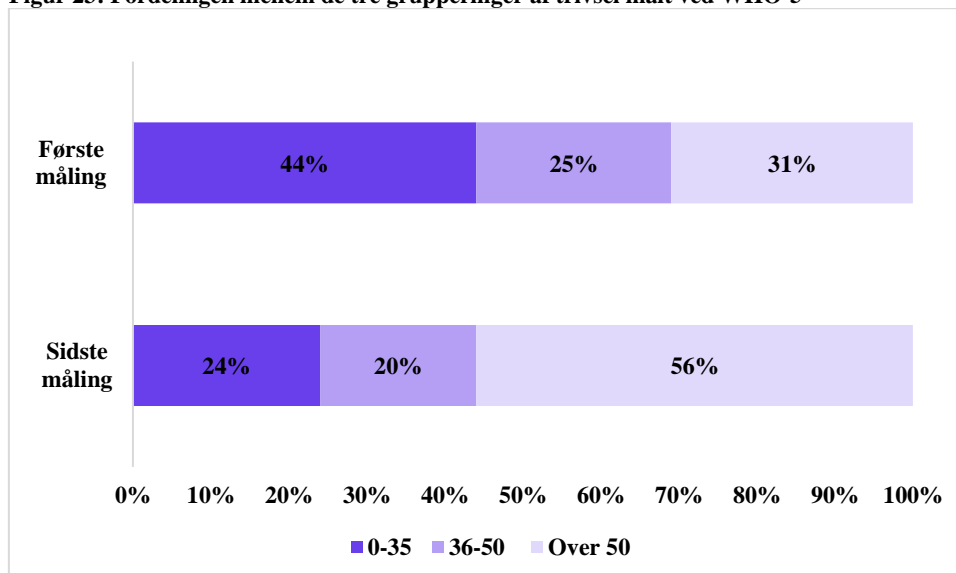
Figur 22: Afsluttede borgere. Gennemsnitlig trivsel målt på WHO-5 ved første og afsluttende måling.



(n = 60). Der er signifikant forskel på de to grupper på 95 %-niveau.

I figur 23 ser vi nærmere på, hvilke grupper kvinderne ligger i ved henholdsvis første og sidste måling. I starten af forløbet ligger den største gruppe på 44 pct. af kvinderne med et trivselstal under 35, dvs. i den laveste gruppering, hvor der er risiko for depression og langvarig stress. Ved afslutningen er de fleste, nemlig 56 pct. af kvinderne, at finde i normalgrupperingen med et trivselstal over 50.

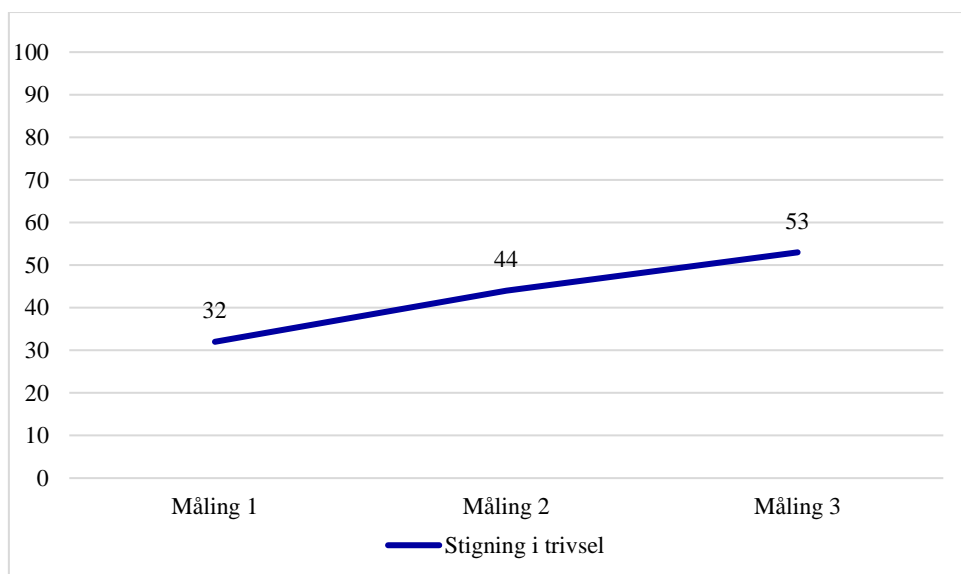
Figur 23: Fordelingen mellem de tre grupperinger af trivsel målt ved WHO-5



(n = 60). Afsluttede kvinder.

Som ved målingen af Empowerment Star dækker ovenstående tal over en udvikling over flere samtaler. De kvinder, der har haft op til fem samtaler, har haft en markant udvikling på disse få samtaler. Når vi ser på de kvinder, der har haft flere samtaler, så kan vi se, at udviklingen er fordelt, så der er en løbende stigning i trivslen gennem deres forløb. Dette ses i figur 24 og indikerer, at rådgiverne i Sig det til nogen er gode til at vurdere, hvilke kvinder der har brug for og gavn af en længere indsats.

Figur 24: Udvikling i trivsel for aktive og afsluttede kvinder med min. 3 målinger



(n = 34). Der er signifikant forskel på de tre mål på 95 %-niveau.

De interviewede kvinder giver ligeledes udtryk for, at de igennem indsatsen generelt er blevet gladere. Dette er tæt forbundet med rådgivernes lyttende og anerkendende tilgang samt med kvindernes stigende selvværd og selvtillid, som beskrevet ovenfor. Kvinderne oplever, at de i højere grad kan være sig selv, tør at åbne op og derigennem får mere overskud, mod på og lyst til livet.

---

*Men jeg er blevet glad igen, jeg tør åbne mig op igen [...] Det er rart, at jeg kan det uden at være bange. Jeg kan være mig selv. Det er noget, som er sket i den periode, som jeg har været herinde. Så der er sket nogle store ændringer. Jeg ville næsten ønske, at der var et billede af mig, før jeg startede herinde. Mine øjne var helt slukkede, jeg var så ked af det. Så der er blevet arbejdet med en masse ting, også ubevidst. (Kvinde)*

*Men at snakke med [rådgiveren] gav mig overskud til efter nogle måneder at begynde at se mennesker og date. (Kvinde)*

---

Som de to citater ovenfor illustrerer, italesætter kvinderne, at de er mere glade og har mere lyst til og mod på livet. Kvinderne oplever at være mere åbne og danne nye relationer og venskaber. I citatet nedenfor forbinder en kvinde sin stigende glæde direkte til forskellige tiltag i indsatsen. Således nævnes de konkrete redskaber, som kvinderne får igennem rådgivningen, samt det fællesskab og de venskaber, som kvinderne danner igennem gruppeforløbet:

---

*Men det var også fedt med redskaberne, fællesskabet og de venner, man får. Vi glædede os til at komme. Det var rart at være glad. Jeg ville ønske, at de kunne fortsætte. (Kvinde).*

---

Sammenfattende viser trivselsindekset WHO-5 samt de gennemførte interviews, at indsatsen både på kortere og længere sigt bidrager til en markant stigning i de deltagende kvinders trivsel.

## 6.8 Bearbejdning af traumer

En række af de voldsudsatte kvinder i indsatsen får behandlet dybereliggende traumer og belastningsreaktioner såsom PTSD-symptomer, angst og depression. Gennem indsatsen får kvinderne konkrete værktøjer og teknikker til at håndtere eksempelvis stress og angst, og de oplever at få mere ro, overskud og energi i hverdagen. Særligt psykologbehandlingen har hjulpet kvinder med dybereliggende og komplekse traumer. Nogle kvinder, som kæmper med svære psykiske men, oplever dog, at antallet af samtaler, de har fået tilbudt under psykologforløbet (op til ti), ikke er tilstrækkeligt.

Rådgiverne og psykologerne peger på, at den vedvarende vold kan være skyld i flere helbreds- og sundhedsmæssige problemer, der gennem forløbet hos Sig det til nogen bearbejdes og forbedres. Flere kvinder peger på, at de har haft søvnproblemer, nedsat energi, stress og tegn på depression, hvilket gradvist lindres gennem forløbet hos Sig det til nogen.

---

*Og så er der rigtig mange helbreds faktorer, hvor volden har været årsagen. Det følelsesmæssige liv bliver også mere stabilt. Og nogle, der har været sygemeldt og kommer tilbage på arbejdsmarkedet eller i uddannelse igen. (Rådgiver)*

*Nogle af mine symptomer er ekstrem muskelspænding, jeg har svært ved at sove om natten, og jeg bliver sådan lidt apatisk. Jeg synes, at jeg har fået mere energi, jeg sover bedre, og jeg tænker mere positivt. Jeg er begyndt at tænke, at der er lys forude, selvom der er lang vej. (Kvinde).*

---

I tilbuddet kan kvinderne få hjælp til at håndtere deres traumer gennem den socialfaglige rådgivning og – hvis der er behov for det – egentlig behandling hos projektets psykologer.

