

af Anna Helene Meldgaard
Pedersen og Berit Mikkelsen,
april 2022



VANDRING TIL FORANDRING

"Jeg blev stressramt og sad i en sofa et års tid. Så jeg syntes, det var skønt at komme ud at gå. Jeg går for mig selv hver dag - det er jeg startet på efter projektet," siger Nina (anonymiseret identitet) efter hendes deltagelse i projektet: 'Når kvinder går sammen, knyttes der bånd'.

For hende og de 11 kvinder, som deltog i kursusforløbet, der havde til formål at hjælpe kvinderne videre i livet efter ophold på krisecenter, har projektet gjort en stor forskel.

Projektet 'Når kvinder går sammen, knyttes der bånd', også omtalt af deltagerne som 'Vandring til forandring' er et kursusforløb udbudt under LIVKOM med midler fra Offerfonden i samarbejde med konsulent og metodeudvikler Berit Mikkelsen.

Projektets formål har været at hjælpe kvinder på vej til et liv efter ophold på krisecenter, efter de er kommet ud af et voldeligt forhold.

Målene for projektet har været:

- At øge deltagernes sociale kapital (relation, netværk, samarbejde og dialog).
- At få deltagerne til at gå mere og få det inkorporeret i deres hverdag.
- At øge deltagernes psykologiske kapital (håb, optimisme, resiliens og self-efficacy).
- At få deltagerne til i højere grad at bruge egne netværk.

Videre med et liv efter vold

At komme væk fra vold i nære relationer og komme frem til et liv efter vold, kan være en svær "rejse", - og er to vidt forskellige udfordringer. Hvad skal der til for at lykkes med at komme godt videre og frem til at kunne stå godt forankret i sig selv med handlekraft og integritet? Det er hvad Foreningen LIVKOMS projekt 'Når kvinder går sammen, knyttes der bånd' satte fokus på. Projektet præsenterede sig som et tillæg til andre efterværnsindsatser i myndighedsregi¹.

Foreningen LIVKOM har tidligere gennemført et projekt i samarbejde med Offerfonden, projektet 'Værdigheden igen - opkvalificering til mødet med voldsofre' (<https://livkom.dk/offerfonden/> 2017).

Foreningen adresserer nationale som internationale udfordringer, der vedrører vold og genopretning af værdighed ud fra en grundlæggende ikke-voldelig tilgang².

I 2018 var der i dagspressen opråb fra bla. LOKK³ vedrørende lange ventelister til ophold på krisecentre og særligt en bekymring i forhold til den store andel af kvinder, der ender som gengangere på krisecentre. Regeringens sociale 2020-mål⁴ var at bryde denne "voldscirkel" og reducere andelen af kvinder, der har behov for mere end ét ophold på kvindekrisecentre, med 30 procent. Socialstyrelsen søsatte i den forbindelse et projekt⁵ i 4 danske kommuner, der skulle bringe målgruppen til større selvhjulpethed gennem flere samtaler med sagsbehandlere, socialrådgivere og psykologer.

Kvinder, der kommer ud fra krisecentrene, er typisk i en sårbar situation, og det at skulle finde vej videre kan være belastende, forstærke isolation og kan ende med at øge behovet for hjælp fra det offentlige.

Det blev anledningen til udvikling af projektet 'Når kvinder går sammen, knyttes der bånd' i samarbejde Berit Mikkelsen. Hvor LIVKOMS tidligere projekt havde haft fokus på efteruddannelse af personalegrupper, henvendte dette projekt sig direkte til kvinder, der prøver at komme videre i livet efter endt ophold på krisecentre og

¹ Socialstyrelsen (2019): <https://socialstyrelsen.dk/voksne/vold-i-naere-relationer/samarbejde-pa-tvaers/myndighedernes-roller-og-opgaver/kommunens-rolle>

² <https://livkom.dk/internationale-projekter-girafspog/> , <https://livkom.dk/worldpeace/peace-makers-in-ukraine/>

³ <https://www.lokk.dk/> - Landsorganisation af Kvindekrisecentre

⁴ Socialudvalget (2013): "Alle skal med". Målsætninger for de mest udsatte frem mod 2020. <https://www.ft.dk/samling/20121/almdel/sou/bilag/335/1279933/index.htm>

⁵ <https://socialstyrelsen.dk/udgivelser/evaluering-af-critical-time-intervention-for-kvinder-pa-krisecenter>

lagde op til, at der er brug for mere og andet end flere samtaler.

