Dansk Stalking Center

2025 • Det ved vi om

STALKINGUDØVERE

Dansk Stalking Center

Dansk Stalking Center er en uafhængig interesseorganisation, der arbejder for at forebygge og stoppe stalking gennem viden, oplysning og støtte til mennesker, der er berørt.

Vi arbejder fagligt, politisk og juridisk for, at samfundets institutioner griber ind over for stalking. Samtidig støtter vi mennesker, der er udsat, gennem rådgivning og behandling. Dertil tilbyder vi også behandling til personer, der udøver stalking, med henblik på at ændre deres adfærd.

Vi har specialiseret os i stalking som voldsform. Hvert år gennemfører vi over 5.000 samtaler, rådgivninger og behandlinger til både udsatte, pårørende og udøver.

Dansk Stalking Center
Emdrupvej 28a, 4 sal
2100 København Ø

Telefon: 60 56 73 74
kontakt@danskstalkingcenter.dk
www.danskstalkingcenter.dk

Publiceret oktober 2025.

Kan citeres ved angivelse af kilde.

Indhold

Introduktion 3

Stalkingudøvere 5

Behandling 10

Forebyggelse og samarbejde 15

Anbefalinger 17

Litteraturliste 20

1. Introduktion

Indledning

Denne rapport er en videreudvikling af Det ved vi om udøvere, som Dansk Stalking Center udgav i 2021[1]. Formålet er fortsat at bidrage med aktuel, praksisnær og nuanceret viden om personer, der udøver stalking og om virkningen af den behandling vi tilbyder.

Stalking er en alvorlig voldsform, som både i Danmark og internationalt stadig er relativt underbelyst, især når det gælder viden om udøvere. Manglen på viden gør det vanskeligt at forebygge og stoppe stalking effektivt.

Siden 2015 har Dansk Stalking Center tilbudt individuel psykologbehandling til personer, der udøver stalking. Målet er at stoppe adfærden og samtidig forebygge social udsathed[2]. Vores erfaringer viser, at udøvere ofte kæmper med komplekse psykiske og sociale udfordringer, som både kan udløse og fastholde stalking.

Denne rapport bygger på både kvantitative og kvalitative data fra Dansk Stalking Center, kombineret med ny dansk og international forskning fra det seneste årti. Rapporten giver et opdateret billede af, hvem udøverne er, hvilke udfordringer de har med sig, og hvilken forandring behandling kan skabe.

Erfaringerne både fra vores eget arbejde og fra internationale studier peger på, at målrettet psykologisk behandling er et virkningsfuldt redskab til at stoppe stalking.

Med rapporten ønsker vi at give fagprofessionelle, beslutningstagere og offentligheden et mere nuanceret indblik i fænomenet stalking og i, hvordan vi som samfund kan styrke indsatsen for at stoppe denne form for vold.

Definition af stalking

Stalking er en systematisk række af kontaktforsøg og adfærd, som er uønsket og vedvarende og som opleves grænseoverskridende og intimiderende for den udsatte

Centerets udøverbehandling

I Dansk Stalking Center anser vi stalking som en adfærd og ikke som en diagnose. Vores behandling bygger på individuelle terapeutiske samtaler, hvor målet er at stoppe stalkingen og forebygge tilbagefald.

Mange udøvere oplever dårlig trivsel og står udenfor arbejdsmarkedet, er socialt isolerede eller rammes af angst og depression. Behandlingen kan derfor være første skridt i at sikre støtte på andre områder af livet. Dertil henviser vi også ofte videre til relevante tilbud i f.eks. kommune, psykiatri eller civilsamfund, for at sikre langsigtede virkning af behandlingen.

Der er flere veje ind i vores behandlingstilbud. Halvdelen af udøverne henvender sig selv typisk via vores udøvertelefon, der er åbent dagligt og bemandes af en psykolog. Her kan udøver ringe anonymt og formålet er at motivere til behandling. De resterende kontaktes via samtykkeerklæringer fra f.eks. politi eller kommune. Herefter bliver udøveren kontaktet af en af vores psykologer.

Siden 2015 har stalkingudøvere modtaget 2450 behandlingssessioner, hvilket gennemsnitligt er omkring 10 sessioner pr. udøver. Dog er der stor variation i længde af behandlingsforløb, hvor nogle udøvere er gennem et længere forløb, mens andre blot har modtaget en afdækkende samtale med en psykolog.

Datagrundlag og metode

Datagrundlaget består af spørgeskemaer, som er udsendt til stalkingudøvere ved opstart og afslutning af behandling i Dansk Stalking Center.

I perioden oktober 2017 til august 2025 har 250 stalkingudøvere modtaget behandling i Dansk Stalking Center. Fra 2017 og frem til nu har vi udsendt 158 spørgeskemaer. Heraf har 73 % gennemført spørgeskemaet fuldt ud (N=116), 6 % har delvist besvaret (N=9), mens 21 % ikke har besvaret (N=33).

Spørgeskemaerne indeholder spørgsmål om demografiske oplysninger, stalkingadfærd og kontakt med politi, trivsel, psykologiske målinger samt evaluering behandlingsforløb.