I den individuelle socialfaglige rådgivning får kvinder med svære psykiske men, som fx PTSD-symptomer, rådgivning i konkrete værktøjer og teknikker til at håndtere og bearbejde problemerne. Flere kvinder fortæller, at de er begyndt at meditere og har fået øvelser i mindfulness. Rådgivningens primære fokus er således at hjælpe kvinderne med deres håndtering af psykiske udfordringer og stressede situationer i nuet og fremadrettet.

---

*Så hendes [rådgiverens] hjælp var meget praktisk, hun gav mig redskaber til at håndtere PTSD og stress. Jeg begyndte at meditere og bruge forskellige redskaber. Med PTSD kommer der også meget angst, og hun gav mig nogle værktøjer til det. (Kvinde).*

---

Psykologbehandlingen har et bredere og dybere fokus på kvindernes psykiske problemstillinger. Kvinderne fortæller, at de ved psykologsamtalerne har talt om dybereliggende handlingsmønstre, tidligere oplevelser og fortrængte minder. Psykologbehandlingen handler således ikke kun om at hjælpe kvinden i nuet, men om at bearbejde dybereliggende traumer, der på langt sigt kan have konsekvenser for kvindens trivsel. Psykologerne peger ligeledes på, at bearbejdelsen af tanke- og

handlingsmønstre kan modvirke, at kvinden falder tilbage i voldelige forhold i fremtiden. I citatet nedenfor fortæller en kvinde om psykologforløbet:

---

*Det var også lige i øjet. Jeg blev tilbudt det efter gruppeforløbet pga. min voldsomme PTSD. Jeg havde været fucked, hvis jeg ikke kom videre hos [psykologen]. [...] Vi går ind i mine følelsesmæssige reaktioner, hvordan jeg er vokset op og handlingsmønstre. (Kvinde).*

---

Især gennem psykologbehandlingen får de særligt udsatte kvinder bearbejdet og behandlet dybereliggende traumer og men. Analysen viser, at Sig det til nogen bidrager væsentligt til kvindernes fysiske og psykiske sundhed og hjælper dem med at håndtere stress og angst. Som beskrevet tidligere oplever en række af de kvinder, der er hårdest ramt, frygt i forbindelse med forløbets afslutning. Gennem Sig det til nogen har kvinderne dog ligeledes fået kendskab til og vejledning i at vælge fremadrettet hjælp.

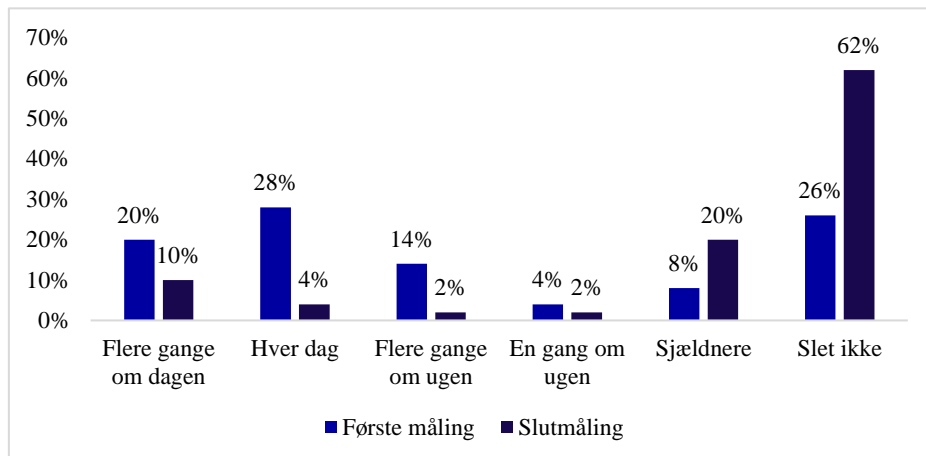
## 6.9 Flere bryder med volden

Det langsigtede mål med indsatsen er, at flere kvinder bryder med volden tidligere, end de ellers ville have gjort, og at færre børn dermed oplever vold i familien. Sig det til nogen henvender sig til kvinder, som er i et voldeligt forhold eller inden for det sidste år har været i et voldeligt forhold, herunder kvinder, der har børn med voldsudøveren. Midtvejsevalueringen viser, at kvinderne i indsatsen oplever langt mindre vold end før forløbets opstart. Volden påvirker i mindre grad kvinderne og deres børn negativt, og flere kvinder peger på, at de har fået redskaberne til at sætte grænser og bryde med volden.

Som det fremgår af afsnit 3, lever 26 pct. af kvinderne med deres voldelige partner ved indsatsens opstart, mens voldsudøveren i 74 pct. af tilfældene er en ekspartner. Baggrundsvariablene viser ydermere, at størstedelen af kvinderne har levet i volden i mere end 5 år, og 63 pct. har børn med voldsudøveren.

Figur 25 nedenfor viser, hvor ofte de deltagende kvinder er blevet udsat for vold, ved henholdsvis første og sidste måling (medtager kun afsluttede forløb). Som det ses i figuren, er der sket et stort fald i omfanget af vold, og andelen af kvinder, der slet ikke oplever vold, er således steget med 40 procentpoint.

Figur 25: Tænk tilbage på din situation de sidste to uger: Hvor ofte er du blevet udsat for vold?



(n = 50). Afsluttede kvinder, første og sidste måling. Der er signifikant forskel på de to grupper på 95 %-niveau.

De fagprofessionelle i indsatsen peger på, at en række af kvinderne skal have en øget forståelse af deres situation, før de kan bryde med volden og fastholde grænser. Dette gælder både de kvinder, der aktuelt er i et voldeligt forhold, samt dem, der pga. fælles børn har tæt kontakt med voldsudøveren. Ifølge de fagprofessionelle er det netop både den nye viden om vold og anerkendelsen og styrkelsen af selvtilliden, der gør kvinderne i stand til at bryde med volden.

---

*De får nogle handlemuligheder, fordi de bliver bevidst om dem. Det gør helt lavpraktisk, at nogle af dem får mere overskud. De får handlekraft til at gøre nogle nye ting som at gå fra ham eller få råbt kommunen op. (Psykolog)*

*Vi oplever, at folk skal vide, hvad de står i for at kunne træde ud af det. (Rådgiver)*

---

Rådgivningen bygger på en anerkendende tilgang, der skal tage udgangspunkt i kvindens sted, acceptere og respektere hendes valg og således ikke fortælle hende, hvorvidt hun bør forlade en voldelig partner. Netop den anerkendende tilgang har stor betydning for kvinderne, der bedre kan slappe af, åbne op og fortælle om forholdet. Kvinderne har ofte skjult problemerne i deres forhold for omverdenen i mange år, og første skridt på vejen til anerkendelse er således at åbne op.

---

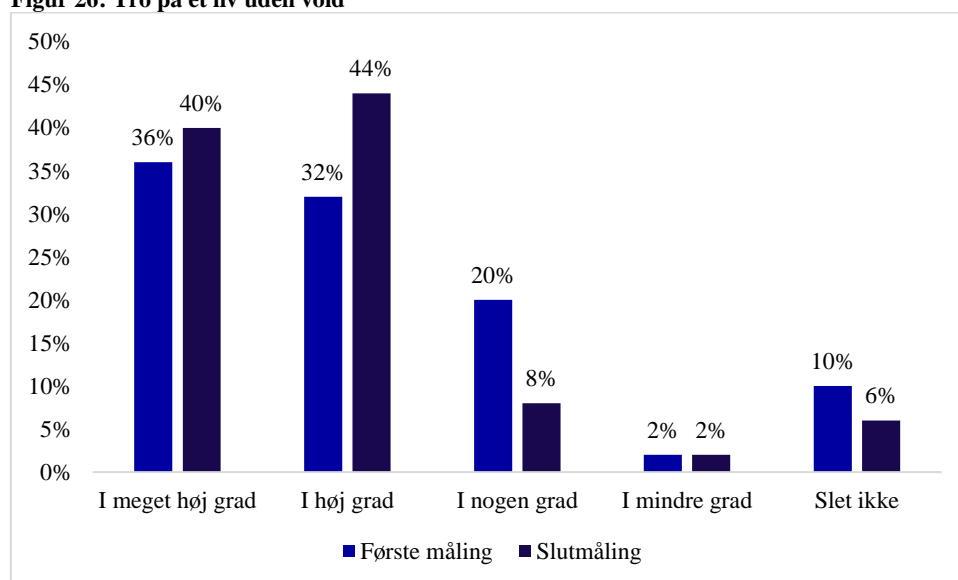
*Jeg var så ødelagt og manipuleret. Det er min egen skyld, at han har været utro, det er min egen skyld, at han forlader mig. Jeg har prøvet at blive bedre og tænkt, at det er mig, der skal ændre mig. Jeg kunne ikke gå. Jeg havde i mange år tænkt, at jeg gerne ville ud af det. (Kvinde)*

*Men da jeg kom her, blev jeg virkelig forstået. De eksempler, som de kom med, ramte lige i øjet på, hvad jeg oplevede. Det gjorde mig stærk i min beslutning om at være gået. (Kvinde)*

---

Vi har ligeledes spurgt kvinderne, i hvilken grad de tror, at de kommer til at leve et liv uden vold. Dette siger både noget om deres tro og håb og om, i hvilken grad de reelt kommer ud af volden. Svarene fremgår af figur 26. Her kan man se, at der heldigvis er mange af kvinderne, der tror på det allerede ved indsatsens start, og der er en tendens (om end ikke signifikant) til, at flere af kvinderne tror mere på det ved afslutningen. Ændringen er dog ikke så markant som ved nogle af de andre spørgsmål. Dette kan skyldes, at de kvinder, der har børn med voldsudøveren, som regel ikke kan undgå at have regelmæssig kontakt med vedkommende, og nogle kvinder indstiller sig på, at det betyder, at de fortsat vil blive udsat for vold (om end sjældnere/i mindre grad). I de tilfælde er det derfor også vigtigt, hvor påvirkede de er af volden.