At stå på egne ben, når man i forvejen vakler

Kvinder, der kommer ud fra krise-centrene, er typisk i en sårbar situation, og det at skulle finde vej videre kan være belastende, forstærke isolation og kan ende med at øge behovet for hjælp fra det offentlige. Det er i dag kommunernes ansvar at tilbyde efterværn og koordinerende rådgivning til kvinder efter endt ophold på krisecenter. Det betyder, at det er op til den enkelte kommune at varetage tilbuddet, men der kan være stor forskel på, hvad der forefindes af muligheder og dermed på, om alle kvinder får den nødvendige hjælp.

Det kan være en sejr at komme ud af en voldsspiral, men denne kan hurtigt erstattes af en ensomhedsspiral på ens vej videre.

Derfor kan disse kvinders særlige behov for hjælp let forsvinde i mængden af andre tilbud såsom hjælp ifm. ledighed, psykisk sårbarhed, psykisk lidelse, bekymringer om børns trivsel, helbredsmæssige udfordringer mm. Problemet kan være, at hjælpen ikke altid har et særligt blik for de benspænd, som følger af at have haft ophold på et krisecenter. Det kan være en sejr at komme ud af en voldsspiral, men denne kan hurtigt erstattes af en ensomhedsspiral på ens vej videre.

Walk the talk - et alternativt efterværn

Dette projekt var et alternativ til det etablerede tilbud, fordi det adskilte sig på en række parametre. Det var udenfor myndigheds-regi og sagsmapper, og der var ingen dagsorden for at komme i beskæftigelse, uddannelse eller praktik. Det bestod ikke af samtaleterapi, behandlinger eller af gruppeforløb sammen med børnene.

Det var et frivilligt kursusforløb, man kunne melde sig til, hvis man havde lyst til at vandre, være sammen med andre kvinder i samme situation og få redskaber til at håndtere hverdagens udfordringer.



Er du kvinde
og har du været i kontakt med organisationer
for voldsudsatte kvinder?

Har du lyst til at møde nye mennesker og have gode dialoger
om hverdagen og hvad du drømmer om?

Vil du lære noget om metoder og strategier
for de små og store valg i livet?

Ønsker du at få mere viden, kraft og indsigt ind i dit liv?

Vi mødes til 9 kursusdage over 11 måneder i Ry
og det er gratis at deltage i kurset.

Få fodfæste og slå følgeskab på vejen

Kursusfolder.



Baggrunden for at vælge gåture som den bærende aktivitet har haft sit afsæt i forskellige forskningsresultater. Blandt andet har Dorte Varning Poulsen undersøgt, hvordan natur-baseret terapi gennem ophold i og brug af naturen, har haft en positiv effekt på veteraner med PTSD (Varning, 2015), og Bente Klarlunds

- FÆLLESSKAB, der fremmer øvrige deltagelsesmuligheder og giver en fornemmelse af at høre til.
- VIDEN OG METODER, der giver bedre greb til at begribe og komme godt igennem hverdagens valg og udfordringer. (Projektets metoder blev præsenteret som vist i illustration 1.)

Baggrunden for at vælge gåture som den bærende aktivitet har haft sit afsæt i forskellige forskningsresultater.

GÅ-BOGEN har beskrevet, hvordan den fysiske, mentale og eksistentielle sundhed og tilstand kan forbedres af at gå (Klarlund, 2018).