Der har i perioden været ændringer i spørgeskemaernes opbygning og spørgsmål Derfor kan antallet af respondenter variere på tværs af analyserne. Antallet af respondenter fremgår løbende ved de enkelte figurer.

Data er analyseret ved hjælp af deskriptive analyser og statistiske tests, herunder chi^2-test og t-test, for at belyse sammenhænge og forskelle over tid.

Citater fra udøvernes fritekstsvar indgår som kvalitative eksempler i rapporten.

2. Stalkingudøvere

Stalkingudøvere

Dette kapitel beskriver målgruppens demografiske karakteristika, kontekst og historik for stalking samt en beskrivelse af stalkingudøverens strategier for kontaktforsøg, herunder trusler og anden vold.

Demografiske karakteristika

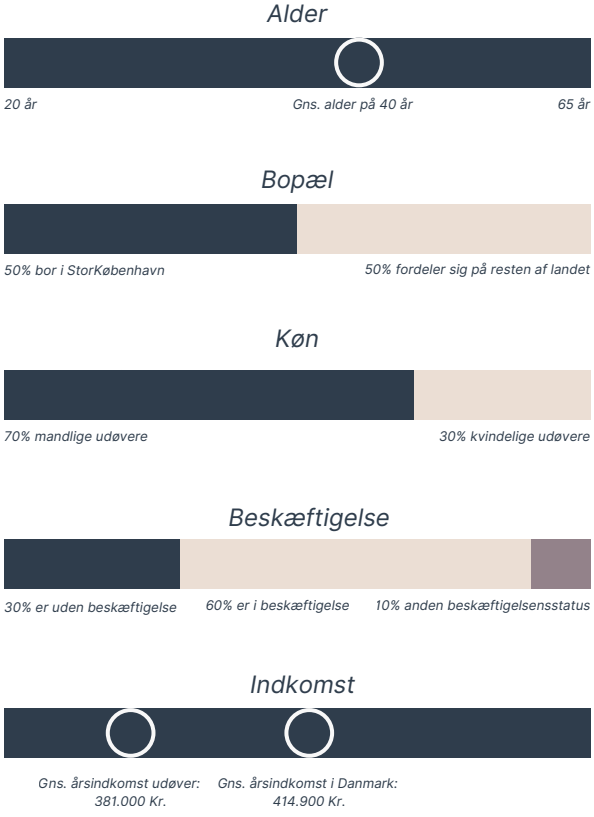
De udøvere, der har været i behandling i centeret, spænder bredt aldersmæssigt fra 20 til 65 år med en gennemsnitsalder på 40 år.

Udøvernes bopæl er fordelt over hele landet, da centerets behandlingstilbud er nationalt. Dog har op mod 50 % bopæl i Storkøbenhavn.

Omkring 30 % af udøverne er kvinder, mens de resterende 70 % er mænd. Halvdelen af udøverne har børn, og blandt disse oplyser hver fjerde, at de har børn med den person, de udsætter for stalking.

Cirka 30 % af udøverne er uden beskæftigelse, hvilket dækker over at være jobsøgende, sygemeldt, på orlov, pensionist eller på førtidspension. 60 % er enten fuldtids- eller deltidsbeskæftigede, under uddannelse og de 10 % resterede har anden beskæftigelsesstatus.

Den gennemsnitlige årsindkomst for udøverne er omkring 381.000 kr., hvilket ligger under den samlede gennemsnitlige personlige indkomst i Danmark, som ifølge Danmarks Statistik i 2024 var 414.900 kr. pr. person over 15 år[3].



(N=80) Data fra opstartsskema fra 2017 til 2024

Kontekst og historik

Ser man på udøvernes relation til de udsatte er det i 80 % en tidligere intim relation f.eks. ekspartner eller eksdate. Herudover kan det ellers være en professionel relation, ven/bekendt, online relation eller fremmed, som udøveren stalker.

Hertil angav en femtedel af udøverne, at de udsatte deres tidligere partner eller intime relation for enten fysisk, psykisk vold eller begge dele, mens forholdet stod på. Det indikerer, at stalking i nogle tilfælde er fortsættelsesvold efter en brudt relation. Ved behandlingsopstart kontakter 75 % af udøverne stadig, den person de udsætter for stalking.

Det betyder, at de indtil for nylig har udøvet stalking og at langt de fleste motiveres til behandling, mens de fortsat er aktive i deres stalkingadfærd. Lidt over 80 % af udøverne har, forud for behandlingen i Dansk Stalking Center, været i kontakt med psykiatrien eller modtaget anden form for psykologisk behandling. Omkring halvdelen af disse har fået stillet en diagnose, typisk depression, angst eller en personlighedsforstyrrelse. Derudover oplyser en tredjedel af udøverne, at de har eller tidligere har haft et misbrug af alkohol, hash, sex eller betting.

