

Det ved vi om
**Udøvere af
stalking**

2021



Dansk Stalking Center



Publiceret august 2021

Udarbejdet af Dansk Stalking Center og Oxford Research.

Kan citeres ved angivelse af kilde.

1

Indledning

For at forstå stalking som fænomen er viden vigtigt. Viden er samtidig altafgørende, når der skal findes løsninger på at stoppe stalking og iværksættes tiltag såsom sociale tilbud.

Generelt er stalkingområdet et felt, der i forhold til undersøgelser og forskning er relativt uafdækket. Denne rapport skal derfor ses som et bidrag til netop at skabe ny viden omkring stalking og i særdeleshed viden om udøvere af stalking. Rapporten tager udgangspunkt i Dansk Stalking Centers erfaringer og dataindsamling. Målet er at give et billede på, hvem der udøver stalking, hvad de har med sig i rygsækken, og hvilken forandring behandlingen kan medføre.

Siden 2015 har 120 personer, der udøver stalking, været i kontakt med Dansk Stalking Center. Blandt disse har to ud af tre indgået i et samtaleforløb ved en psykolog. Centret tilbyder psykologbehandling til stalkingudøvere ud fra et mål om at stoppe stalkingen og herved hjælpe de udsatte, og også udøverne, til et liv uden stalking. Både international forskning (Rachel D. MacKenzie and David V. James (2011), McEwan, T.E. & Ducat, L. (2016)) og centrets erfaringer peger på, at terapeutiske behandlingsforløb i denne sammenhæng ofte er et relevant redskab. Derudover er erfaringen også, at de udøvere, som Dansk Stalking Center møder, udgør en gruppe, hvoraf mange oplever generelle, trivselsmæssige og/eller psykiske udfordringer, hvorfor behandlingen i høj grad også forebygger social udsathed.

“ STALKING ER EN SYSTEMATISK RÆKKE AF KONTAKTFORSØG OG ADFÆRD, SOM ER UØNSKET OG VEDVARENDE, OG SOM OPLEVES GRÆNSEOVERSKRIDENDE OG INTIMIDERENDE FOR DEN UDSATTE.

DEFINITION DANSK STALKING CENTER

Datagrundlag og indsamling

Rapporten tager udelukkende afsæt i gruppen af stalkingudøvere, som Dansk Stalking Center har været i kontakt med, og som har ønsket at bidrage til dataindsamlingen. For gruppen gælder, at de alle frivilligt har indgået i et behandlingsforløb. Rapportens kvantitative data udgøres således af spørgeskemabesvarelser udfyldt i forbindelse med behandlingsopstart og -afslutning. Spørgeskemaerne indeholder demografiske oplysninger, trivselsmæssige afdækninger, psykologiske test samt forskellige perspektiver på motivation, udbytte m.m. På grund af forskellige praktiske omstændigheder såsom ændringer i de stillede spørgsmål, manglende besvarelser m.m. kan datagrundlaget i løbet af rapporten indeholde et forskelligt antal respondenter. Antallet af respondenter vil derfor fremgå ved de specifikke grafer og tabeller (angivet ved 'N='). De kvantitative data suppleres i rapporten af kvalitative perspektiveringer fra psykologer, der arbejder med udøvere i Dansk Stalking Center, samt udtalelser fra udøverne angivet i forbindelse med spørgeskemaundersøgelser.

MED ET KVANTITATIVT AFSÆT VIL RAPPORTEN TEGNE ET BILLEDE AF, HVEM DER UDØVER STALKING, HVAD DE HAR MED SIG I RYGSÆKKEN, OG HVILKEN FORANDRING BEHANDLINGEN SYNES AT MEDFØRE.

Læsning af rapporten

Denne rapport er udarbejdet af Dansk Stalking Center i samarbejde med Oxford Research med det formål at generere viden om udøvere af stalking og behandling af denne gruppe i Dansk Stalking Center. I rapporten lægges derfor vægt på formidling af centrale karakteristika, behandlingseffekter og overraskende sammenhænge. Rapporten indeholder ikke en dybdegående beskrivelse af den datamæssige indsamling eller den metodiske baggrund.

Håbet er, at rapporten kan inspirere til og danne grundlag for yderligere undersøgelser og forskning på området.

Behandling af stalkingudøvere i Dansk Stalking Center

Dansk Stalking Center arbejder ud fra en forståelse af stalking som en særlig type af uønsket adfærd og aktivitet. Adfærden er rettet mod en anden med det formål at skabe en reaktion hos modtageren og herigennem etablere eller genetablere en relation. Det kan også dreje sig om et hævnmotiv. Stalking er ikke en sygdom eller en psykiatrisk diagnose, men en adfærd. Som person er man derfor ikke en stalker, men en udøver af stalkingadfærd. At man aktuelt udøver stalkingadfærd, betyder ikke nødvendigvis, at man tidligere har stalket en anden, eller at man vil komme til at gøre det igen over for en ny person.

Dansk Stalking Center tilbyder gratis hjælp til at stoppe med at stalke. Et samtaleforløb tilrettelægges individuelt og har til hensigt at give værktøjer til at kunne forstå sin egen adfærd samt redskaber til bedre at kunne stoppe op og håndtere følelser og handlinger relateret til ens stalking. Behandlingen af de personer, der stalkes, udføres af psykologer med specialviden inden for stalking og de generative mekanismer, der ligger bag.