**Figur 26: Tro på et liv uden vold**

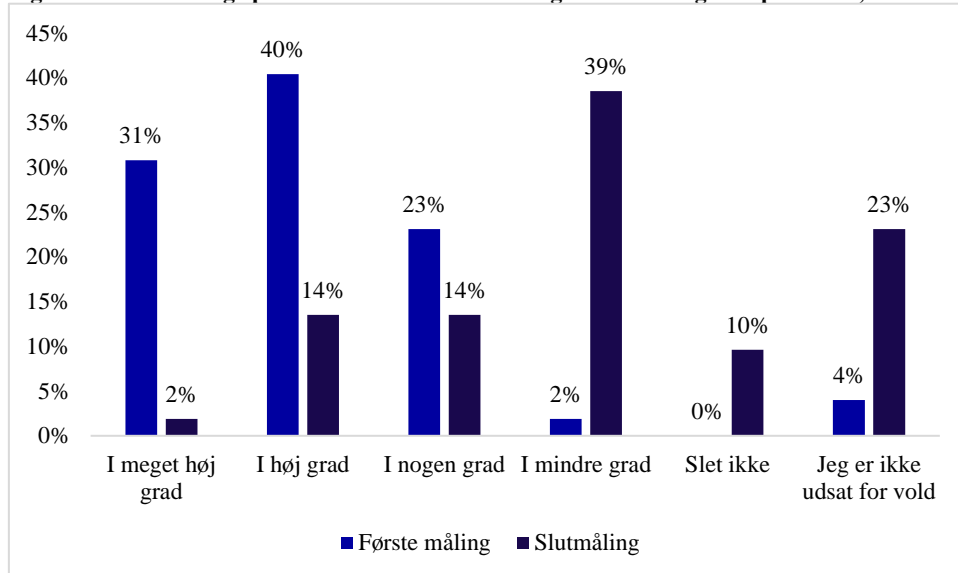


(n = 50) Afsluttede kvinder. Der er ikke signifikant forskel på de to grupper på 95 %-niveau.

Indsatsen hjælper ikke kun kvinderne med at bryde med volden, man giver dem ligeledes redskaber til at håndtere volden, som vist i afsnit 6.4.

Figur 27 nedenfor viser, hvorledes kvinderne oplever at være negativt påvirket af volden. Figuren viser, at der er sket en markant forbedring i oplevelsen af vold. Mens 71 pct. af kvinderne i høj grad eller meget høj grad oplevede volden som negativ ved indsatsens start, gælder dette kun for 16 pct. af kvinderne ved forløbets afslutning. Herudover er andelen af kvinder, som svarer 'i mindre grad', 'slet ikke' eller 'jeg er ikke udsat for vold', steget fra blot 6 pct. til 72 pct.

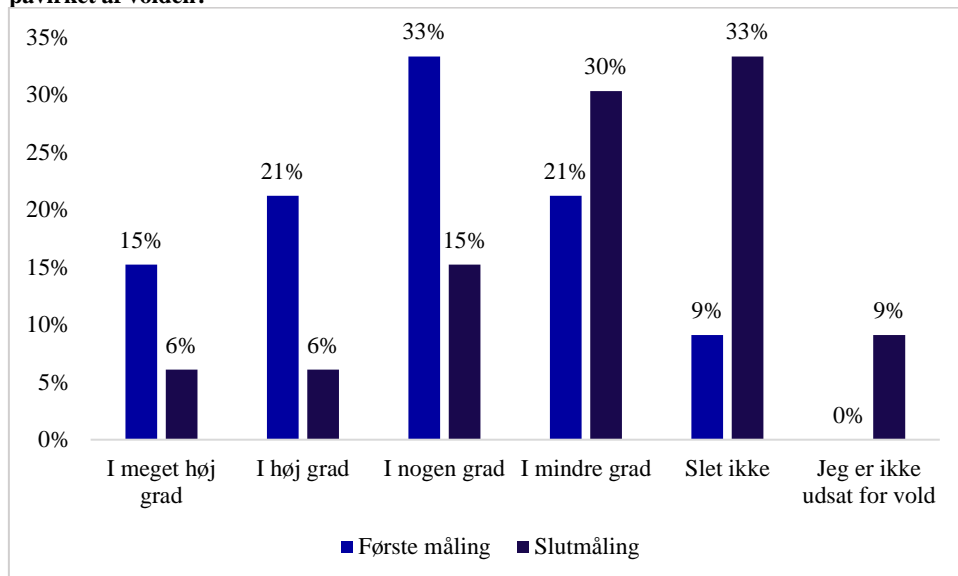
**Figur 27: Tænk tilbage på din situation de sidste to uger: I hvilken grad oplever du, at volden påvirker dig negativt?**



(n = 52). Afsluttede kvinder. Der er signifikant forskel på de to grupper på 95 %-niveau.

Indsatsen har ligeledes en positiv effekt på de voldsudsatte kvinders børn. Som det ses i figur 28 nedenfor, er der sket et stort fald i andelen af kvinder, som vurderer, at deres børn påvirkes negativt af volden. Mens 9 pct. af kvinderne ved første måling vurderede, at deres børn slet ikke var påvirkede, vurderede 33 pct. ved afsluttende måling, at børnene ikke var påvirket.

**Figur 28: Tænk tilbage på din situation de sidste to uger: I hvilken grad vurderer du, at dine børn er negativt påvirket af volden?**



(n = 33). Afsluttede kvinder med børn. Der er signifikant forskel på de to grupper på 95 %-niveau.

De kvalitative interviews viser, at Sig det til nogen har givet kvinderne øget styrke og redskaber til at håndtere volden og sætte tidligere grænser. Herudover har flere af kvinderne, særligt gennem psykologbehandlingen, arbejdet med at vise og lære deres børn at sætte grænser og sige fra. Indsatsens fokus på og hjælp til kvindernes roller som mødre har haft stor betydning for kvinderne i indsatsen. Disse kvinder har været præget af dårlig samvittighed og kæmpet med, hvordan de bedst kunne



beskytte deres børn mod volden. Gennem Sig det til nogen har de fået øget kendskab til strategier og teknikker (se afsnit 6.4) og er blevet støttet og bekræftet i deres rolle som mor.

Dette afsnit viser, at Sig det til nogen har en stor betydning for kvindernes evne til at sætte grænser, håndtere og bryde med volden. Gennem indsatsen falder andelen af kvinder, der oplever vold i hverdagen markant. Sig det til nogen har en særlig stor betydning for de kvinder, som har børn med voldsudøveren og løbende er i tæt kontakt med ham. Disse kvinder bliver støttet i deres rolle som mor, og de lærer, hvordan de i højere grad kan beskytte deres børn mod volden.

### **6.10 Pårørende**

Formålet med rådgivningen til de pårørende er, at de i højere grad kan forstå og støtte den voldsudsatte kvinde. Analysen viser, at de pårørende opnår større indsigt i voldsfaglighed og derigennem bedre kan forstå den voldsudsatte kvinde og hendes handlinger. Herudover får de pårørende konkrete værktøjer og redskaber til at kommunikere med den voldsudsatte kvinde, hvilket i sidste ende kan bidrage til, at de hjælper den voldsudsatte med at bryde med volden.

Der findes ikke mange tilbud til pårørende til voldsudsatte, og de pårørende i indsatsen udviser stor glæde og taknemmelighed for indsatsen. Rådgivning udgør en stor støtte for de pårørende, som ofte selv er dybt påvirkede af volden mod deres nærmeste. Samlet set får de pårørende fire centrale elementer ud af rådgivningen:

- Støtte og vejledning til at tackle sorg og frustration
- Forståelse for den voldsudsattes situation og handlinger
- Redskaber til at støtte den voldsudsatte i den konkrete situation
- Redskaber til at hjælpe den voldsudsatte med at bryde med volden.