Dansk Stalking Centers erfaringer peger på, at der ofte er en sammenhæng mellem misbrug eller afhængighedsadfærd og stalkingadfærd. Denne sammenhæng kan blandt andet forklares med vanskeligheder med impulskontrol, hvor udøveren i pressede situationer handler ud fra velkendte og ofte uhensigtsmæssige strategier til følelsesregulering. Dette billede er ikke blevet undersøgt i forskningssammenhænge, men international litteratur opfordrer til at korrelationen mellem nedsat impulskontrol og begrænset evne til følelsesregulering udgør centrale risikofaktorer for stalkingadfærd[4].

Derudover angiver 43 % af udøverne, at de tidligere har stalket andre. Det peger på, at stalkingadfærd ofte er gentagende, kan være svær at bryde ud af, og i mange tilfælde involverer flere forskellige udsatte over tid. Det indikerer hermed også at stalkingadfærd er svært at bryde med selv, men derimod er en adfærd og et sæt handlingsstrategier, som man gennem behandling skal have hjælp til[5].

Dertil ser vi også, at lidt over halvdelen af stalkingudøverne har været i kontakt med myndigheder, herunder enten fået en formaning, tilhold, dom eller fængselsstraf. Forskning viser i øvrigt, at juridiske sanktioner alene ofte ikke er tilstrækkelige til at forhindre stalking, fordi de grundlæggende problemer, der driver adfærden, forbliver uløste uden behandling. Juridiske sanktioner og forvaltningsretlige foranstaltninger som tilhold kan i nogle tilfælde endda være uden effekt[6]. Dette understreger nødvendigheden af målrettet behandling, hvis stalking skal standses og risikoen for gentagelse reduceres.

Stalkingadfærd

Stalkingudøvere benytter sig af forskellige stalkingstrategier for at skabe kontakt til den udsatte. Vi ved fra erfaringer fra behandling og data, at stalkingudøvere anvender en bred vifte af adfærdsmønstre.

84 % har ringet eller sendt sms'er og 66 % har kontaktet personen via sociale medier, mens 61 % har sendt mails og 42 % har sendt breve eller andet fysisk materiale. Derudover har 80 % kørt forbi, mødt op eller ventet på personen på steder, hvor de forventede, at vedkommende opholdt sig, og 55 % har direkte overvåget eller fulgt efter personen.

Mere end hver tredje udøver har forsøgt at skade udsattes sociale omdømme (34 %) eller fremskaffet oplysninger om udsatte gennem netværk og 30 % har videregivet informationer om den udsatte til andre.

Desuden er stalkingadfærd typisk også kendetegnet ved forskellige former for påtrængende eller grænseoverskridende adfærd. Det fremgår dertil at 43 % har givet uønskede gaver og 47 % har elektronisk overvåget den udsatte.

De mere alvorlige handlinger inkluderer indbrud (11 %), hærværk (11 %) og fysisk tiltvunget adgang til udsattes hjem (16 %). Disse handlinger er mindre hyppige end f.eks. beskeder og opkald.

Samlet set viser billedet af de forskellige stalkinghandlinger og -strategier, at en del stalkingudfærd spænder bredt og primært viser sig gennem vedvarende kontakt, fysisk og digital overvågning, der i nogle tilfælde eskalerer til selvstændige kriminelle handlinger.

84% af adspurgte udøvere har ringet eller skrevet sms'er til den udsatte

66% har kontaktet den udsatte via sociale medier

80% har kørt forbi den udsattes bopæl og 55% har direkte overvåget den udsatte. 47% har overvåget den udsatte digitalt

34% har forsøgt at skade udsattes omdømme og 30% har videregivet informationer

42% har sendt breve/fysisk materiale og 43% har givet uønskede gaver

11% har brudt ind hos den udsatte, 11% har begået hærværk og 16% har tiltvunget sig adgang til den udsattes hjem.

Trusler og anden vold

En del af stalkingudøvernes adfærd indebærer trusler og andre former for vold end selve stalkingen. 34 % har f.eks. truet med at skade sig selv. Det kan tolkes som et forsøg på at lægge pres på eller kontrollere den udsatte, men det kan også afspejle udøvernes egen mistrivsel. Dansk Stalking Centers erfaringer viser, at begge forklaringer ofte gør sig gældende.

Mere direkte trusler mod den udsatte eller dennes netværk ses også, hvor 18 % har truet med at skade personen eller nogen tæt på vedkommende, mens 15 % har været fysisk voldelige over for den udsatte eller en af dennes nærmeste. Trusler om kriminalitet er mindre udbredt, men dog til stede, idet 3 % af udøverne har truet med at begå hærværk.

Mere markant er det, at 15 % faktisk har skadet sig selv fysisk. Dette kan igen på den ene side tolkes som en strategi til at lægge pres på den udsatte gennem selvdestruktive handlinger, men på den anden side også som et tydeligt udtryk for den mistrivsel, mange udøvere befinder sig i.

Forskning viser at selvskade sjældent sker uden bagvedliggende psykiske vanskeligheder, men ofte hænger sammen med følelsesmæssig smerte, impulskontrolproblemer og psykologiske belastninger[7].