Projektets grundlæggende antagelser var derfor:

- At opholde sig i naturen kan reparere ødelagte nervesystemer, og det sker hurtigere, når man er sammen med andre.
- At gå regelmæssigt har en positiv indvirkning på menneskers psykiske og fysiske tilstand.

Kurset tog afsæt i tre ledetråde:

- NATUR, hvor nervesystemet kan hele krop og sind.



Illustration 1. Overskrifter på metodegreb.

Projektet startede i januar 2019, sluttede i april 2022, og selve kursusforløbet havde en varighed på 22 måneder (fra september 2019 til juni 2021).

Lørdagsseminarerne - et åndehul

Kursusforløbet bestod af 10 lørdags seminarer fra kl. 9.00 -16.00. De 10 dage var oprindeligt fordelt jævnt hen over 11 måneder, men forløbet kom til at strække sig over 22 måneder pga. Corona.

Kurset var på mange måder et almindeligt kursusforløb, i stil med kurser, der bliver udbudt i kommunikation, mindfulness eller styrk dit indre lederskab og lign. Det særlige ved dette kursus var, at det præsenterede og kombinerede et utal af forskellige metoder og redskaber. Det fungerede som et tag-selv-bord, hvor deltagerne kunne vælge den måde at arbejde på, som gav mening for dem. Tanken var at bevæge sig væk fra en "one-fits all" model, der bygger på fastlagte forestillinger om, hvad deltagerne har brug for. I stedet var det muligt for deltagerne selv at finde favorit-retter, prøvesmage og efterlyse nye retter til buffeten. På den måde var afsættet for samtaler og læring deltagernes behov og konkrete udfordringer.

Kursusforløb er ofte en invitation til nye fællesskaber, og det var dette forløb også. Nye fællesskaber har det med at visne over tid, særligt når det, man er sammen om ikke længere er tilgængeligt. Vandreture og ophold i naturen er aktiviteter, som er lette at fortsætte med efter kurset, - og kan på den måde naturligt invitere til følgeskab, der rækker ud over kursusforløbet.

"Vi starter, når vi er klar"

Det var ikke muligt at komme for sent til kurset. Selvom kurset startede kl. 9.00, var det ikke ensbetydende med, at

programmet startede kl. 9.00, - det var bare der, de første ankom. At komme på plads, komme til stede, få morgenbrød og kaffe sat frem, var det, som kom til at ske, indtil alle var klar til at være sammen.



Trafiklys.

Man samledes om dagens første fælles aktivitet, et "Tjek ind" som var morgenkaffe og 'trafiklys meldinger'. Det indebar, at deltagerne kunne melde ind med få eller flere ord - om de var rød, gul eller grøn ift. deres overskud og hverdagsudfordringer. Ud fra meldingerne viste det sig "Hvem, der kunne tale videre om hvad med hvem", og disse snakke inkluderede både deltagere og undervisere. Meldingerne gav underviserne hints til mulige oplæg og øvelser.

At komme på plads, komme til stede, få morgenbrød og kaffe sat frem, var det, som kom til at ske, indtil alle var klar til at være sammen.

Med de relative korte meldinger i mente blev der ryddet op og gjort klar til vandring. Gennem egne og andres meldinger havde alle hørt sig selv og de andre. Det gav deltagerne en fornemmelse af hinanden - om der var plads til livlig snak, eller om det var tid til egne eftertanker.



Klar og parat til turen.

Turen var rammen om samtaler, stilhed, frokost, øvelser (f.eks. kroppsafspænding) og input (f.eks. oplæg om det autonome nervesystem, eller om selv-beskyttelsesgreb).

Efter turen og resten af dagen var der rum til "at være" - alene eller sammen.

Formålet var at opdage, mærke og sætte ord på, hvordan man var kommet i bedre kontakt med sig selv siden morgenrundens tjek ind. Nogle havde fået tankemylder og bekymringer ud af kroppen ved at gå og havde bare brug for at hvile. Andre ville gerne skrive, tale videre, og der var altid nogen, der tog sig af at få kaffe og kage på bordet.