2

Beskrivelse af stalkingudøverne

I perioden 2017-2020 har 49 stalkingudøvere som led i deres behandlingsforløb i Dansk Stalking Center besvaret en række spørgeskemaer. Data fra disse er udgangspunktet for denne rapport. Dette kapitel beskriver målgruppens karakteristika og motivationer for behandling.

Karakteristika ved stalkingudøverne

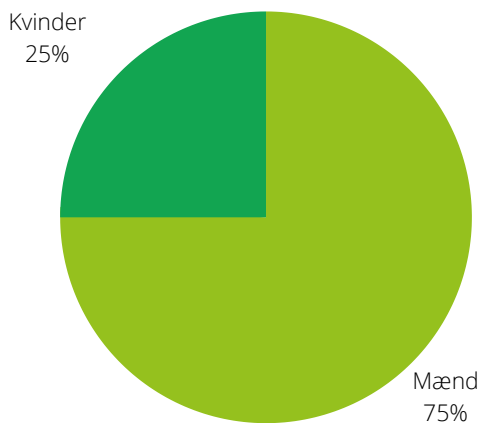
De stalkingudøvere, der har været i behandling i centret, er i 3 ud af 4 tilfælde mænd (Figur 2.1). Udøverne spænder bredt aldersmæssigt og fordeler sig i alderen 17-65 år, hvoraf den største andel (40%) er i alderen 30-40 år. Over halvdelen (55%) af udøverne har børn, og ud af disse svarer hver fjerde, at de har børn med den person, som de stalker.

Omkring 38% af stalkingudøverne er ikke i beskæftigelse og markerer, at de enten er på orlov, sygemeldt, jobsøgende eller på førtidspension. Se figur 2.2.

Til spørgsmålet om, hvorvidt stalkingudøveren tidligere har været i kontakt med en psykolog eller psykiater, svarer 87% ja. Besvarelserne viser derudover, at en femtedel har eller har haft et misbrug i form af bl.a. hash eller alkohol.

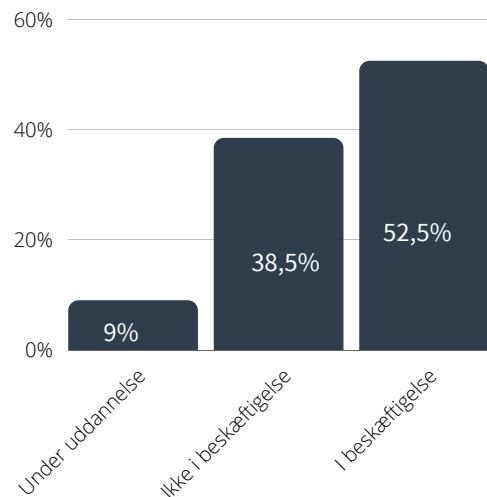
Figur 2.1: Udøvers køn

N=49



Figur 2.2: Beskæftigelsesstatus ved behandlingsopstart

N=49



"Vores erfaring er, at vi har at gøre med en gruppe af mennesker, der er meget forskellige. Nogle er grundlæggende velfungerende, men oplever at være i en livskrise. Andre oplever generelle udfordringer i deres relationer til andre mennesker og besidder, hvad man kan kalde dårlige sociale kompetencer. Og så oplever vi en mindre gruppe, der har en dyssocial personlighedsstruktur eller skizofreni."

Psykolog i Dansk Stalking Center

Karakteristika ved stalkingen

Ved behandlingsforløbets opstart udøver størstedelen aktiv stalking, dvs. at den seneste stalkinghandling er foregået for nyligt. Konkret svarer 84%, at deres seneste kontaktforsøg eller stalkinghandling er sket inden for den seneste måned (Figur 2.3).

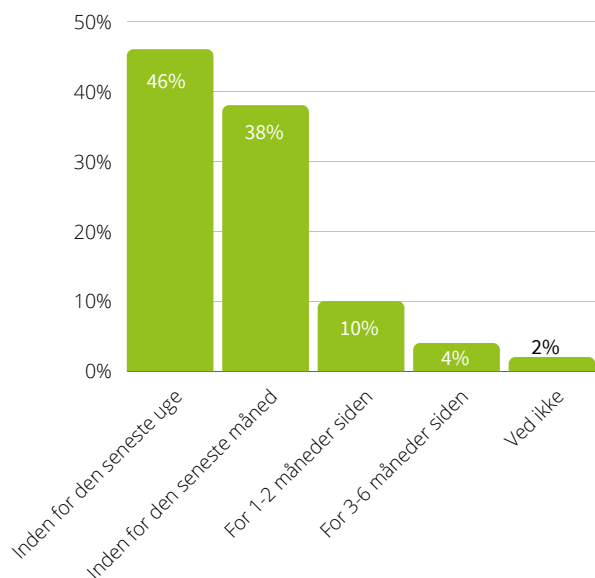
Ser man på, hvem udøveren stalker eller har stalket, er det i overvejende grad (78%) en tidligere partner eller anden tidligere intim relation. De resterende fordeler sig i relations typerne: bekendt, kollega eller helt fremmed.