Først og fremmest giver rådgivningen en individuel støtte til den pårørende. I citatet nedenfor beskriver en mor til en voldsudsat, hvordan den anerkendende og lyttende tilgang, samt den voldsfaglige indsigt, har gjort en stor forskel for hende:

---

*Jeg blev mødt med ro og varme og synes, jeg blev lyttet til. Det var fagligt, fik indsigt og nøgler til at arbejde videre – ikke kun for selv at kunne klare det, men også så jeg kunne yde støtte til min datter, som er livsvigtig for mig. (Pårørende)*

---

Som det fremgår af citatet, får de pårørende ny viden og nye redskaber til både at arbejde med dem selv og støtte den voldsudsatte. Som beskrevet i afsnittet om målgruppen er størstedelen af de pårørende i familie med den voldsudsatte, ofte er der tale om mødre. De pårørende er derfor selv dybt påvirkede af volden og kan have svært ved både at støtte den voldsudsatte og selv kunne tackle sorg og frustration. Rådgiverne i indsatsen lægger således vægt på, at de pårørende i høj grad har haft brug for individuel støtte:

---

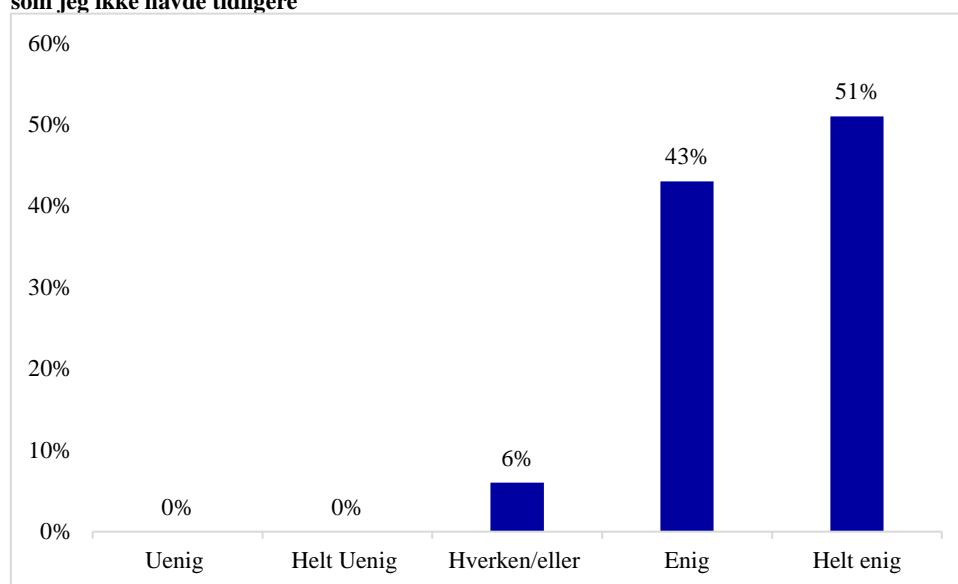
*De pårørende skal have hjælp til at bære smerten. De kan ikke selv hjælpe barnet, hvis de ikke kan udholde smerten. Tænk på, hvordan forældre i et fly skal putte iltmasken på sig selv, før de putter den på barnet. (Rådgiver)*

---

*Det handler om at give råd til at tackle smerten og give bud på, hvordan de rækker ud efter den voldsramte. Men der er ikke noget quickfix. (Rådgiver).*

De pårørende er efter afsluttet forløbet blevet spurgt om, hvorvidt de har fået ny viden om vold i nære relationer. Figur 29 nedenfor viser, at 94 pct. af de pårørende er ’helt enige’ eller ’enige’ i udsagnet ’i kraft af rådgivningen har jeg fået ny viden om vold i nære relationer’. Således har 6 pct. svaret ’hverken/eller’, mens ingen af de pårørende er uenige i udsagnet.

**Figur 29: Hvor enig er du i følgende udsagn: I kraft af rådgivningen har jeg fået ny viden om vold i nære relationer, som jeg ikke havde tidligere**



(n = 35)

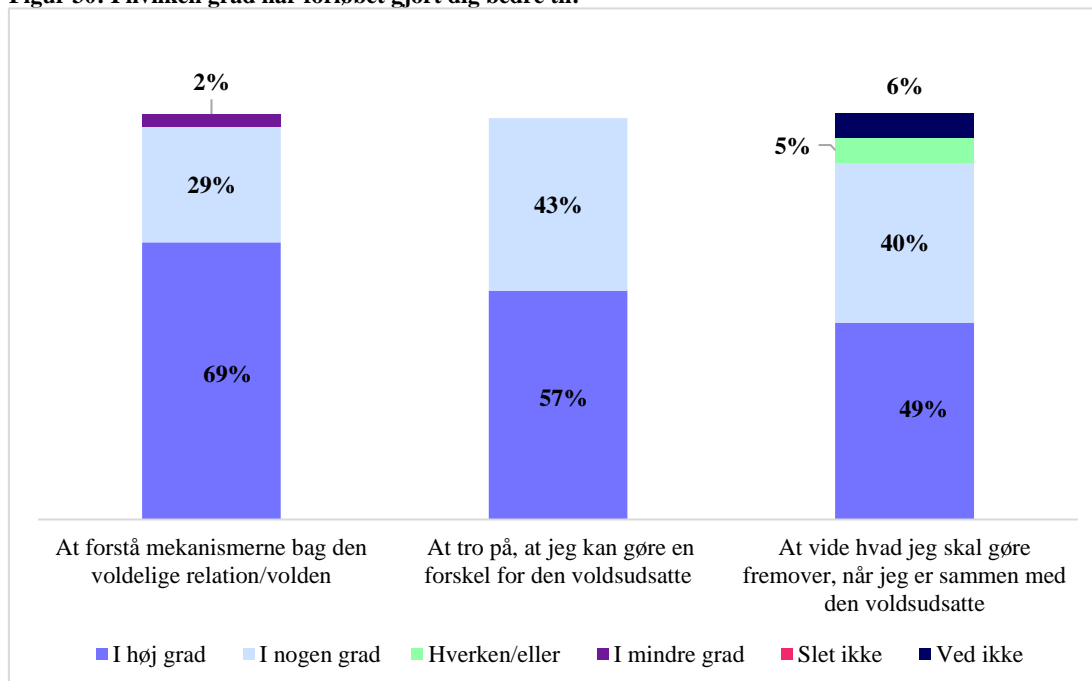
Udover at være en personlig støtte for de pårørende har SDTN således givet en faglig indsigt i voldens dynamikker. De pårørende har fået en større forståelse for, hvorfor den voldsudsatte handler, som hun gør, fx hvorfor hun holder folk ude, eller hvorfor hun bliver i det voldelige forhold. En del af de pårørende peger på, at det har givet en ro at få en forståelse for, hvorfor de ikke altid kan hjælpe den voldsudsatte med at bryde med volden. Forståelsen af den voldsudsattes situation er således ofte første skridt på vejen til, at de pårørende kan hjælpe og støtte den voldsudsatte i den konkrete situation. Som det udtrykkes af en pårørende i citatet nedenfor:

*Men hvordan håndterer vi det her bedst? De har nogle modeller, der forklarer, hvordan er hendes verden, hvorfor kunne hun ikke lave en aftale med mig om tre dage, hvordan er det at være inde i hendes hoved, så kunne jeg bedre forstå hende og arbejde med det. (Pårørende)*

Rådgivningen giver generel indsigt i de voldelige dynamikker samt mere konkrete værktøjer og redskaber til, hvordan de pårørende skal forholde sig til den voldsudsatte. Dette har både givet de pårørende en tro på, at de kan gøre en forskel for den voldsudsatte kvinde, og en bedre forståelse for, hvordan de konkret handler i nærvær med den voldsudsatte. Figur 30 nedenfor viser de pårørendes udbytte af rådgivningen efter endt forløb. Figuren viser, at 98 pct. af de pårørende i høj eller nogen

grad mener, at de bedre forstår mekanismerne bag den voldelige relation, mens alle 100 pct. af de pårørende tror på, at de i høj eller nogen grad kan gøre en forskel for den voldsudsatte. Herudover mener 89 pct., at de ved, hvad de skal gøre fremover, når de er sammen med den voldsudsatte. Til dette spørgsmål svarer 11 pct. ’hverken/eller’ eller ’ved ikke’.

**Figur 30: I hvilken grad har forløbet gjort dig bedre til:**



(n = 35)

Ifølge de pårørende er det sværeste at støtte den voldsudsatte samt at hjælpe hende med at bryde med volden. En af de pårørende i indsatsen fortæller, hvordan rådgiveren hos Sig det til nogen gav konkrete formuleringer og sætninger, hun kunne tage i brug, når hun prøvede at hjælpe den voldsudsatte. En stor del af de pårørende opnår derigennem i højere grad at kunne tale med den voldsudsatte og støtte hende i den voldelige situation:

*Når jeg er sammen med min søster, ved jeg, om jeg skal gå til højre og venstre, jeg har haft lyst til at være mere direkte og konfrontere hende, men jeg giver hende mere plads og rum nu, for så er der større sandsynlighed, for, at hun ikke lukker ned. (Pårørende)*

Den pårørende fortæller, at hun efter flere samtaler med rådgiveren fra SDTN hjalp sin søster med at bryde med volden. Hun peger på, at hun hverken havde haft den nødvendige viden eller styrke til at hjælpe den voldsudsatte søster, hvis det ikke havde været for rådgivningen hos SDTN.