Sidste punkt på dagen var et 'Tjek ud', som havde fokus på, hvilken forskel dagen havde gjort for den enkelte, og der blev reflekteret over, hvad der kunne være hjælpsomt at gøre før næste gang.

Inspiration fra Søren Kierkegaard "tab for alt ikke lysten til at gå: jeg går mig hver dag det daglige velbefindende til og går fra enhver sygdom; jeg har gået mig mine bedste tanker til, og jeg kender ingen tanke så tung, at man jo ikke kan gå fra den ... når man således bliver ved at gå, så går det nok".

Tiden imellem lørdagsseminarerne

Tiden mellem kursusdagene kunne - særlig i Corona nedlukningerne - tære på fornemmelsen af fællesskab. Det havde fra projektstart været planen at mødes og have kontakt i mindre grupper mellem kursusdagene. I lyset af Corona blev den plan udvidet betydeligt. Der blev holdt zoom-kaffemøder, zoom-oplæg og zoom-julefrokost. Mange mødtes i mindre grupper til gåture, og da det blev muligt igen, kombineret med cafe- eller museumsbesøg mm. Derudover deltog alle i en lukket Facebook-gruppe, hvor stort som småt fra hverdagen blev delt.

Det faglige kursusindhold var fra start en skitse, som fik fylde undervejs i samspil med deltagerne behov. Derfor gav det mening til sidst at samle og skabe overblik over, hvad der var arbejdet med, og hvordan der var arbejdet. Det resulterede i en trykt deltagermanual på 110 sider, som deltagerne fik med hjem på sidste kursusdag.



Projektdeltagerne kursusmateriale.

Deltagerne oplevelse

Projektet blev evalueret af antropolog, Helene Meldgaard Pedersen, med afsæt i flere fokusgruppeinterview og deltagelse i et par af aktiviteterne undervejs i forløbet. På baggrund af evalueringsrapporten er her sammenfattet - under de 4 forskellige mål - beskrivelser af oplevelser og kommentarer fra deltagerne.

At høre til

Projektmål 1: At øge deltagerne sociale kapital (relation, netværk, samarbejde og dialog).

Projektets hensigt var at skabe rammer for et socialt netværk - et fællesskab man kunne træde ind i og føle sig hjemme i. Deltagerne fortalte i starten om social isolation, om tabet af netværk og om utryghed i forhold til nye fællesskaber. For mange var det en udfordring at skulle indgå i en social sammenhæng, da det var en 'muskel', der ikke havde været brugt i mange år. I fokusgruppeinterviewene beskrev flere, at de havde et lille selvværd, da de startede på kurset og var usikre over at skulle være sammen med andre mennesker.

Flere fortalte, hvordan det havde været en skelsættende oplevelse at møde andre, der var i samme situation som dem selv, og som havde nogle af de samme reaktioner. Deltagerne har typisk følt, at de var den eneste, der var i denne situation, og oplevelsen af at møde nogen, der har været igennem det samme, var positiv.

"Det er første gang, jeg oplever, at jeg ikke er helt unormal, der er faktisk andre, der oplever de samme ting."

En anden ting, der blev nævnt, var dette at være sammen med andre uden at skulle 'forklare eller forsvare sig'. Dette var noget, deltagerne havde oplevet generelt, ikke kun overfor tidligere partnere men også over for både venner, familie og offentlige instanser. At være sammen uden at skulle sætte mange ord på, blev oplevet som en stor lettelse.

"Det er en indforståethed. Og hvis man kommer med et eller andet - den anden forstår, uden man uddyber det, fordi de selv har været noget igennem."

Deltagerne oplevede på den måde meget hurtigt at kunne identificere sig med og 'genkende' sig selv i hinanden, og det skabte en trykthed fra starten.

Selvom det tog tid at føle sig tilpas og 'hjemme' i gruppen, oplevede deltagerne, at det personlige kendskab til de andre voksede fra gang til gang.