- **8 ud af 10 stalker en tidligere partner eller anden tidligere intim relation**

Omkring 40% af udøverne har i forbindelse med deres stalkingforløb været i kontakt med politiet. I figur 2.4 ses det, hvilken form for kontakt der er tale om.

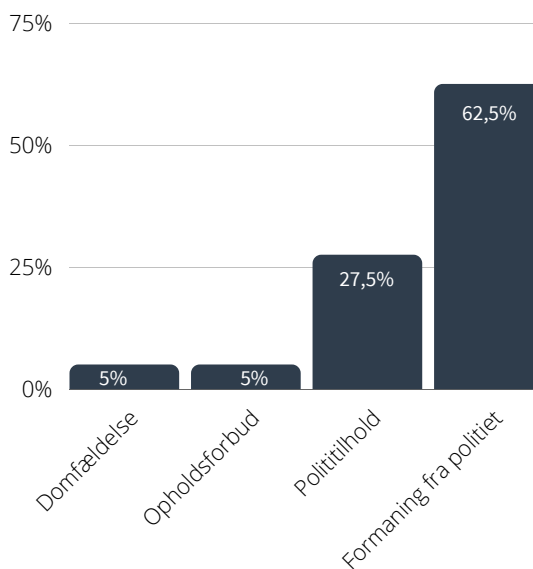
Figur 2.3: Tidspunkt for seneste stalkinghandling ved opstart

N=54



Figur 2.4: Udøvernes type af kontakt med politiet

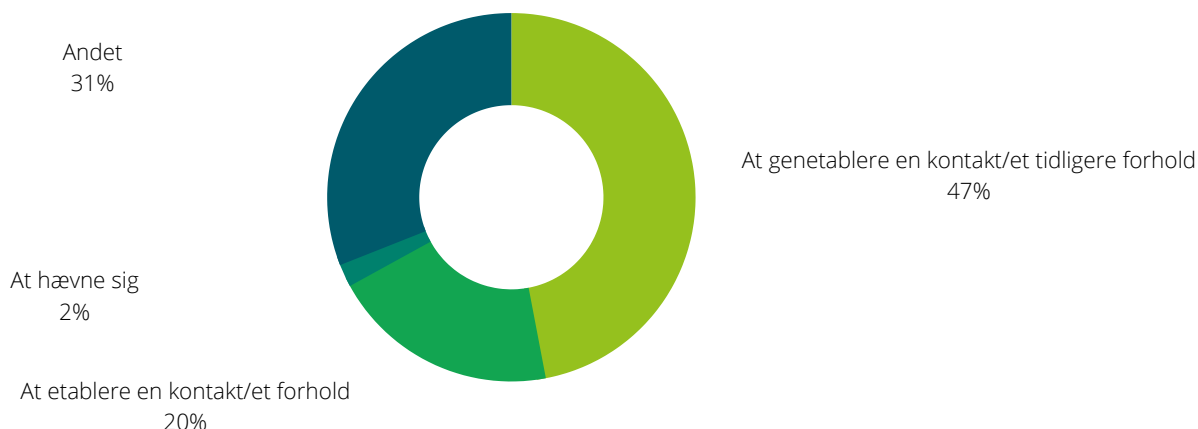
N=18



Til spørgsmålet om, hvad stalkingudøveren ønsker at opnå ved at stalke, svarer knap halvdelen af de adspurgte, at de ønsker at genetablere en kontakt/et tidligere forhold til den udsatte. 20% ønsker at etablere en kontakt/et forhold, og 2% hævne sig. De øvrige 31% svarer 'andet', hvilket ifølge Dansk Stalking Centers erfaring fx kan henvise til et ønske om at opnå vished om den stalkingudsattes færden, herunder fx utroskab. Fordelingen fremgår af figur 2.5.

Figur 2.5: Oversigt over, hvad udøveren ønsker at opnå ved sin stalking

N=54



Psykisk trivsel ved behandlingsstart

For at vurdere udøvernes trivselsniveau og effekten af behandlingen anvendes forskellige redskaber og test. I boksene nedenfor beskrives disse.

Funktionsniveau

Sheehan Disability Scale (SDS)

En selvrapporteringstest til vurdering af ambulante patienters funktionsniveau. SDS måler, hvorvidt der konstateres om nedsat social funktion inden for tre generelle livsområder: *arbejds-*, *fritids-* og *familielivet*. De tre subskalaer måles på en 10-punktsskala fra 0 = 'Slet ikke hæmmet' til 10 = 'meget stærkt hæmmet'.

Angst/depression

Hopkins Symptom Checklist (HSCL-25)

Et måleredskab, der ud fra 25 spørgsmål måler tilstedeværelsen og sværhedsgraden af eventuelle angst- og depressionssymptomer. Symptomerne måles på en 4-punktsskala fra 1 = 'slet ikke', 2 = 'lidt', 3 = 'meget', 4 = 'ekstremt meget'.