Både de pårørende selv og indsatsens fagprofessionelle peger på, at flere pårørende efterspørger yderligere rådgivning og støtte. På trods af at indsatsen ikke har haft en lang venteliste eller stor efterspørgsel, har de pårørende, som har søgt støtte, ofte været dybt påvirkede af den vold, deres nærmeste oplever. SDTN’s projektleder peger på, at rådgivningen for de pårørende udgør et vigtigt

element, der godt kunne få endnu mere vægt, da det har en særlig forebyggende karakter for de voldsudsatte:

---

*Ja, de er faktisk de mest interessante. Jeg gad godt, at vi gjorde noget mere ud af dem. De fleste pårørende har det meget skidt. De er frustrerede over, at de ikke kan hjælpe deres børn, så vi prøver at give dem en forståelse af, hvorfor det er så svært at bryde med volden. De får nogle redskaber til at kunne stå ved siden af kvinden i stedet for at trække hende eller skubbe hende. De bliver nødt til at stå ved siden af for at kunne hjælpe. Det er jo også forebyggende, det er vigtigt for at kunne hjælpe tidligere, men det kræver, at de ved, hvad det er, de står i. (Projektleder)*

---

## 7. Sig det til nogen som tilbud

I dette kapitel gennemgås nogle af de forhold, der særligt kendetegner Sig det til nogen som tilbud. Det sættes i en bredere kontekst, hvor der perspektiveres til andre tilbud. Samtidig gennemgås de væsentligste barrierer, som tilbuddet har mødt, og vi sætter ord på kvindernes ønsker til støttebehov, som ikke er dækket hverken af Sig det til nogen eller andre tilbud p.t.

### 7.1 Særlige styrker ved tilbuddet

Som det fremgår af evalueringen, når kvinderne i meget høj grad projektets virkningsmål. De får en bedre forståelse for deres situation, får redskaber til at håndtere den, en forøget trivsel og tro på egne evner og ressourcer. Desuden peger evalueringen på, at kvinderne bliver mindre udsat for vold i indsatsperioden. Dermed opnår projektet, med en relativt kort og ambulante (dvs. billig) indsats, at rykke kvinderne rigtig meget. Dette må siges at være en særlig styrke.

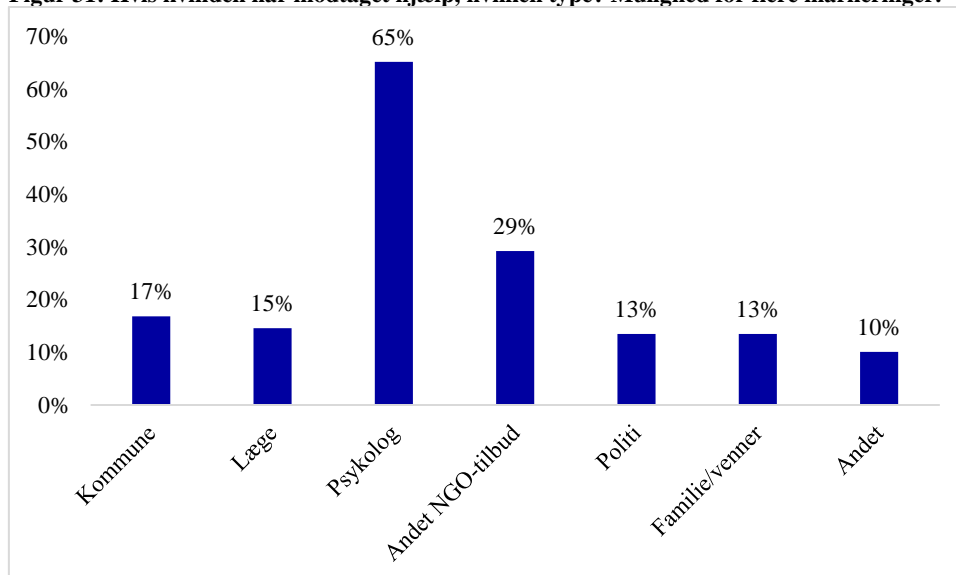
Projektet havde til mål at nå ud til flere kvinder, herunder også til målgrupper, der ikke tidligere er blevet nået. Dette er også i høj grad lykkedes. Kvinderne i Sig det til nogen er gennemsnitligt mere ressourcestærke end kvinderne i krisecentrene. Både medarbejderne og kvinderne selv fortæller, at kvinderne i Sig det til nogen ikke ser sig selv som nogen, der hører til på krisecenter. Et ambulante rådgivningstilbud, som ligger uden for krisecentret, har derimod fået dem til at søge hjælp. Dermed er der en særlig styrke i, at det lykkes for projektet at nå en anden målgruppe.

En helt afgørende styrke ved Sig det til nogen er den specialiserede viden om vold, det vil sige den voldsfaglighed, som både rådgivere og psykologer besidder. Voldsfagligheden indebærer, at rådgivere og psykologer har en indgående viden om partnervold og de særlige dynamikker, der gør sig gældende i den forbindelse, herunder reaktionsmønstre hos henholdsvis voldsudøver og -offer samt de typiske følger for offeret. Det er via voldsfagligheden, at rådgivere og psykologer kan efterleve de opstillede principper for indsatsen, herunder fx at tage udgangspunkt i kvindens ståsted, respektere og anerkende kvinden samt arbejde meget specifikt med volden.

For at belyse, hvordan tilbuddet i Sig det til nogen adskiller sig fra andre tilbud, har vi undersøgt, hvilken hjælp kvinderne tidligere har modtaget, og hvordan de har oplevet den hjælp.

Halvdelen af de kvinder, som deltager i Sig det til nogen, har tidligere modtaget hjælp andre steder fra. Af figur 31 fremgår det, hvilken hjælp kvinderne har modtaget. Det ses, at 65 pct. af de kvinder, som tidligere har opsøgt hjælp til volden, har opsøgt en psykolog, mens 29 pct. har modtaget hjælp i et andet NGO-tilbud, og 17 pct. har opsøgt en kommune.

Figur 31: Hvis kvinden har modtaget hjælp, hvilken type? Mulighed for flere markeringer.



(n = 89)

I interviewene med rådgivere og psykologer har flere en oplevelse af, at kvindernes socioøkonomiske baggrund er medvirkende til, at de i første omgang opsøger en privat psykolog. En af projektets psykologer udtrykker dette i følgende citat:

---

*Vi har jo en anden målgruppe end på krisecentret. De er mere ressourcestærke, og mange af dem har været ude i byen og forsøgt at finde psykologer, men det har altså været nogen uden en specialiseret voldsfaglighed. (Psykolog)*

---

Det samme billede genkender en af projektets rådgivere:

---

*Og de kvinder, som kommer i SDTN, de er direktører i eget firma, og de ser ikke sig selv hos kommunen. Så vil de hellere købe en privat psykolog, som ikke har forstand på voldsdynamikker. (Rådgiver)*

---

Der er dog også kvinder, som udtrykker, at de ikke har kunnet finde tilbud og derfor ikke tidligere har fået hjælp, da det af ressourcemæssige årsager ikke har været muligt at benytte psykolog.

Som det fremgår af citaterne, lægger de fagprofessionelle i Sig det til nogen vægt på, at de privatpraktiserende psykologer typisk ikke har en særlig voldsfaglighed. Dette billede ses også blandt kvinderne selv, når de fortæller om den hjælp, de får eller tidligere har fået. Der er således mange af kvinderne, der netop påpeger psykologernes manglende viden om vold, som har betydet, at de ikke fik den hjælp, de havde brug for. Det er ikke fordi, at de anser psykologerne for at være dårlige til deres arbejde, og flere nævner også, at de kan hjælpe dem på andre områder, men specialiseret viden om vold og dermed voldens dynamikker er ikke-eksisterende ifølge kvinderne. Samtlige interviewede kvinder, som har benyttet psykolog, udtrykker dette, men det kommer tydeligst frem i følgende citat:

---

*Jeg har været hos tre forskellige psykologer, og der er ikke nogen af dem, som har kunnet hjælpe. Jeg tror bare, at de kan en masse gode ting, men de er ikke specialiserede, og de forstår det ikke. De kan jo ikke være skarpe på alle ting i hele verden. (Kvinde)*

---

Voldsfagligheden som styrke hænger i høj grad sammen med tilbuddets tilknytning til krisecentre, som er det danske systems epicenter for erfaring med og udvikling af voldsfaglighed. Udover selve voldsfagligheden er det også fremmende, at krisecentrene er veletablerede institutioner i det danske samfund og dermed et kendt sted at henvende sig, hvis man har brug for hjælp på området. Krisecentrene er derfor en naturlig indgang til hjælp og dermed henvisning til tilbuddet. Samtidig kan det også være relevant for rådgivere i tilbuddet at have viden om status på pladser i krisecentret osv. Det er således i høj grad en styrke, at tilbuddet er tæt knyttet til tre lokale krisecentre, som indgår i et fælles arbejde på tværs af landet.