Samlet set viser tallene, at trusler og anden vold end stalking kun forekommer hos en mindre del af udøverens stalkingadfærd, men at det er af særlig alvorlig karakter, når det sker. Samtidig viser resultaterne, at nogle udøvere også udøver direkte fysisk vold. Dette understreger, at stalking rækker langt ud over den klassiske opfattelse af afstandsbaseret adfærd som opkald, beskeder, overvågning eller fysisk forfølgelse. Stalking kan antage langt mere komplekse former.

Forskning understøtter Dansk Stalking Centers erfaring, da flere studier viser, at fysisk vold og trusler ofte optræder sammen med stalking, især når udøveren har tidligere voldserfaring eller vanskeligheder med impulskontrol[8].

34% har truet med at skade sig selv og
18% har truet med at skade den udsatte

15% har været fysisk voldelig over
for den udsatte og dennes nærmeste

15% af adspurgte
udøvere har skadet sig selv

3% har truet med at begå
hærværk på den udsattes ejendele

“

Jeg har fulgt med i hendes mail flere gange via barnets gamle tablet. Jeg har desuden gået ind på hendes Facebook og Messenger via min telefon med hendes kodeord, som ikke var ændret siden vores brud. Jeg læste beskederne fra hendes kæreste. Jeg slettede tråden og blokerede ham. Jeg prøvede efterfølgende at slette mine digitale spor, da hun fik notifikation om min indtrængen fra ny enhed på hendes mail. Hun fandt selvfølgelig ud af at det var mig og at hendes nye kæreste var blokeret. Jeg har erkendt det over for hende, selv om det føles ubehageligt at indrømme

”

-Stalkingudøver i behandling hos Dansk Stalking Center

Udøvere i behandlingsforløb

I dette kapitel beskrives udøvernes motivation for at starte behandling, da det er en vigtig indikator for, hvordan behandlingsforløbet vil forløbe, virkningen af behandlingsforløbet og udøvernes tilfredshed med deres psykologforløb i Dansk Stalking Center.

Motivation for behandling

Når udøvere begynder i behandling hos Dansk Stalking Center har de selv henvendt sig med ønsket om behandling eller blevet opfordret af fagpersoner fra f.eks. politi eller kommune. Vi ser derfor at udøverne har forskellige motivationer for at starte i behandling.

Når vi ser på den kvalitative data, kan vi se, at langt størstedelen af udøvernes motivation for at opsøge behandling handler om at stoppe den nuværende situation de er i, da de ønsker at få det bedre. Dertil ser vi også, at nogle udøvere ønsker at opnå dybere forståelse og indsigt i egne følelser og mønstre.

Vi har også udøvere, der starter i behandling og ikke endnu har anerkendt, at deres adfærd er problematisk, men hvis motivation handler om eksterne faktorer såsom opfordring fra kommunal-støtteperson.

Igen når vi ser på den kvalitative data, kan vi også se, at flere udøvere beskriver stalkingen som noget, de ikke selv kan styre og derfor efterspørger flere konkrete redskaber til at håndtere deres adfærd og tanker samt følelser som f.eks. jalousi og kontrol-behov. Samtidig peger flere på behovet for at kunne acceptere tab og slippe tidligere relationer, så de kan komme videre og skabe et mere stabilt og selvstændigt liv.

> Jeg stalker min tidligere ekspartner og er flyttet til en anden landsdel... Desværre har jeg ikke kunne stoppe min stalkingadfærd, som på en eller anden måde har bidt sig fast i mit sind. Stalkingen bremser i høj grad min udvikling af et nyt liv, og jeg vil meget gerne have hjælp til at få det stoppet
>
> -Stalkingudøver i behandling hos Dansk Stalking Center

Virkning ved behandlingsforløb

Ved opstart og afslutning af et behandlingsforløb udfylder udøveren et spørgeskema, hvor de svarer på deres generelle trivsel og livssituation samt screening for hhv. angst, depression og symptomer på PTSD og kompleks PTSD. Det giver mulighed for at måle en virkning ved behandlingsforløbet. Alle spørgsmålene har til formål at få udøveren egen opfattelse af trivsel og adfærd.

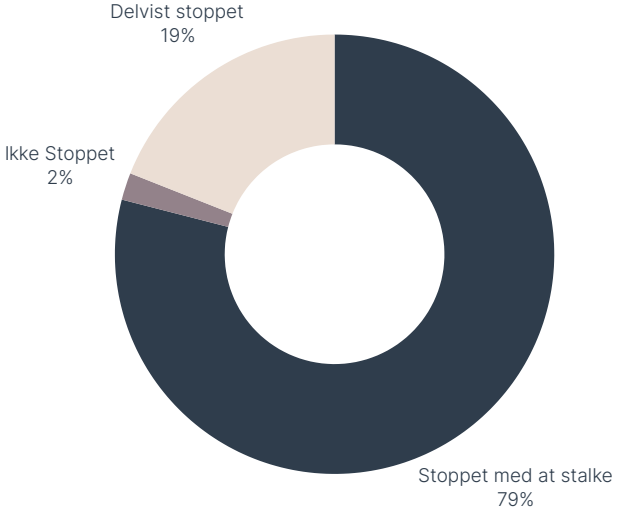
Generelt ses det at behandlingen er effektiv, da størstedelen af udøverne har fået øget indsigt i hvorfor de har udøvet stalking, dels oplevet generelt forbedret livssituation og er stoppet med at udøve stalking. Derudover har udøvere generelt opnået et øget funktionsniveau og lige ledes et fald i symptomer på angst og depression.