Trivsel

Feedback Informed Treatment (FIT)

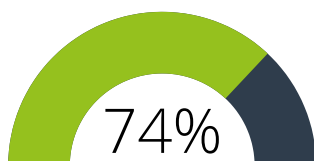
Et dialog- og evalueringsredskab, der fokuserer på effekt og samarbejde. På baggrund af fire spørgsmål (skala fra 0-10) indikeres personens trivsel (ORS) og oplevelser i forbindelse med samtalen (SRS). Scorer man under 25 i ORS, vurderes man at have lavt velbefindende og karakteriseres som klinisk signifikant ift. behandling

Funktionsniveau: Ved opstarten af behandlingsforløb i Dansk Stalking Center bliver udøverne bedt om at vurdere deres eget funktionsniveau ved hjælp af instrumentet SDS. Scorer stalkingudøveren fem eller derover på ét eller flere af de tre livsområder, arbejds-, fritids og famlielivet, vurderes vedkommende til at have en behandlingskrævende funktionsnedsættelse, hvilket betyder, at stalkingen har en funktionshæmmende påvirkning på et eller flere af de primære livsområder.

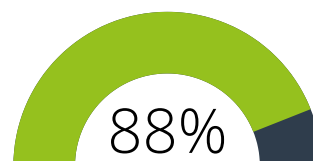
- **Stalkingudøverne har ved opstart generelt dårlig trivsel**
- **Knap 9 ud af 10 vurderes at have en behandlingskrævende funktionsnedsættelse.**

Angst/depression: Gennem brug af testredskabet HSCL-25 bliver niveauet for stalkingudøvernes angst- og depressionssymptomer målt ved behandlingsstart. På baggrund af besvarelserne udregnes en samlet score. Er denne over 1,75, vurderes det, at stalkingudøveren har tilstedeværende symptomer for hhv. angst og/eller depression. Ved opstarten af behandlingen i Dansk Stalking Center vurderes det, at 74% af stalkingudøverne har symptomer på angst og 88% har symptomer på depression.

Figur 2.6: Udøvere, der viser tegn på angst
N=42



Figur 2.7: Udøvere, der viser tegn på depression
N=42



Trivsel: Ved hver samtale i behandlingsforløbet besvarer udøverne spørgsmål relateret til deres trivsel. Ved hjælp af FIT kan man måle stalkingudøverens egen vurdering af deres overordnede velbefindende i forhold til perspektiverne: sig selv (individuel), nære relationer, socialt og generelt. En samlet score på 25 og derunder karakteriseres som signifikansniveau for behandling. Ved opstart har stalkingudøverne en gennemsnitlig score på 16,8, hvilket giver et samlet billede af et grundlæggende lavt trivselsniveau.

"De fleste af dem, der kommer hos os, har det grundlæggende rigtigt skidt. Rigtig mange af dem, vi ser, der slår negativt ud på angst og depression, er dog ofte personer, der fungerer relativt godt på andre områder i deres liv. Derfor giver det god mening at tilbyde psykologbehandling. Dels for at behandle de bagvedliggende psykologiske temaer, der er drivkraften i stalkingen, og dels for at stoppe den sociale deroute, som deres livssituation ofte kan medføre."

Psykolog i Dansk Stalking Center

Dansk Stalking Centers erfaring er, at en stor del af udøvrernes tilstand ved opstarten er præget af dårlig mental trivsel, hvilket fx viser sig i form af en tendens til at være opfarende, ubeslutsom, irriteret, aggressiv og selvbebrejdende. I forlængelse af ovenstående billede af angst og depression er det centrets erfaring, at der for en stor andel af udøvrernes vedkommende er tale om problemstillinger, der understreger psykologbehandlings relevans.

Motivation for at gå i behandling

For at nuancere forståelsen af både udøverne og behandlingen opridses herunder nogle gennemgående temaer for udøvrernes indledningsvise motivation. Temaerne er opsat på baggrund af udøvrernes kvalitative beskrivelser forud for deres behandlingsforløb.

En gennemgående præmis for de udøvere, der har udfyldt spørgeskemaet, er, at de selv har henvendt sig til Dansk Stalking Center, hvilket i sig selv udtrykker en motivation for at ændre den situation, som de er i. Hvorvidt de anskuer deres adfærd som problematisk, er dog ikke entydigt. Ser man på udøvrernes kvalitative beskrivelser for deres motivation ved opstart, er der dog særligt to overordnede tematikker til stede:

- At finde ro, få det bedre og komme tilbage til et normalt liv
- At få redskaber, værktøjer og strategier til at håndtere følelser og handlinger

"Jeg vil gerne have nogle værktøjer og strategier til at stoppe mig selv, længe inden jeg får tanker om at ville tjekke eller kontrollere, hvad min eks-partner foretager sig. Jeg vil gerne kunne stoppe mine impulstanker og min lyst til at opsøge hende. Jeg vil gerne få troen på livet tilbage og på et tidspunkt kunne leve et normalt liv med en ny kæreste og kunne passe mit arbejde."

Stalkingudøver

Grundlæggende er det Dansk Stalking Centers erfaring, at udøvere i høj grad er personer med store emotionelle udsving, hvilket kan påvirke deres motivation for at gå i behandling. Motivationen kan derfor både svinge og ændre sig over tid. Det er derfor et centralt fokus i behandlingen at hjælpe udøvere til at finde en stabil og personlig motivation for både at være i behandlingen og for at stoppe med at stalke.

En anden erfaring er, at udøvere ofte har en begrænset indsigt i, hvilke konsekvenser stalkingen har for den udsatte. Dette perspektiv sættes derfor sjældent i spil af udøveren selv, og har ikke nødvendigvis betydning for deres motivation for behandling.