"...det lyder dumt, men for første gang i mit liv føler jeg, jeg har et fællesskab, ikke? Det er sgu en lidt trist baggrund at have et fællesskab på, men det er første gang i mit liv, jeg føler, jeg har et sted, jeg hører til."

Mange beskrev det positive i et samvær med andre, der ikke var præget af konflikter eller krav, men hvor det ind imellem bare kunne handle om at være sammen og hygge sig. En kvinde fortalte, at det havde været hendes ønske i længere tid:

"Er der ikke bare nogle kvinder, man kan få lov til at gå tur med, uden det skal handle om noget, men at vi bare kan gå og snakke om alt muligt og ingenting?"

"Det er lettere at gå og snakke fremfor at sidde overfor hinanden"

Projektmål 2: At få deltagerne til at gå mere og få det inkorporeret i deres hverdag.

Nogle var vant til at bruge gåture, som en måde at få en pause og frirum på, mens de var i en voldelig relation, mens andre ikke var vant til at røre sig på den måde. Alle deltagerne havde oplevet det positivt at begynde at gå, og tog det til sig som et bevidst redskab til at bruge i hverdagen.

"Det har givet en anden måde at være i naturen på og håndtere tanker, problemer og isolation på, en måde at 'ventilere' tankerne på."

"Det var godt at komme ud i naturen og gå nogle ture og være fælles om det samme, fremfor at sidde og køre rundt i, hvor skidt vi alle har det og de frygtelige ting, vi har oplevet."

"Så kan man lige gå ved siden af hinanden, og man er ikke nødt til at blive der i en time eller længere tid, man kan bevæge sig lidt frem og tilbage, snakke med nogen eller lade være. Det er nemmere at holde en kunstpause, når du går, end når du sidder."

Fordelene ved gåture er, at det er en aktivitet, der kan gøres "hvor som helst, når som helst", både alene og sammen. Deltagerne opdagede og begyndte at bruge gåture på forskellige måder. Én fortæller, hvordan hun brugte turene til at håndtere stress:

"Jeg blev stressramt og sad i en sofa et års tid. Så jeg syntes, det var skønt at komme ud at gå. Jeg går for mig selv hver dag - det er jeg startet på efter projektet."

En anden deltager oplevede, at det hjalp på hendes humør at gå sammen med andre, og at det var lettere at hive både sig selv og andre ud af en negativ tilstand på den måde.

"Ja, noget netværk - nogen at læne sig lidt op ad, når det er en af "de dage" (...) jeg vil gerne ud at gå, og det er svært for mig at komme af sted i dag, så vil du med, eller kan vi mødes?"

Gåturene blev på den måde for flere af deltagerne til konkrete måder at arbejde med og udfordre sig selv på. Det igangsatte en mindre lavine af idéer til, hvor mange forskellige måder man kunne gå på, og hvad man kunne bruge turene til. Flere deltagere fortalte, at de var begyndt at tænke børn, venner og familie med på tur. Nogle overvejede at melde sig ind i en vandrekлуб.



Udsyn fra en af vores vandringer.

Et kravfrit rum og mønsterbrud

Projekt mål 3: At øge deltagernes psykologiske kapital (håb, optimisme, resiliens og self-efficacy).

Mange af deltagerne har erfaring fra tidligere forhold med at være udsat for massiv kritik og krav, hvilket over tid har fået dem til at tvivle på deres dømmekraft, selvværd og evner. Efter endt ophold på krisecentret, synes mange, at de fortsat blev mødt af en række krav, nu fra systemet. Selv om intentionen fra disse instanser har været at hjælpe deltagerne med at komme videre, har mange oplevet hjælpen som uoverskuelig. Det har været svært at finde sin egen vej i indsats og løsninger, hvor der ikke altid er blik for den større helhed og individuelle situation, som deltagerne står i.