Øget indsigt, ændret adfærd og forbedret livssituation

En del af den psykologiske behandling hos Dansk Stalking Center er psykoedukation. Her får stalking-udøveren viden om egne tanke- og adfærds-mønstre for at opnå en dybere forståelse af, hvorfor stalkingadfærden er opstået og fast-holdt. Denne indsigt er afgørende for at kunne arbejde med forandring og øge muligheden for at stoppe den skadelige adfærd.

Evalueringer fra afsluttede behandlingsforløb viser, at 70 % af udøverne i høj eller meget høj grad oplever at have fået indsigt i, hvorfor de har udøvet stalking. 26 % vurderer, at de i nogen grad har opnået indsigt, mens 4 % i mindre grad eller slet ikke har oplevet dette.

Når man ser på, hvor mange der efterfølgende har ændret adfærd, viser tallene, at ca. 79 % er stoppet med at udøve stalking, mens 19 % delvist er stoppet, og 2 % vurderer, at de ikke er stoppet. Det tyder på, at behandlingen har en klar og dokumenteret effekt på adfærdsændring hos størstedelen af udøverne.



(N=80) Data fra opstartsskema fra 2017 til 2024

Derudover vurderer udøverne også, at deres generelle livssituation er forbedret efter forløbet. 72 % oplever en stor forbedring, 23 % en vis forbedring, mens 2 % vurderer, at deres situation er uændret, og 2 % oplever en forværring.

Disse resultater peger på, at behandlingstilbuddet ikke blot bidrager til at stoppe stalkingadfærd, men også har en positiv indvirkning på udøvernes livskvalitet og trivsel. Det understreger behandlingens forebyggende potentiale og relevans i en bred samfundsmæssig indsats mod stalking.

Forbedret funktionsniveau

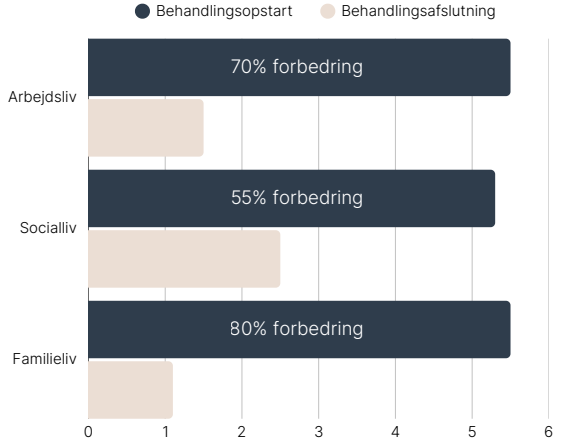
Behandlingen ved Dansk Stalking Center har en tydelig positiv effekt på udøvernes funktionsniveau, målt ved brug af det valideret spørgeinstrument Sheehan Disability Scale, som vurderer, hvordan psykiske belastninger påvirker evnen til at fungere i hverdagen, herunder arbejdsliv, socialliv og familieliv[9].

Ved behandlingsstart ses der generelt, at funktionsniveauet er lavt med gennemsnitlige SDS-scorer omkring 5,5 på alle tre områder, hvilket viser et behandlingskrævende lavt funktionsniveau. Ved behandlingsslut er scorerne faldet til mellem 1,1 og 2,6, hvilket svarer til forbedringer på 55–78 %. Disse ændringer er statistisk signifikante hvilket understreger behandlingens effekt.

Nedenstående graf viser de gennemsnitlige SDS-scorer ved behandlingsopstart og afslutning. De procentvise forbedringer er angivet over hver søjlegruppe og illustrerer den markante effekt af behandlingen.

Et forbedret funktionsniveau betyder, at udøverne i højere grad kan deltage i sociale sammenhænge, opretholde relationer og varetage arbejde eller uddannelse. Behandlingen har dermed også en forebyggende effekt, idet den reducerer risikoen for langvarig psykisk belastning, isolation og social udsathed. Det styrkede funktionsniveau gør udøveren bedre i stand til at leve et meningsfuldt liv uden stalking, hvilket er et af formålene med behandlingen, da vi ved at forbedret funktionsniveau mindsker risikoen for tilbagefald og recidiv[10].