"Når en person, der stalker, henvender sig til Dansk Stalking Center, er det oftest en ydre faktor, der har fået dem til at stoppe op. Det kan fx være, at de har mistet deres job, har fået et tilhold eller måske direkte har fået at vide af andre, at de skal gå i behandling. I forbindelse med behandlingen er det dog vigtigt også at arbejde med en indre motivation, sådan at det også kommer til at handle om en personlig målsætning som: Jeg vil have det bedre, jeg vil forstå, hvorfor jeg stalker, osv."

Psykolog i Dansk Stalking Center

Udvikling ved behandlingsforløb

03

Data fra Dansk Stalking Center viser entydigt, at stalkingudøvere, der har modtaget psykologbehandling, får det væsentligt bedre. Resultaterne viser samtidig, at en stor andel af udøverne ved afslutningen af behandlingen ikke længere stalker.

Udbyttet af behandlingen er størst hos personer, der har stalket i mindre end et år, hvilket kan underbygge vigtigheden af en tidlig indsats over for stalkingudøvere. I denne rapportes datagrundlag ses ingen statistiske sammenhænge eller forskelle i udbyttet i forhold til, hvorvidt udøveren er i beskæftigelse eller ej, i forhold til udøverens køn og alder i forhold til samt, i forhold til udøverens (tidligere) relation til den udsatte.

Stalkingudøvere i behandling hos Dansk Stalking Center besvarer en række spørgsmål både før og efter behandlingen. Forskellen mellem disse før- og eftermålinger indikerer en positiv udvikling på en række parametre. Der viser sig et billede med følgende positive effekter for mange af stalkingudøverne:

- **Forbedret funktionsniveau**
- **Færre oplever symptomer på angst og depression**
- **Generelt øget trivsel**
- **Størstedelen stopper med at stalke**

Forbedret funktionsniveau

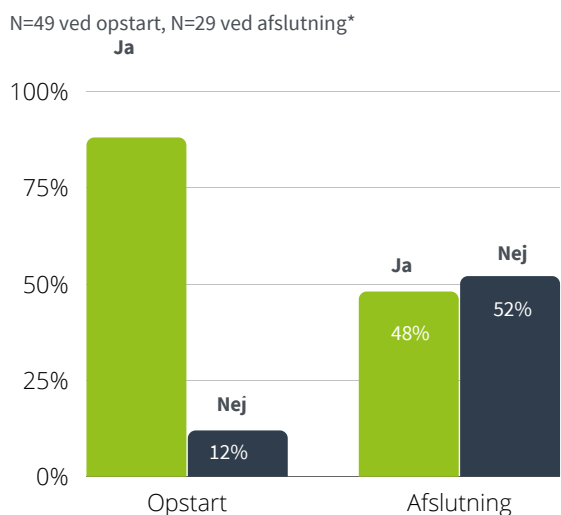
Stalkingudøverne har ved behandlingens start og afslutning fået målt deres funktionsniveau via testredskabet SDS (se beskrivelse heraf på side 4 i rapporten). Scorer stalkingudøveren fem eller derover på et eller flere af de tre livsområder, vurderes vedkommende at have en behandlingskrævende funktionsnedsættelse. Dette antyder, at stalkingen har en funktionshæmmende påvirkning på et eller flere af de primære livsområder. Figur 3.1 (side 9) viser, hvor mange procent af stalkingudøverne, der samlet set har en behandlingskrævende funktionsnedsættelse ved hhv. opstart og afslutning af forløb i Dansk Stalking Center. Målingen viser således, at 88% af stalkingudøverne har en behandlingskrævende funktionsnedsættelse ved indsatsens start, hvilket peger på, at næsten 9 ud af 10 af stalkingudøverne vurderer, at stalkingen påvirker deres liv negativt i et væsentligt omfang.

Ved afslutningen af forløbet er andelen af stalkingudøvere med en behandlingskrævende funktionsnedsættelse faldet til 48%, mens 52% af de afsluttede ikke længere vurderes at have en behandlingskrævende funktionsnedsættelse.

Figur 3.2 udspecificerer stalkingudøvernes gennemsnitlige scorer i forhold til deres familieliv, sociale liv og arbejdsliv ved opstarten og afslutningen af deres forløb i Dansk Stalking Center. Som figuren viser, ligger gennemsnittet ved opstartsmålingen på over 5 på samtlige livsområder, hvilket angiver et behandlingskrævende niveau. En stor del af stalkingudøvere angiver således, at stalkingen i meget høj grad hæmmer dem i både deres familieliv, sociale liv og arbejdsliv. Det sociale liv har den højeste score, hvilket antyder, at dette påvirkes mest. Ved målingen ved afslutningen af forløbet er gennemsnittet på alle tre livsområder faldet til under 5, hhv. 2,8 for arbejdsliv, 3,4 for familieliv og 3,9 for det sociale liv, hvilket viser bedring for gruppen af udøvere ved afslutning, på alle tre områder.

Det billede, som data viser, stemmer i høj grad overens med Dansk Stalking Centers erfaringer. Ved opstarten af behandlingen er der for gruppen ofte konkrete problemstillinger såsom ustabile familierelationer, mistet arbejde, mistet netværk og generel isolation. Eftersom dårlig trivsel i høj grad spiller direkte ind på tilbøjeligheden til at stalke, er den konkrete behandling derfor også rettet mod at øge ressourcerne til at begå sig i dagligdagen og håndtere disse udfordringer.