En af lederne fra krisecentret udtrykker netop de styrker ved tilbuddet her:

---

*Styrken, det er, at det er et tilbud, der taler ind i vold. Det er en kæmpe styrke. Og dem, der varetager rådgivningen, har erfaring fra krisecenterområdet. Og så forankringen ind i krisecentret. Og at man ikke sidder alene, fordi så kommer geografien til at spille meget ind. (Leder)*

---

## **7.2 Barrierer i projektet**

De følgende afsnit omhandler barrierer for, at indsatsen lykkes, som de opleves primært blandt de ansatte.

### **7.2.1 Lange ventelister og mangel på plads**

Generelt har der været venteliste til tilbuddet alle tre steder, men særligt i København har det været en udfordring, da ventelisten betyder, at kvinder skal vente op imod tre måneder, før de kan komme til. Det kan også komme til udtryk ved ventetid på gruppe- eller psykologsamtaler, hvis man som bruger har behov for det efter rådgivningsforløbet. Den første ventetid er særlig problematisk, idet vi ved, hvor svært det er for målgruppen at række ud og opsøge hjælp. Det er en udfordring i forhold til målgruppen, men også frustrerende for medarbejderne ikke at kunne være tilgængelige hurtigt nok, når nu de netop arbejder i et ambulans tilbud. Det har betydning for medarbejdernes trivsel.

Tilbuddets succes og den ekstra bevilling har betydet, at projektet har flyttet lokaler i København en enkelt gang og nu skal til at flytte igen. Det er en udfordring at finde hensigtsmæssige lokaler på en central adresse i København inden for projektets relativt begrænsede økonomi.

### **7.2.2 Visitation er en krævende opgave**

Visitation til tilbuddet, og hvilke arbejds gange som er mest hensigtsmæssige, fylder også meget. Først og fremmest tager visitationen meget tid. I flere tilfælde modtager rådgivere en mail, et opkald eller en henvisning fra andre i krisecentret. De skal så tage stilling til kvindens historie, om hun er i målgruppen, og hvornår der er tid. Det kan også være svært at få fat i kvinden, hvis hun ikke selv har

ringet op. Der er således meget administrativt arbejde omkring det. Derudover er visitationen yderst krævende fra et mere menneskeligt perspektiv, da man også her hører kvindernes historier og virkelig har mange forskellige historier inde på livet samtidig. Projektlederen forklarer her, hvad der er på spil:

---

*Visitationen bliver stadig set som noget meget belastende. Det handler om, at vores rådgivere jo kommer til at sidde med alle de her historier i hovedet. På krisecentret er der færre familier, og de er der i længere tid. Her i det ambulante får rådgivere mange historier, der er mange løse ender og mange ting, som man skal følge op på. (Projektleder)*

---

Det har i en periode været projektlederen, der har forestået visitationen i Danner, hvilket har afhjulpet barrieren ved at mindske presset på rådgiverne. Der er dog enighed i projektgruppen om, at det fagligt set er bedst, at rådgiverne varetager visitationen, for at sikre en god kontinuitet i forløbet.

### **7.2.3 Tilbuddets rammebetingelser**

Geografiske afstande opleves som en barriere. Særligt i Randers oplever de, at brugerne kommer langvejs fra, fx fra Sønderjylland og Nordvestjylland. Det siger dels noget om behovet for ambulant rådgivning, dels noget om brugernes udbytte, når de kontinuerligt kører mange timer for at få samtaler i Sig det til nogen. Tidsforbruget for brugerne kan være en barriere, men økonomisk kan det også være en barriere for nogle, som ikke har råd til at bruge pengene på transport frem og tilbage til tilbuddet.

Herudover nævnes de afsatte timer til psykolog i tilbuddet. Særligt for psykologerne i Randers og Ringsted, som har få timer i alt, er det en udfordring, dels at have tider nok til brugerne, dels at deltage i de fælles aktiviteter i projektregi, som er fremmede for udviklingen og afprøvningen af indsatsen.

Åbningstider nævnes som en potentiel barriere, da flere brugere gerne vil have samtaler uden for normal arbejdstid. Det er fx ikke muligt i Randers, da rådgivernes arbejdstid til projektet er fastlagt primært til dagtimerne.

## **7.3 Andre støttebehov**

Brugerne er som tidligere beskrevet virkelig taknemmelige for hjælpen, de får i Sig det til nogen, og får også et positivt udbytte jf. kapitel 6. Der er imidlertid støttebehov, som ikke dækkes via det nuværende tilbud, og idéer til, hvordan man kunne gøre henholdsvis tilbuddet eller arbejdet med partnervold i Danmark endnu bedre.

### **Mulighed for flere samtaler eller efterforløb**

Enkelte af brugerne nævner, at de godt kunne tænke sig mulighed for endnu mere terapi. Disse efterlyser flere samtaler med psykologen, da det kan være stressende med et fast antal samtaler, hvilket kan hæmme chancen for at arbejde med sig selv. Dette fremgår af følgende citat:

---

*Altså, hvis jeg skulle have pengepungen frem og sammensætte et forløb, så ville jeg helt sikkert gøre det, som det er nu. Men bare med alle de psykologtimer, man har brug for, så man selv sagde til, når man følte sig klar, i stedet for at sidde og tælle gangene og få angst over det. (Bruger)*

---



For mange kvinder handler ønsket om flere samtaler om, at de er bange for, at de ikke er klar til at stå på egne ben:

---

*Jeg er lidt bange for, når hun slipper mig om lidt. Jeg håber, at hun går selvstændigt, så jeg kan betale for flere timer. (Kvinde).*

---

I citatet henviser kvinden til sin psykolog hos Sig det til nogen. Hun håber på, at hun kan betale for flere private timer hos psykologen, så hun ikke skal ud at finde en ny psykolog uden voldsfaglighed ved indsatsens afslutning. En anden kvinde fortæller om sit behov for at have fællesskab med andre kvinder. Kvinden har afsluttet et gruppeforløb hos Sig det til nogen, hvilket hun har været utroligt glad for, og frygter nu at stå alene. Evalueringen peger således på, at de udsatte kvinder efter afsluttet forløb kan være nervøse for at blive ensomme og vende tilbage til den voldelige partner. Dette er nok ikke unikt for Sig det til nogen, da afslutning i et givent forløb vil kunne føre til disse tanker.

Der er også pårørende, som ønsker sig mere tid med rådgiveren for at få snakket det hele mere igennem igen og få mere end blot delt tanker om deres voldsudsatte søster eller datter. For nogle pårørende handler det udelukkende om at kunne spejle sig i andre, fx via gruppeforløb, mens det for andre pårørende handler om håndtering af egne traumer som pårørende. I forhold til begge behov opleves det som svært at finde hjælp.

### **Et værested**

For nogle brugere kunne det være en stor hjælp, hvis de havde mulighed for at komme et sted fysisk, hvor de blot kunne være. Hvor alle vidste, hvorfor de var der (voldsudsat), men ikke nødvendigvis behøvede at samtale om det hele tiden. Det gør sig særligt gældende i de tilfælde, hvor den ambulante rådgivning træder i stedet for et ophold på krisecenter. Som en af kvinderne udtrykker det her:

---

*Det ville være rart at kunne komme herind i dagtimerne og snakke med nogen eller bare sidde og hækle, for al den tid alene var ret svær. Jeg ved godt, at det stiller store krav til personale osv. Jeg overvejede at flytte herind, primært fordi alle mine venner arbejder i dagtimerne.*

---

Et værested kunne også være en løsning til de kvinder, som er usikre på, om de kan klare at stoppe i Sig det til nogen. På den måde kunne de fortsat have en tilknytning til projektet og et fællesskab uden at modtage rådgivning.

### **Tilbud til børn af voldsudsatte**

Flere brugere efterspørger specifik hjælp til deres børn. Kvinderne oplever at få hjælp, som deres børn også vil kunne få gavn af, men det er svært for kvinderne at skulle videreformidle det hele selv. Et relevant tilbud kunne fx være grupper for børn. Dette behov nævnes desuden også af de pårørende i forhold til offerets børn, som de også har en relation til, fx i kraft af at være bedsteforældre eller moster/faster til børnene. Evalueringen identificerer således et behov for ambulante tilbud til børn af voldsudsatte.