Gennemsnitlig SDS-scorer ved behandlingsstart- og slut



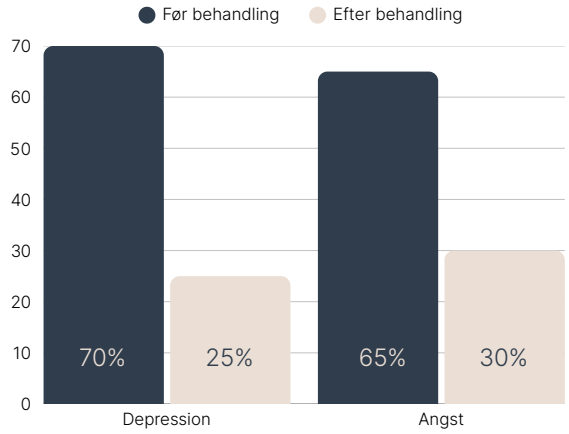
(N=66) Data fra opstart og afslutningsskema fra 2017 til 2024

Færre symptomer på angst og depression

Udøvere der er modtager psykologisk behandling i Dansk Stalking Center oplever en tydelig forbedring i deres mentale helbred, når vi ser på symptomer på depression og angst sammenlignet ved behandlingsstart og slut. Her bruges et valideret spørgeinstrument Bench-19, som viser tegn på angst og depression[12].

Før behandlingsstart lå gennemsnittet for depressive symptomer på 15 point, mens det efter behandling faldt til 5,5 point. Det svarer til et markant fald på næsten 10 point. For angst så vi en lignende udvikling: her faldt gennemsnittet fra 10,5 point til 4,8 point, altså et fald på næsten 6 point.

Andel udøvere med depression og angst før og efter behandling:



(N=66) Data fra opstart og afslutningsskema fra 2017 til 2024

Data viser, at mange udøvere oplever en markant bedring i deres psykiske trivsel under behandlingen. Før behandlingsstart havde omkring 70 % symptomer på depression og 65 % symptomer på angst. Efter behandlingen var andelene faldet til henholdsvis 25 % og 30 %. Faldet er statistisk signifikant og understøtter, at behandling både kan hjælpe udøvere med at stoppe stalkingadfærd og med at få det bedre psykisk[13].

Tallene viser, at målrettet psykologisk behandling ikke kun kan hjælpe med at stoppe stalkingadfærd, men også bidrager til at mindske udøvernes psykiske belastning. Det er afgørende, fordi bedre trivsel hos udøvere øger chancen for, at de kan bryde den skadelige adfærd og opbygge et liv uden stalking.

Tilfredshed med forløbet

Generelt ses det, at udøverne er tilfredse med deres behandlingsforløb i Dansk Stalking Center. 91 % svarer at i meget høj grad eller høj grad er tilfredse, mens 9 % svarer at de i nogen grad, mindre grad eller slet ikke er tilfredse.

Derudover spørger vi også udøver ind til hvad der har haft betydning for dem i deres forløb, hvortil nogen af dem svarer:

“

Psykologen har været meget betydningsfuld. Vi har i den grad været rundt om alt i mit liv og det har givet mig en indsigt og forståelse i hvorfor jeg stalker, hvorfor jeg startede og hvorfor det er svært at stoppe med det. Det har hjulpet meget

”

-Stalkingudøver i behandling hos Dansk Stalking Center

4. Forebyggelse og Samarbejde

Forebyggelse og samarbejde

En vigtig del af Dansk Stalking Centers arbejde er at forebygge stalking. Det gør vi ved at udbrede viden- både generelt om stalking og specifikt om udøvere og deres adfærd. Herudover indgår Dansk Stalking Center i strategiske samarbejder med det formål at klæde flere fagpersoner på med den nødvendige viden om stalking og at styrke samarbejdet på tværs omkring stalkingsager. Alt sammen med målet for øje om at styrke den tidlige indsats for derved bedre at kunne stoppe stalking og forhindre, at adfærden eskalerer.

Viden som forebyggelse

Mange stalkingudøvere møder fagpersoner i deres hverdag f.eks. i kommunen, Familieretshuset, sundhedsvæsenet eller retssystemet. Når fagpersoner har viden om stalkingadfærd og kender de redskaber, der findes, spiller de en vigtig rolle i at opspore og motivere udøvere til behandling.

Dansk Stalking Center arbejder derfor målrettet på at dele viden gennem undervisning, oplæg og temadage. Her giver vi fagpersoner indblik i psykologien bag stalking, motivationsfaktorer hos udøvere og konkrete redskaber som samtykkeerklæringer og udøvertelefonen. Derudover tilbyder vi faglig sparring med psykologer, så fagpersoner kan få støtte til at forstå adfærden, bruge de rette samtaleteknikker og motivere udøvere til at søge hjælp.

Samarbejde på tværs

Forebyggelse af stalking kræver også et tæt samarbejde på tværs af sektorer og myndigheder. Når kommuner, politi og andre aktører arbejder ud fra et fælles vidensgrundlag, øger vi chancen for tidlig opsporing og for, at udøvere får den rette hjælp. Et eksempel er projektet Tryg i Sydøstjylland (2021-2024), der blev gennemført i samarbejde med Sydøstjyllands Politi og syv kommuner. Projektet viste, at tværfagligt samarbejde giver bedre muligheder for at identificere udøvere tidligt, skabe en fælles tilgang blandt fagpersoner og motivere flere udøvere til at indgå i behandling.