Figur 3.1: Andel af udøvere med behandlingskrævende funktionsnedsættelse før og efter behandling



Figur 3.2: Gennemsnitlig funktionsniveau hos udøvere før og efter behandlingsforløbet.



*OBS datagrundlaget ved hhv. opstart og afslutning indeholder ikke samme antal respondenter

"Jeg er blevet forstået, jeg er kommet af med en masse vrede, og jeg har mødt forståelse. Hvis jeg skulle have gået med alt det, jeg kom med på mine skuldre i dag, så sad de nede ved gulvet."

Stalkingudøver

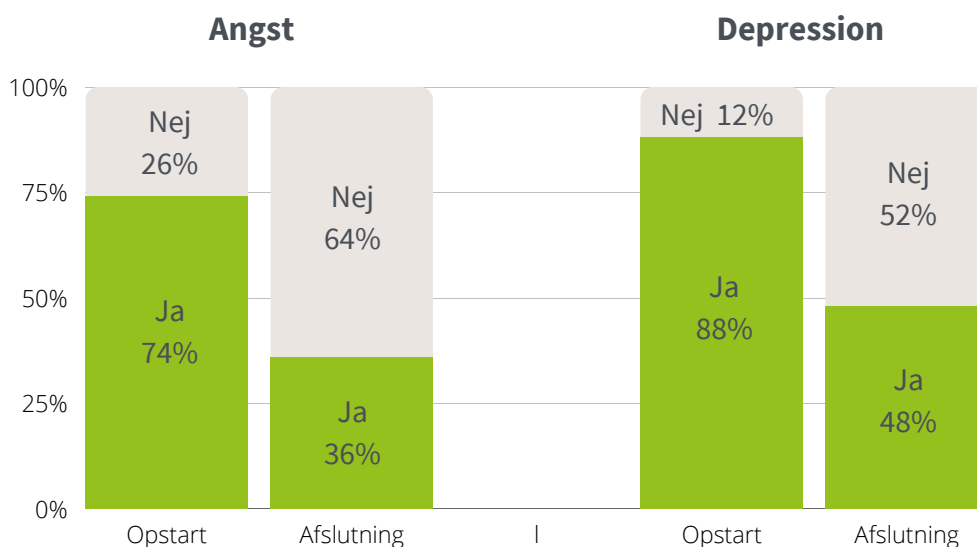
Færre oplever symptomer på angst og depression

Gennem brug af testen HSCL-25 (se beskrivelse heraf på side 4 i rapporten) er stalkingudøvernes angst- og depressionssymptomer blevet målt ved opstart og afslutning af behandlingen. Ved forløbets start har 74% af stalkingudøverne symptomer på angst, mens hele 88% har symptomer på depression.

Figur 3.3 nedenfor viser andelen af stalkingudøvere med symptomer på angst og depression ved opstart og afslutning af deres forløb. Som figuren viser, er andelen af udøvere med symptomer på angst og depression mindre ved afslutning sammenlignet med andelen ved behandlingsopstart. Dette indikerer således, at udøverne gennem behandling opnår øget velbefindende. Læs mere herom i nedenstående afsnit.

Figur 3.3: Fordelingen af udøvere, der lever op til kriterier for angst og depression

N=42 ved opstart, N=25 ved afslutning*



*OBS datagrundlaget ved hhv. opstart og afslutning indeholder ikke samme antal respondenter

Signifikant forskel indikerer positiv behandlingseffekt

Ser man udelukkende på de 25 stalkingudøvere, som har gennemført målinger ved både opstart og afslutning, er gennemsnittet på angstscoren ved opstart på 2,3, mens gennemsnittet ved afslutning er faldet til 1,6. En analyse af denne forskel viser en signifikant forskel (forskellene er signifikante på et 0,001 niveau). Dette indikerer, at stalkingudøvernes symptomer på angst mindskes væsentligt gennem forløbet i Dansk Stalking Center. På samme måde falder gennemsnittet på depressionsscoren fra 2,6 ved opstart til 1,8 ved afslutning. Der er således en statistisk signifikant forskel mellem opstarts- og afslutningsmålingen på både angst og depression. Analysen peger derfor på, at behandlingen kan have en relativ stor indvirkning på tilstedeværelsen af depression og dermed på de psykosocialt afledte effekter af en depressiv tilstand.

Ser man nærmere på gruppen, der ved afslutning af behandlingsforløbet fortsat har angst- og depressionssymptomer, viser data, at denne gruppe sammenlignet med resten i højere grad har haft lange forløb (mere end 15 samtaler). Dette kan indikere, at der er tale om komplekse problemstillinger, der kræver specialiseret længerevarende behandling. Erfaringen i Dansk Stalking Center er i forlængelse heraf, at der fx kan være udfordringer med at fastholde job og socialt netværk. Hertil har stalkingudøverne ofte kontakt til mange aktører, såsom, jobcenter, egen læge og psykiatri, der ofte mangler indsigt, viden og handlemuligheder.