De fleste kvinder har haft svært ved at håndtere samtaler med mange forskellige instanser med forskellige sagsbehandlere oveni deres psykiske tilstand, hvilket kan gøre det svært at føle sig respekteret og ligeværdig. På kurset var der lagt vægt på at skabe et kravfrit rum - et valgfrit rum med samvær, hvor den individuelle situation blev set og hørt og var omdrejningspunkt for de næste samtaler. Oplevelsen af at kunne vælge til og fra i udbuddet af aktiviteter gav deltagerne en oplevelse af valgfrihed og af at blive taget alvorligt.



"Vi fik at vide: "I behøver ikke lave den her øvelse, hvis I ikke vil, og hvis I har brug for at tage hjem, gør I det." Og det gjorde, jeg kunne finde ud af at slappe af og være med. Hvis jeg havde fået at vide: "Du skal det her", så havde jeg ikke kunnet."

i flere tilfælde i stand til at ændre gamle reaktionsmønstre og relationer.

"Det lykkes at have en ret god kontakt nu, så jeg havde eksmanden hjemme og være udenfor sammen med vores søn for første

Deltagerne har generelt beskrevet en positiv ændring i deres selvpfattelse og en erfaring i at bruge redskaberne.

Det var forskelligt for deltagerne, hvordan de oplevede relevansen af aktiviteterne, da deres behov og udgangspunkt varierede tilsvarende. Ingen kunne bruge det hele, men alle kunne bruge noget. Udover de forskellige aktiviteter, havde underviserne individuelle samtaler med deltagerne, hvor de adresserede konkrete udfordringer eller problemer, som deltagerne stod i. Kombinationen af de forskellige redskaber koblet med individuelle samtaler, hjalp deltagerne med at håndtere disse udfordringer og satte dem

gang. Det var en kæmpemæssig sejr at kunne sidde og vide, at jeg bryder mig faktisk ikke om ham mere, men jeg kan rumme det på min søns vegne, for jeg har lært at sætte grænser – helt almindelig sunde grænser. Og jeg var glad, selv om han var der."

Deltagerne har generelt beskrevet en positiv ændring i deres selvpfattelse og en erfaring i at bruge redskaberne. Det har betydet, at nye vaner er kommet til, at deltagerne står mere frem, har fået mere selvværd og handler med mindre tvivl og mere styrke.

"Hvis nogen siger, jeg har pæne øreringe på i dag, så tør jeg tro på, at de mener det."

"Jeg kan huske, jeg sagde undskyld hele tiden."

"Verden vælter ikke, hvis nogen siger noget modsat af mig – jeg kan rumme, at vi er bare forskellige."

Fra få til flere relationer

Projekt mål 4: At få deltagerne til i højere grad at bruge egne netværk.

For de fleste deltagere har bruddet med en voldelig relation medført et stort tab af private relationer. Deltagerne har oplevet dette tab som en stor sorg og har haft svært ved at erstatte dette private netværk af venner og familie. I stedet har de i forbindelse med det offentlige efterværn inviteret flere professionelle ind i deres netværk.

Undervejs i kursusforløbet fik mange deltagere ryddet op i deres sociale netværk og kom i gang med at opbygge nye relationer. Alene det, at være en del af kursusgruppen har øget deres personlige netværk. Den lukkede facebook-gruppe fik en vigtig funktion under Corona, hvor deltagerne var isoleret hjemme, og har siden haft en overraskende stor betydning for deltagerne i forhold til at opleve sig som en del af et fællesskab. Facebook-gruppen viste sig at være en ukompliceret måde at være inkluderet på, idet man kan deltage bare ved at sende en lykønskning eller "like" noget. Det har været en anden måde at blive 'set' på.

"Bare lige åbne op med – "Jeg er her". Det har været svært for mig tidligere at sætte sig selv i spil og lade sig blive set. Jeg føler, jeg har været sådan en skygge, der har gjort alt for ikke at blive set. Det er en god vej frem at bruge det."

At kursusforløbet kom til at strække sig over 22 måneder i stedet for de planlagte 11 måneder, var en af de positive ting ved Corona, fordi det gav deltagerne mere tid til at lære hinanden at kende og knytte bånd. Sidste kursusdag var i juni 2021, og gruppen er stadig aktiv og holder kontakt med hinanden.