Slutevaluering af projekt Tryg i Sydøstjylland

- Fagpersoner blev bedre til at genkende tidlige tegn på stalking.
- Fælles undervisning gav et fælles sprog og forståelse på tværs af sektorer.
- Konkrete redskaber (samtykkeerklæringer, sparring, udøvertelefon) gjorde det lettere at handle i praksis.
- Koordineret indsats mellem politi og kommuner skabte større tryghed for udsatte og deres netværk.
- Tværsektorielt samarbejde er en effektiv strategi til forebyggelse og til at stoppe stalking, før adfærden eskalerer.

“

Det har betydet mest for mig at kunne fortælle om hvordan jeg har det og om hvordan jeg oplever det hele. At der har været en, som har lyttet, kommet med spørgsmål og ikke været fordømmende

”

-Stalkingudøver i behandling hos Dansk Stalking Center

5. Anbefalinger

Anbefalinger

Dansk Stalking Centers anbefalinger for indsatsen over for udøvere bygger på viden og erfaring fra behandling, samarbejde og forskning. Målet er at forebygge stalking og recidiv, styrke samarbejdet samt skabe bedre rammer for forebyggelsen af stalking og tidlig opsporing af stalkingudøvere.

Behandling

Specialiseret behandling
uden ventetid
Fortsat adgang til målrettet behandling, der adresserer stalkingadfærd og forebygger tilbagefald

Brobygning til rette tilbud
Tidlig og grundig vurdering af, om Dansk Stalking Centers behandling er effektivt. Hvis ikke, skal udøveren hurtigt henvises videre til relevante aktører

Støtte ved afslutning
Efter afsluttet behandling sikres støtte i overgang til enten eget netværk, kommune, psykiatri eller andre relevante aktører

Kompetence

Tværfagligt samarbejde
Styrket koordinering mellem politi, kommuner og Dansk Stalking Center

Tidlig opsporing
Systematisk uddannelse af fagpersoner til at identificere og håndtere stalkingadfærd for at sikre tidlig opsporing

Opkvalificering
Øget viden blandt fagpersoner i sundhed, social- og retssystemet om udøvere og behandling

Vidensudbredelse

National undersøgelse
Indfør en fast, landsdækkende undersøgelse af stalking hvert fjerde år. Formålet er at skabe kontinuerlig viden om omfang, udvikling og effekten af ny lovgivning

Generel vidensudbredelse
Mere oplysning til beslutningstagere, fagfolk og offentligheden om stalking og hjælpemuligheder

Lovgivning

Lovgivning koblet med motiverende samtale
Dansk Stalking Center anbefaler, at juridiske sanktioner kombineres med en indledende psykologsamtale for personer, der dømmes efter §242. Samtalen skal være obligatorisk og have til formål at motivere udøveren til at indgå i behandling.

Tilbud om behandling ved tilhold
Dansk Stalking Center anbefaler, at udøvere, som meddeles tilhold informeres om muligheden for hjælp og tilbydes et behandlingsforløb. Formålet er at motivere udøveren til at ændre adfærd tidligt og dermed forebygge brud på tilhold eller eskalering.

Mange fremstår krisepræget 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 hos Dansk Stalking Center

6. Litteraturliste

Oversigten indeholder både dansk og international litteratur anvendt i rapporten (markeret med tal), samt øvrig relevant forskning om stalkingudøvere. Formålet er at give et samlet overblik over den vigtigste viden på området og skabe mulighed for, at interesserede læsere kan fordybe sig yderligere.

[1]**Dansk Stalking Center (2021).**
Det ved vi om udøvere af stalking. https://danskstalkingcenter.dk/ny-rapport-det-ved-vi-om-udoevere-af-stalking-2021/
Rapporten giver et indblik i stalkingudøvere, deres baggrund og behandling, samt anbefalinger til forebyggelse.

[3] **Danmarks Statistik (2024).**
Person og familieindkomst. https://www.dst.dk/da/Statistik/emner/arbejde-og-indkomst/indkomst-og-loen/person-og-familieindkomster Viser udviklingen i danske indkomster og bruges som reference til sammenligning af stalkingudøveres indkomst.

Chan, H. C. O., & Sheridan, L. (2021). Stalking behaviors and motivations: A cross-national comparison between Hong Kong and the United Kingdom. Journal of Aggression, Conflict and Peace Research, 13(4), 250–262. Sammenligner stalkingadfærd og motivation på tværs af kulturer; viser både fællestræk og forskelle.

Didde Hauch & Ask Elklit (2023).The psychological consequences of stalking: Cross-sectional findings in a sample of Danish help-seeking stalking victims. European Journal of Psychotraumatology, 14(2), 1–16.
Dansk studie af udsatte, der søger hjælp. Viser psykiske konsekvenser som PTSD, angst og depression.

Galietta, M., Underwood, A., & McEwan, T. (2024).Key Components and Principles of Stalking Treatment. In Treating Stalking (pp. 29–57). John Wiley & Sons, Ltd. https://doi.org/10.1002/9781119856771.ch1
Præsenterer kerneprincipper i behandling af stalkingudøvere og anbefaler konkrete interventioner.