Overordnet øget trivsel

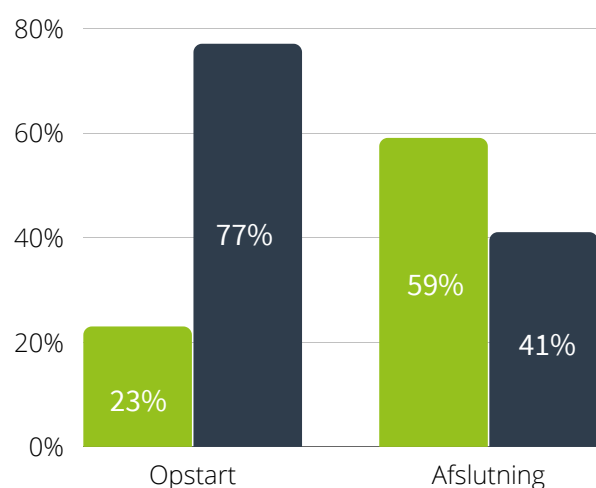
Stalkingudøverne besvarer i behandlingsforløbet FIT-spørgsmål (se beskrivelse heraf på side 4 i rapporten) hvorved der udregnes en gennemsnitlig Outcome Rating Scale (ORS) ved opstarten og afslutningen af behandlingsforløbet. FIT måler effekten af behandlingen ved at indfange den enkeltes egen vurdering af følgende parametre: personlige velbefindende, forhold til nære relationer, sociale funktionsniveau (arbejde, skole, bekendte) og generelle velbefindende. Scorer man under 25, betyder det, at personens velbefindende er behandlingskrævende og derfor karakteriseres som klinisk signifikant.

I figur 3.4 vises andelen af stalkingudøvere, der har en score over og under 25 henholdsvis før og efter behandlingen. Figuren viser, at stalkingudøvere har et signifikant højere velbefindende efter at have været i behandling hos Dansk Stalking Center.

Ser man på den gennemsnitlige udvikling i scoren (figur 3.5) går den fra 16,5 før behandlingen til 26,2 efter behandlingen, hvilket underbygger en signifikant positiv ændring i udøvernes trivsel.

Figur 3.4: Fordeling af score ved FIT

N=39 *

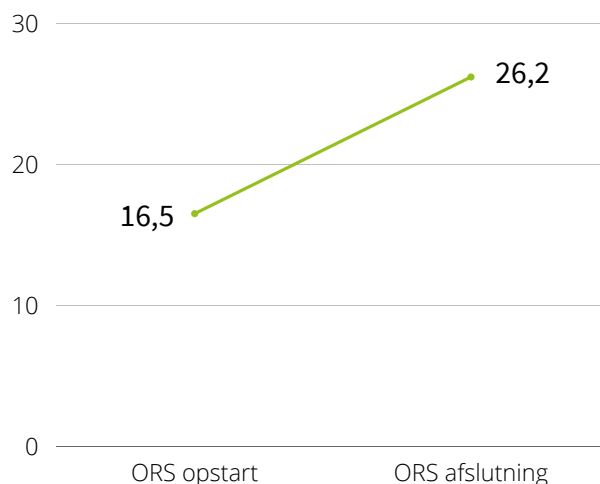


*forskellene er signifikante på et 0,001 niveau

■ Scorer over 25 ■ Scorer under 25 (Klinisk signifikant)

Figur 3.5: Gennemsnitlig ORS ved opstart og afslutning

N=39 *



"Mange fremstår kriseprægede og suicidale, når de starter i et behandlingsforløb i DSC. De beskriver ofte at have mistet kontrollen over dem selv, at være et sted, hvor de ikke kan bunde, eller at have en oplevelse af, at deres normale liv er gået i opløsning. For mange er der tale om, at den situation, de er kommet i fx i forbindelse med en skilsmisse, reaktiverer tidligere svigt, tab og traumer. Jo dårligere man har det, jo sværere vil det være at ændre de mønstre og handlinger, der ligger bag stalkingen. Derfor har et behandlingsforløb fokus på følelsesmæssig stabilisering og skal understøtte en generel trivselsmæssig forbedring."

Psykolog i Dansk Stalking Center

Udøvernes udbytte af behandlingen

Ved afslutning af forløbet bliver udøverne bedt om at angive, hvilke forandringer de har oplevet i deres livssituation som følge af forløbet. Særligt to overordnede temaer er til stede i udøvernes besvarelser:

- **Bedre fysisk og psykisk trivsel, øget selvtillid og mod på livet**
- **Øget indsigt i eget handlingsmønster i forbindelse med stalkingen samt øget kontrol over egne handlinger**
- **Kun 1 ud af 10 svarer nej til spørgsmålet om, de er stoppet med at stalke ved afslutningen af behandlingsforløbet**

"Jeg oplever, at jeg tænker over mine handlinger på en anden måde. Jeg er begyndt at tage mere ansvar for min egen trivsel og situation ved at sætte grænser og selv tage ansvar for en given situation og ved at diktere min retning i de relationer, jeg indgår i. Jeg er begyndt at blive mere tydelig omkring, hvad jeg står for, og hvilke behov jeg har."
Stalkingudøver

Stalkingudøverne svarer også på, hvorvidt de er stoppet med at stalke efter behandlingens afslutning, og om dette sker som følge af forløbet i Dansk Stalking Center. Som det fremgår af figur 3.6., svarer kun 9% nej til at være stoppet med at stalke. 59% svarer, at de er stoppet med at stalke som følge af forløbet, og 32% angiver, at de er delvist stoppet.