Ved projektets afslutning har det været tydeligt, at der var færre professionelle i deltagerens netværk og flere selvvalgte og nye relationer, og at deltagerne i højere grad bruger eget netværk.



Underviserne.

Eftertanker på projektet - hvad står frem som væsentlige pointer

Projektet er blevet evalueret, og det vurderes, at det overordnet har opfyldt, hvad det satte sig for i starten. Projektet lykkedes således i væsentlig grad.

Ved projektets afslutning blev der afholdt et visions/evalueringsmødet med deltagelse af projektets interessenter. I den forbindelse blev der fremhævet nogle forhold, som blev påpeget at have en væsentlig betydning for forløbet:

Du kan læse mere om projektet og evalueringen på Offerfondens hjemmeside.

Fakta om projektet

Projektet 'Når kvinder går sammen, knyttes der bånd' er finansieret af midler fra Offerfonden. Projektet er gennemført i samarbejde mellem projektleder Berit Mikkelsen og projektejer Foreningen LIVKOM.

Det var fordi man kunne gå, at man blev.

Det var fordi, man kunne være tavs, at man snakkede.

Det var fordi, der ikke var ydre krav, at man fandt sine indre mål.

- Deltagerne havde fået personlige relationer ind i deres liv i stedet for fortrinsvis professionelle relationer
- Oplevelsen af at blive set som 'menneske' i stedet for 'et nummer'.
- Deltagerne havde generelt ikke brug for at blive stillet overfor krav, idet de af sig selv havde et stærkt ønske om
- at komme videre. De havde i højere grad brug for tid til eftertanke og lydhørhed.
- Det at mødes for at gå, i stedet for at sidde og tale om problemet, gav anledning til mange forskellige samtaler. Pudsigt nok var det måske det rum, hvor man kunne få de bedste snakke om problemerne.
- Undervisernes individuelle fokus og guidning i problemløsning af deltageres akutte udfordrende situationer gav deltagerne en oplevelse af, at de kunne handle.

Projektet er evalueret af antropolog, Anna Helene Meldgaard Pedersen Arbejdsmedicin, Universitetsklinik, Regionshospitalet Herning, marts 2021.

Mere information om projektet, om projektets produkter samt evalueringsrapporten er tilgængelig på Offerfondens hjemmeside fra efteråret 2022: <https://civilstyrelsen.dk/sagsomraader/raadet-for-offerfonden>

Dette materiale er støttet økonomisk af Offerfonden. Materialets udførelse, indhold og resultater er alene forfatterens ansvar. De vurderinger og synspunkter, der fremgår af materialet, er forfatterens egne og deles ikke nødvendigvis af Rådet for Offerfonden.

Links og litteratur

1. Udenrigsministeriet (2019): Handlingsplan til bekæmpelse af psykisk og fysisk vold i nære relationer. 2019-2022. Kolofon.
2. <https://socialstyrelsen.dk/udgivelser/evaluering-af-critical-time-intervention-for-kvinder-pa-krisecenter>
3. Socialudvalget (2013): "Alle skal med". Målsætninger for de mest udsatte frem mod 2020. <https://www.ft.dk/samling/20121/almdel/sou/bilag/335/1279933/index.htm>
4. Socialstyrelsen (2019): <https://socialstyrelsen.dk/voksne/vold-i-naere-relationer/samarbejde-pa-tvaers/myndighedernes-roller-og-opgaver/kommunens-rolle>
5. Socialstyrelsen (2022): <https://socialstyrelsen.dk/udgivelser/anbefalinger-til-en-kommunal-indsats-mod-vold-i-naere-relationer>
6. Poulsen V. D. (2015). How war veterans with post-traumatic stress disorder experience naturebased therapy in a forest therapy garden. University of Copenhagen. (IGN PhD Thesis).
7. Pedersen B. K. (2018). GÅ-BOGEN. Gå så går det nok. Gyldendal.