### Mere viden om vold hos myndighederne

Det ville gavne indsatsen på området, hvis fagpersoner hos myndighederne, fx familieafdelingerne, havde mere viden om vold i nære relationer. Ifølge kvinderne mangler langt de fleste sagsbehandlere indsigt i, hvordan volden kommer til udtryk, og hvilke reaktionsmønstre både offer og voldøver har. Derfor får kvinderne ikke altid den rette hjælp, når de henvender sig til fx kommunen.

## 7.4 Fremtid: forventninger og forslag til det fremadrettede arbejde

Forventningerne i projektet er overordnet, at det velfungerende arbejde fortsætter. Projektet viser gode resultater, og der er stor efterspørgsel. Efterspørgslen skaber samtidig et behov for og ønske om at udvide, hvilket er sket i løbet af projektets første år. Hvis der findes finansiering, er det en forventning, at der vil komme yderligere udvidelser i projektperioden.

Der er et ønske om, at de pårørende gerne må komme mere i fokus. Projektgruppen har idéer om forskellige aktiviteter såsom informationsmøder til pårørende med henblik på at nå ud til mange flere. Rådgivning til pårørende handler meget om viden om vold og om, hvordan man som pårørende kan hjælpe den voldsudsatte uden at skubbe vedkommende væk. Et første skridt kunne sagtens være et informationsmøde, hvilket ville være tilstrækkeligt for en del pårørende, og en indledning til et kortere forløb for andre.

Idet de tilknyttede psykologsamtaler endnu er i deres opstart, er der et fokus på en endnu højere grad af afklaring af snitfladerne mellem rådgivning og psykolog, især i forhold til, hvilke brugere der også skal tilbydes psykologsamtaler, og hvordan visitationen gøres bedst. Som det udtrykkes af henholdsvis en rådgiver og en psykolog:

---

*Det har været svært at finde ud af, hvornår man skulle sende dem. Især én ærgrer jeg mig over ikke at have sendt til psykolog. Men jeg har en bedre fornemmelse af det nu. (Rådgiver)*

*En udfordring er, at det er svært at få visiteret de rette kvinder over til os. Det her med, at kvinden skal have en motivation for at arbejde med sig selv, og de skal være parate til det. Jeg har bl.a. også oplevet, at en kvinde har haft så svær psykisk sygdom, som ikke var relateret til volden. Kvinden var ude af volden, men det viste sig, at hun havde en meget svær OCD, som pegede over i tvangsforestillinger. Og det var det, hun kom til at tale med mig om, og det var jo ikke lige det, der fylder her. (Psykolog)*

---

For at kvalificere snitfladerne mellem psykologer og rådgivere yderligere, er det et opmærksomhedspunkt, at der kan være behov for erfaringsudveksling på tværs af de tre steder.

Med udgangspunkt i midtvejsevalueringens resultater er det ligeledes relevant at drøfte, hvorledes indsatsen i højere grad vil kunne arbejde for at bryde volden tidligere, herunder få rekrutteret flere yngre kvinder, så disse kvinder tidligere i livet får redskaberne til at sætte de rette grænser.

## 8. Datagrundlag og metode

Det følgende afsnit omhandler metoden for indsamlingen af rapportens datamateriale. Datamaterialet består af en række kvantitative data, der er indsamlet blandt de deltagende kvinder samt pårørende. Derudover er der foretaget en række kvalitative interviews med projektets målgruppe samt projektgruppen og de fagprofessionelle i indsatsen.

### 8.1 Kvantitativt datagrundlag

Det kvantitative element af rapporten består af en række datakilder om kvindens karakteristika, ressourcer, trivsel samt en række yderligere forhold indsamlet i systemet StarOnline. Yderligere er der indsamlet data fra pårørende gennem en survey udsendt via SurveyXact. Derudover er der udsendt spørgeskemaer via SurveyXact til kvinder, der har deltaget i psykolog- og gruppeforløbene. Disse er dog ikke medtaget i rapporten grundet lav besvarelse.

#### 8.1.1 Baggrundsdata

Ved oprettelsen af kvinden i Sig det til nogen er der udfyldt en række oplysninger om kvindens karakteristika samt behov for støtte i IT-systemet StarOnline. Disse er udfyldt af rådgiveren i samarbejde med kvinden. I den forbindelse er der indsamlet data på følgende områder:

- Alder og øvrige demografiske oplysninger
- Beskæftigelse og uddannelse
- Børn
- Typen af vold
- Længden af den voldelige relation
- Demografiske oplysninger om voldsudøveren
- Oplysninger om børn
- Tidligere kontakt/hjælp fra andre aktører
- Politianmeldelse af volden
- Kendskab til Sig det til nogen.

Ud af de 203 kvinder, som er blevet oprettet i projektet, er der indsamlet svar fra 185 kvinder. Svarfrekvensen varierer for de enkelte spørgsmål, men ligger mellem 94 og 100 pct.

#### 8.1.2 Empowerment Star

Til at undersøge kvindernes udvikling hen mod et liv uden vold anvendes progressionsmålingen Empowerment Star. I samarbejde med rådgiveren angiver kvinden en værdi på en skala fra 1 til 10, der skal beskrive kvindens opfattelse af egen tilstand samt ressourcer på følgende områder:

- Sikkerhed
- Bolig
- Støttenetværk
- Juridiske forhold
- Helbred og sundhed
- Økonomi
- Børn

- Beskæftigelse og uddannelse
- Empowerment og selvværd.

Indsamlingen er sket i forlængelse af kvindens samtale med rådgiveren ved første samtale samt løbende efter fem samtaler, 10 samtaler osv.

Empowerment Star er opbygget efter en forandringsrejse mod et selvstændigt liv uden vold. Forandringsrejsen består af fem trin, som definerer, hvor langt kvinden er ift. uafhængighed på de ni kerneelementer. Empowerment Star er både et progressionsmåleværktøj og et instrument, der kan hjælpe rådgiveren med at illustrere den helhedsorienterede tilgang og rejsen mod et selvstændigt liv for den voldsudsatte kvinde. Det skal bemærkes, at kvinden er blevet bedt om at forholde sig til de forskellige trin på forandringsrejsen og i samarbejde med rådgiveren vurdere, hvor hun befinder sig på rejsen. Empowerment Star måler således kvindens egen vurdering af hendes aktuelle situation.

I Tabel 2 ses en oversigt over, hvor mange målinger kvinder, der har afsluttet deres forløb i SDTN, og kvinder, der stadig er aktive i forløbet, har fået.

**Tabel 2: Empowerment Star-målinger**

| Antal kvinder     | Måling 1 | Måling 2 | Måling 3 | Måling 4 | Måling 5 |
|-------------------|----------|----------|----------|----------|----------|
| <b>Aktive</b>     | 111*     | 52       | 14       | 5        | 2        |
| <b>Afsluttede</b> | 73       | 59       | 23       | 10       | 3        |
| <b>Totalt</b>     | 184*     | 111      | 37       | 15       | 5        |

\*Én kvinde har delvist udfyldt stjernen.

### 8.1.3 WHO-5-trivselsmåling

For at undersøge en eventuel udvikling i kvindernes trivsel som følge af rådgivningen i SDTN anvendes WHO-5 som trivselsmåling. WHO-5 er udviklet af professor Per Bech for WHO og består af fem spørgsmål om, hvordan testpersonen har haft det i de seneste to uger<sup>19</sup>. WHO-5 kan således siges at give et konkret billede af en kvindes trivsel i de sidste to uger. I Tabel 3 ses de fem spørgsmål, som bruges til at udregne kvindens trivsel:

**Tabel 3: WHO-5-spørgsmål**

| I de sidste 2 uger...                   | Hele tiden | Det meste af tiden | Lidt mere end halvdelen af tiden | Lidt mindre end halvdelen af tiden | Lidt af tiden | På intet tidspunkt |
|---|------------|--------------------|----------------------------------|------------------------------------|---------------|--------------------|
| ... har jeg været glad og i godt humør  | 5          | 4                  | 3                                | 2                                  | 1             | 0                  |
| ... har jeg følt mig rolig og afslappet | 5          | 4                  | 3                                | 2                                  | 1             | 0                  |

<sup>19</sup> Region Sjælland: ”Broen til bedre sundhed: Materialer”.

|  |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|
| ... har jeg følt mig aktiv og energisk                           | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
| ... er jeg vågnet frisk og udhvilet                              | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |
| ... har min dagligdag været fyldt med ting, der interesserer mig | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |

WHO-5 udregnes hertil som en sammenlægning af scoren (0-5) fra de fem spørgsmål ganget med 4. Dette giver en samlet værdi mellem 0 og 100. På baggrund af den samlede værdi inddeles testpersonerne i tre grupper, der informerer om deres trivsel:

- 0-35: Testpersonen ligger væsentligt lavere end gennemsnittet for resten af befolkningen. Resultatet tyder på, at testpersonen ikke er på toppen, og der kan være en reel risiko for, at testpersonen lider af depression eller langvarig stress. Testpersonen bør overveje at søge hjælp hos sin læge for at få det undersøgt.
- 36-50: Testpersonen ligger lavere end gennemsnittet for resten af befolkningen. Resultatet tyder på, at testpersonen nok ikke har det helt godt. Vær opmærksom på, om testpersonen får det bedre eller værre, og søg evt. læge, hvis testpersonen får det værre.
- Over 50: Testpersonen ligger her inden for gennemsnittet for resten af befolkningen, som er 68 med en nedre grænse omkring 50.