Opgørelsen baserer sig på udøverens egen holdning til og forståelse af at være stoppet med at udøve stalking. Referencen, at være delvist stoppet henviser fx til, at udøveren nøjes med at opretholde en afgrænset kontakt eller holder øje uden at kontakte.

Ved afslutningen af behandlingen bliver udøverne også spurgt ind til, hvad de oplever har betydet mest for dem i forløbet i Dansk Stalking Center. De svarer bl.a. følgende:

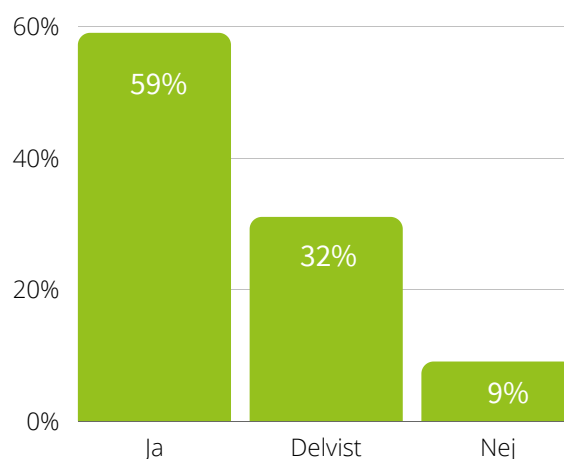
- **At føle sig mødt og forstået over noget, mange beskriver som skamfuldt**
- **At få redskaber til at kunne forstå egne handlinger og stoppe op i pressede situationer**

"Først og fremmest har den måde, jeg er blevet mødt og forstået på gennem samtaleforløbet, betydet meget. Og ikke mindst den tillid og åbenhed, der har været under hele forløbet. For det andet, at jeg har kunnet omsætte redskaberne fra samtalerne til konkret handling og efterlevelse. For det tredje, at jeg har fået tro på mig selv og selvtillid tilbage som menneske, hvor jeg før forløbet var fyldt med skam over mig selv og mine handlinger."

Stalkingudøver

Figur 3.6: Andel af udøvere, der er stoppet med at stalke

N=39



04

Anbefalinger

På baggrund af denne rapport og Dansk Stalking Centers generelle erfaringer med behandling af stalkingudøvere gives nedenstående anbefalinger i arbejdet for at stoppe og forebygge stalking.

1. Behandling er et vigtigt redskab

➤ Stopper aktiv stalking

Psykologbehandling til udøvere er et relevant og effektivt redskab, når det handler om at stoppe stalking. Behandling kan konkret hjælpe udøveren til at stoppe stalkingadfærden og forebygge recidiv.

➤ Forebygger social udsathed

Udøvere af stalking er ofte i dårlig psykisk trivsel, er ofte socialt isolerede og står ofte uden for arbejdsmarkedet. Behandling kan hjælpe til en personlig stabilisering, der understøtter øget trivsel og dermed forebygger social deroute.

➤ Styrker relationsopbyggende kompetencer

Behandling styrker udøvernes interpersonelle kompetencer og dermed den individuelle forudsætning for at indgå i konstruktive relationer med andre mennesker, hvorved risikoen for recidiv og nye stalkingforløb forebygges.

2. Tiltag, der kan supplere behandlingen

➤ Specialiseret intervention og hurtig indsats

Stalking er et alvorligt og komplekst problem, der kræver specialiseret intervention og viden. Hurtig handling er en vigtig faktor, der både kan være afgørende for at undgå evt. eskalering og øger muligheden for helt at stoppe stalkingen.

➤ Lovgivning

Juridiske sanktioner for stalking kan ikke stå alene. Behandling skal derfor ses som en del af løsningen og medtænkes i de juridiske processer.

➤ Kommunikation og viden

Oplysning om stalking og kendskab til hjælpemulighederne er altafgørende for en effektiv indsats. Det gælder for civilbefolkningen, men i særdeleshed fagpersoner i kommune, politi og sundhedsvæsen.

➤ Metodeudvikling og forskning

For at sikre og forankre behandlingsindsatsen er det vigtigt fortsat at udvikle det metodemæssige perspektiv, samt at igangsætte forskningsaktiviteter, som kan opsamle og genere viden.

Om Dansk Stalking Center

Dansk Stalking Center er en selvstændig og uafhængig interesseorganisation, der har til formål at hjælpe alle, som er berørt af stalking. Det er foreningens mål at forebygge og stoppe stalking, at oplyse om stalking samt at bedrive fortalervirksomhed og derved arbejde for at forbedre vilkårene på stalkingområdet.

Dansk Stalking Center er Nordens første og eneste center, der arbejder specialiseret med stalking. Hvert år modtager centrets telefonrådgivning omkring 1.600 opkald fra personer berørt af stalking. Derudover hjælper centret over 500 stalkingudsatte, udøvere og pårørende i form af samtale- og rådgivningsforløb i centrets specialiserede intervention.

Læs mere om centrets tilbud for hjælp og rådgivning på:

danskstalkingcenter.dk