[10] **Guido Travaini et al. (2024).**Efficacy of treatment approaches for stalking offenders: a systematic review. International Review of Psychiatry, 36(7), 812–825. https://doi.org/10.1080/09540261.2024.2368796
Systematisk review, der viser at psykologisk behandling kan reducere gentagelse, men flere studier behøves.

Logan, T. K., & Walker, R. (2022). Stalking victimization and perpetration: Prevalence, characteristics, and impact in a U.S. community sample. Violence Against Women, 28(14), 3569–3591.Undersøger både udsatte og udøvere i et amerikansk befolkningsstudie; dokumenterer udbredelse og konsekvenser.

[5/6] **MacKenzie, R. D., & James, D. V. (2011).**Management and treatment of stalkers: Problems, options, and solutions. Behavioral Sciences & the Law, 29(2), 220–239. https://doi.org/10.1002/bsl.980Viser at sanktioner alene ikke stopper stalking; behandling er nødvendig for at mindske recidiv.

[2] **MacKenzie, R. D., James, D. V., McEwan, T. E., Ducat, L., Coupland, et al. (2016–2024).** Samlet forskning om behandling, lovgivning og risikofaktorer for stalking. Viser hvordan målrettede indsatser kan reducere gentagelse og beskytte udsatte.

[8] **McEwan, T. E., Mullen, P. E., MacKenzie, R. D., & Ogloff, J. R. P. (2009).**Violence in stalking situations. Psychological Medicine, 39(9), 1469–1478. https://doi.org/10.1017/S0033291708004996. Viser hvordan stalking kan eskalere til fysisk vold og identificerer risikofaktorer.

[4] **McEwan, T. E., & Strand, S. (2013).**The role of psychopathology in stalking by adult offenders. Psychiatry, Psychology and Law, 20(1), 16–26. https://doi.org/10.1080/13218719.2011.599102 Undersøger psykiske lidelser hos stalkingudøvere og betydningen af risikovurderingsværktøjer.

McEwan, T. E., Shea, D. E., & Ogloff, J. R. P. (2024). Understanding stalking perpetrators: Typologies, risk factors, and treatment implications. Journal of Interpersonal Violence, 39(3–4), 567–592. Systematisk gennemgang af udøvere, deres risikofaktorer og implikationer for behandling.

[9] **Sheehan, K. H., & Sheehan, D. V. (2008).** Assessing treatment effects in clinical trials with the Sheehan Disability Scale. International Clinical Psychopharmacology, 23(2), 70–83. https://doi.org/10.1097/YIC.0b013e3282f2b4d6
Introducerer et redskab til at måle funktionsniveau; bruges også til at vurdere udsattes trivsel.

Sheridan, L., Scott, A. J., & Nixon, G. (2020). Police officers' experiences and understanding of stalking: An international comparison. Criminal Justice and Behavior, 47(9), 1109–1127. Sammenligner politiets forståelse af stalking i flere lande OG viser behov for uddannelse og redskaber.

Storey, J. E., & Hart, S. D. (2021). Stalking risk assessment: Recent developments and future directions. Behavioral Sciences & the Law, 39(1), 65–83. Gennemgår nyere værktøjer til risikovurdering af stalkingudøvere og anbefaler forbedringer.

Pinals, D. A., & McDermott, B. E. (2020).
Stalking and psychiatric disorders: Treatment and management considerations. Harvard Review of Psychiatry, 28(2), 107–118. Undersøger sammenhængen mellem stalking og psykiske lidelser; diskuterer behandlingsstrategier.

Van der Aa, S., & Lünnemann, K. (2020). Stalking in Europe: Prevalence, policy, and responses. European Journal on Criminal Policy and Research, 26(3), 223–242.Europæisk oversigt over stalkingforekomst, lovgivning og politiske tiltag.

[11] **Bech, P., Bille, J., Møller, S. B., Hellström, L. C., & Østergaard, S. D. (2014).**Psychometric validation of the Hopkins Symptom Checklist (SCL-90) subscales. Journal of Affective Disorders, 160, 98–103. https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.12.005 Validerer SCL-90 til depression, angst og følsomhed; anvendes også i dansk forskning.

Jerath, K., Tompson, L., & Belur, J. (2022). Treating and managing stalking offenders: findings from a multi-agency clinical intervention. Psychology, Crime & Law, 29(10), 1161–1184. https://doi.org/10.1080/1068316X.2022.2057981. Britisk projekt hvor politi og retssystem henviser udøvere til behandling, som viste positive resultater på behandling.

[7]**Xie, Y., Wu, S., Li, J., et al. (2025)** Impulse control deficits among patients with nonsuicidal self-injury. Journal of Psychiatry & Neuroscience, 50(2), E73–E84. https://doi.org/10.1503/jpn.240129 . Viser at selvskadende adfærd ofte hænger sammen med impulskontrolproblemer, hvilket er relevant for at forstå nogle typer af stalkingadfærd.

Dansk Stalking Center