WHO-5-målingerne er udfyldt af rådgiveren sammen med kvinden i forbindelse med målingen af Empowerment Star. Trivselsmålingen er således foretaget ved første, femte, tiende m.v. samtale. Målingerne er registreret i StarOnline. Antallet af målinger, som kvinderne har udfyldt, kan ses i Tabel 4.

**Tabel 4: WHO-5-målinger**

| Antal kvinder | Måling 1 | Måling 2 | Måling 3 | Måling 4 | Måling 5 |
|---------------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Aktive        | 106      | 52       | 13       | 5        | 2        |
| Afsluttede    | 73       | 59       | 23       | 10       | 3        |
| <b>Totalt</b> | 179      | 111      | 36       | 15       | 5        |

#### 8.1.4 Øvrige og afsluttende spørgsmål

I tillæg til Empowerment Star og WHO-5 har de deltagende kvinder udfyldt en række øvrige spørgsmål om deres aktuelle situation med særligt fokus på den oplevede vold samt påvirkningen deraf. Disse spørgsmål er ligeledes registreret i StarOnline i et samarbejde mellem kvinden og rådgiveren.

Inklusionen af disse spørgsmål gør det muligt at monitorere, om der er sket en mindskning i, hvor mange kvinder der aktuelt er udsat for vold, samt om kvinderne (og eventuelle børn) har fået bedre værktøjer til at håndtere volden. I nedenstående Tabel 5 ses antallet af kvinder, der har udfyldt målingerne.

**Tabel 5: Øvrige spørgsmål om kvindernes situation**

| Antal kvinder  | Måling 1 | Måling 2 | Måling 3 | Måling 4 | Måling 5 |
|--|----------|----------|----------|----------|----------|
| Tænk tilbage på din situation de sidste to uger:<br>Hvor ofte er du blevet udsat for vold? (fysisk, psykisk, materiel, seksuel)                                      | 163      | 95       | 33       | 13       | 5        |
| Tænk tilbage på din situation de sidste to uger:<br>I hvilken grad oplever du, at volden påvirker dig negativt?  | 164      | 96       | 33       | 13       | 5        |
| Tænk tilbage på din situation de sidste to uger:<br>I hvilken grad vurderer du, at dine børn er negativt påvirket af volden? (Kun udfyldt af kvinder, der har børn.) | 163      | 95       | 33       | 13       | 5        |
| I hvilken grad taler du med nogen (udover rådgiverne) om volden?   | 164      | 95       | 33       | 14       | 5        |
| I hvilken grad oplever du at have redskaberne til at undgå vold?   | 150      | 92       | 33       | 13       | 5        |
| I hvilken grad tror du på, at du kommer til at leve et liv uden vold?  | 164      | 95       | 33       | 13       | 5        |

Sluttelig er der blevet indsamlet data fra kvinder, som har afsluttet deres rådgivning i SDTN, hvilket ligeledes er gjort i StarOnline. 84 kvinder er registreret som havende afsluttet deres rådgivning, hvoraf 65 har besvaret eller delvist besvaret de afsluttende spørgsmål. De afsluttende spørgsmål omhandler følgende emner:

- Antal samtaler
- Udbytte af rådgivning
- Nuværende risiko for vold
- Den nuværende volds karakter
- Eventuel ændring i synet på vold.

Derudover har kvinder, der har deltaget i psykolog- og/eller gruppeforløbet, også besvaret en række afsluttende spørgsmål vedrørende udbyttet af disse aktiviteter. 13 kvinder har besvaret en række afsluttende spørgsmål om gruppeforløbet, mens 5 kvinder har besvaret tilsvarende om psykologforløbet.

### 8.1.5 Pårørendedata

Det kvantitative datamateriale består sluttelig af et spørgeskema udsendt via SurveyXact til deltagende pårørende. De pårørende er blevet stillet 11 spørgsmål om følgende emner:

- Demografiske oplysninger om den pårørende
- Relation til den voldsudsatte
- Kendskab til den voldsudsattes eventuelle hjælp/behandling
- Tidligere kontakt/hjælp fra andre aktører
- Kendskab til Sig det til nogen
- Antal samtaler
- Udbytte af rådgivning.

87 pårørende har modtaget spørgeskemaet, hvoraf 35 pårørende har besvaret eller delvist besvaret surveyen. Det giver således en svarprocent på 40. Svarprocenten er en del lavere end blandt de voldsudsatte kvinder, da deres besvarelser er udfyldt ved selve rådgivningen, mens de pårørende har fået tilsendt surveyen efter endt rådgivning.

## 8.2 Kvalitativ dataindsamling

Rapportens kvalitative datagrundlag består af i alt 22 interviews med deltagende kvinder og pårørende samt rådgivere, psykologer, krisecenterledere og projektlederen. Alle interviews er udført ansigt til ansigt bortset fra to interviews med pårørende, der er udført telefonisk. Tabel 6 giver et overblik over de indsamlede interviews:

**Tabel 6: Overblik over kvalitative data**

| Interviews       | Danner   | Randers  | Ringsted | Totalt    |
|------------------|----------|----------|----------|-----------|
| Kvinder          | 3        | 2        | 3        | 8         |
| Pårørende        | 1        | 1        | 1        | 3         |
| Rådgivere        | 2        | 2        | 1        | 5         |
| Psykologer       | 1        | 1        | 1        | 3         |
| Krisecenterleder | 1        | 1        | 1        | 3         |
| Projektleder     | 1        |          |          | 1         |
| <b>Totalt</b>    | <b>9</b> | <b>7</b> | <b>7</b> | <b>23</b> |

### 8.2.1 Udvalgelse af interviewpersoner

I udvælgelsen af kvinder og pårørende er der anvendt en gatekeeper-metode, hvor rådgiverne har udvalgt kvinder og pårørende, som de har vurderet var egnede til at deltage i interviews. Herefter har rådgiverne enten aftalt tidspunkt for interviewet med kvinden eller videregivet kvinden eller den pårørendes kontaktinformation til Oxford Research efter at have fået samtykke hertil. Gatekeeper-

udvælgelse er særlig relevant i forbindelse med dette projekt, da indsatsen vedrører et særdeles følsomt og personligt emne. Af den grund har det været nødvendigt at sikre, at interviewpersonerne er trygge ved at tale om deres deltagelse i SDTN, hvilket rådgiverne har haft mulighed for at vurdere.

De interviewede kvinder adskiller sig en smule fra den samlede gruppe af kvinder i indsatsen. Først og fremmest havde størstedelen af de interviewede kvinder brudt med volden. Disse kvinder blev udvalgt af sikkerhedsårsager samt efter deres generelle sårbarhed og evne til at fortælle og tale om deres situation og oplevelser. Herudover havde størstedelen af de interviewede kvinder afsluttet rådgivningen hos Sig det til noget eller var tæt på. Disse kvinder var udvalgt, da de bedre giver et samlet billede af indsatsen og dens virkning.

For interviewene med projektgruppen har der ikke været tale om en egentlig udvælgelse, da alle medlemmer af gruppen er blevet interviewet.

### **8.2.2 Metode for interviews**

Samtlige interviews er udført som semistrukturerede interviews. Det betyder, at interviewerens har anvendt en interviewguide med en række på forhånd nedskrevne spørgsmål og tematikker. Samtidig har det været muligt for interviewerens at undlade eller tilføje spørgsmål undervejs i samtalen for dermed at kunne forfølge interviewpersonens perspektiver. Interviewguiden har som formål at sikre, at de samme tematikker bliver afdækket i samtlige interviews, for at garantere konsistens på tværs af de forskellige interviews.

Interviewene med de deltagende kvinder og pårørende har haft til formål at afdække, hvorvidt indsatsen har haft de ønskede resultater, samt undersøge, om der er faktorer, der hæmmer eller styrker indsatsens resultater. Interviewguiden til både kvinderne og de pårørende har således givet begge grupper mulighed for at identificere, hvilke aspekter af rådgivningen de oplever som hjælpsomme eller mindre hjælpsomme i forhold til deres situation.

Formålet med interviewene med rådgivere, psykologer, krisecenterledere og projektlederen har været at få dybdegående viden om gruppens hidtidige erfaring med implementeringen af projektet samt de afledte resultater. Derudover har interviewene bidraget til at afdække aspekter af indsatsen, der bidrager til eller vanskeliggør indsatsens resultater. Interviewguiderne for de forskellige medlemmer af projektgruppen er i høj grad opbygget ens. Dog er der for hver faggruppe inkorporeret en række fagspecifikke spørgsmål, således at det er muligt at dykke dybere ned i de enkelte delelementer af indsatsen.